



simpleRAW

Menu

Vi informerer gerne om allergener
- *We gladly inform about potential allergens*



Snacks

- (Vegan) Ristede kikærter vendt i paprika & chili 30 kr.
Roasted chickpeas tossed with paprika & chili
- (Vegan) Sæsonens ristede kikærter 30 kr.
Roasted chickpeas of the season
- (Raw) Dehydrerede mandler vendt i tamari 30 kr.
Dehydrated almonds tossed with tamari sauce
- (Raw) Dehydrerede cashewnødder vendt i karry 30 kr.
Dehydrated cashew nuts tossed with curry
- (Raw) Årstidens kålchips, dehydrerede & vendt i sour cream and onion 30 kr.
Seasonal kale chips, dehydrated & tossed with sour cream & onion
- (Raw) Persillespread med gulerodscrackers 25 kr.
Parsley spread with carrot crackers
- (Raw) Guacamole med gulerodscrackers 25 kr.
Guacamole with carrot crackers
- (Raw) Chilisalsa med gulerodscrackers 25 kr.
Chili salsa with carrot crackers
- (Raw) Sweet potato nachos med chilisalsa & guacamole 65 kr.
Sweet potato nachos with chili salsa & guacamole



Brunch

Brunch

175 kr.

- (Vegan) Rispaper med avocado hertil tamari
- (Vegan) Kernebrød eller lun bolle
- (Raw) Persillespread
- (Raw) Guacamole
- (Raw) Cashewyoghurt, raw crunch & friske bær
- (Raw) Marineret ananas toppet med mynte
- (Raw) 1/2 kage – vælg mellem: triple, hindbær- el. citronkage
- (Raw) 3 juiceshots:

Gulerod + ingefær

Ananas + wheatgrass

Chili + citronsaft + agavesirup

- (Vegan) Rice paper with avocado served with tamari sauce
- (Vegan) Grain bread or warm bun
- (Raw) Parsley spread
- (Raw) Guacamole
- (Raw) Cashew yoghurt, raw crunch & fresh berries
- (Raw) Marinated pineapple with fresh mint
- (Raw) 1/2 cake – choose between: triple, raspberry or lemon cake
- (Raw) 3 juice shots:

Carrot + ginger

Pineapple + wheatgrass

Chili + lemon juice + agave syrup



Rispir - Rice Paper

Rispir – *Rice paper*

60 kr.

(Vegan) Avocado med bladgrønt, kål & rødder
Avocado with green leaves, cabbage & roots

(Vegan) Ananas-mynte med bladgrønt, kål & rødder
Pineapple-mint with green leaves, cabbage & roots

(Vegan) Persillespread med bladgrønt, kål & rødder
Parsley spread with green leaves, cabbage & roots

Serveret med tamari eller sød chilidressing
Served with tamari sauce or sweet chili dressing



Kernebrød - Seed Bread

Kernebrød – *Seed bread*

65 kr.

(Vegan) Avocado
Avocado

(Vegan) Persillespread
Parsley spread

(Vegan) Lune veggiedeller
Warm veggie patties

(Vegan) Portobello paté
Portobello paté

Kernebrødsplatte - Seed Bread Platter

Kernebrødsplatte – *Seed bread platter*

95 kr.

Vælg 3 forskellige stykker kernebrød

Choose 3 seed bread pieces



Grøntsagsnudler - Zucchini Noodles

Grøntsagsnudler – *Zucchini noodles*

90 kr.

(Raw) Vendt i karrysauce toppet med friske krydderurter
& ristede kikærter

*Tossed with curry sauce, served with fresh herbs
& roasted chickpeas*



Varm ramen - Hot Ramen

Varm ramen – *Warm ramen*

95 kr.

(Vegan) Frisk chili
Fresh chili

(Vegan) Tofu
Tofu

(Vegan) Portobello
Portobello

(Vegan) Kejserhat
King oyster mushroom



Varm burger - Warm Burger

Varm burger – *Warm burger* 125 kr.

(Vegan) Ost
Cheese 135 kr.

(Vegan) Guacamole
Guacamole 135 kr.

(Vegan) Chilisalsa
Chili salsa 135 kr.



Risnudler - Rice Noodles

Risnudler - *Rice noodles*

95 kr.

(Vegan) Friske krydderurter, kål, rødder, serveres med sød chilidressing
Fresh herbs, cabbage, roots, served with sweet chili dressing



Dessertes - Desserts

- | | | |
|-------|---|---------|
| (Raw) | Hindbærkage
<i>Raspberry cake</i> | 55 kr. |
| (Raw) | Triple chokoladekage
<i>Triple chocolate cake</i> | 50 kr. |
| (Raw) | Citronkage
<i>Lemon cake</i> | 50 kr. |
| (Raw) | Cheesecake
<i>Cheesecake</i> | 55 kr. |
| (Raw) | Chokoladestykker
<i>Chocolate chunks</i> | 35 kr. |
| | Lidt af alle vores desserter
<i>A taste of all of our desserts</i> | 140 kr. |



Opskrifter

Opskrift

Appelsinkage

Ingredienser:

Bund

Solsikkekerner	400 g
Cashewnødder	150 g
Udblødte dadler*	125 g
Smeltet kokosolie**	50 g
Agavesirup	1 dl

Mellemlag

Cashewnødder	150 g
Lecitin	20 g
Citronskal	10 g
Psyllium frøskaller***	5 tsk
Vand	3 dl
Citronsaft	1 dl
Smeltet kokosolie	250 g
Agavesirup	2 dl

Top

Cashewnødder	150 g
Appelsinskal	12 g
Lecitin	20 g
Psyllium frøskaller	5 tsk
Gurkemeje	2,5 g
Vand	3 dl
Citronsaft	1 dl
Smeltet kokosolie	200 g
Agavesirup	1,5 dl

Fremgangsmåde:

Bund

Solsikkekerner og cashewnødder blendes i en foodprocessor til de bliver til "mel" og hældes i en skål. Herefter blendes dadler, agavesirup og den smeltede kokosolie til en cremet masse og hældes over "melet". Ælt massen sammen og læg fladt i bunden af en springform og op ad kanten. Stilles på køl.

Mellemlag

Alle ingredienser, undtagen psyllium frøskaller, blendes til en cremet masse. Til sidst tilsættes psyllium frøskaller og massen hældes over bunden i springformen og stilles på køl til den er fast.

Top

Gentag fremgangsmåden for mellemlaget. OBS! Toplaget må ikke hældes over mellemlaget, før dette har sat sig og er fast. Stil hele kagen på køl og lad den sætte sig, til den er helt fast.

* Dadlerne dækkes med vand og stilles i køleskabet natten over - ca. 8 timer.

** Smelt kokosolien i vandbad.

*** Også kaldet 'HUSK'.

Serveringsforslag:

Pynt med friske bær og server appelsinkagen, som den er.



Opskrift

Cashewyoghurt

Ingredienser:

Cashewnødder	300 g
Vand	5 dl
Lecitin	3 tsk
Psyllium frøskaller*	3 tsk
Citronsaft	1 dl

Fremgangsmåde:

Alle ingredienser blendes, til konsistensen er helt cremet.

Yoghurten sætter sig en smule efter lidt tid, men kan sagtens anvendes med det samme f.eks. som almindelig yoghurt, dessertcreme (evt. smagt til med vanilje og agave) eller som base til diverse dressinger og dips.

* Også kaldet HUSK



Opskrift

Crunch

Ingredienser:

Solsikkekerner	500 g
Boghvede	600 g
Kardemomme	13 g
Agavesirup	100 ml

Fremgangsmåde:

Læg solsikkekerner og boghvede i blød natten over i ca. 2 liter vand.

Dagen efter

Hæld vandet fra, hæld blandingen i en sigte, skyld med koldt vand og lad crunchen dræne i 1 time.

Vend solsikkekerner og boghvede med kardemomme & agavesirup i en stor bøtte. Spred blandingen ud i et tyndt lag på de sorte plader til dehydratoren.

I dehydrator

Dehydreres i 14 timer ved 42 grader.

I ovn

20-30 min. ved 150 grader.



Opskrift

Persillespread

Ingredienser:

Solsikkeolie	2 dl
Olivenolie	0,5 dl
Solsikkekerner	50 g
Hakket persillestænger	75 g
Salt	5 g
Vand	0,5 dl

Fremgangsmåde:

Alle ingredienserne kommer i en blender og blendes til en cremet konsistens. Husk at røre massen igennem ind imellem. Man kan med fordel tilføje mere vand for at gøre massen mere cremet. Den færdige persillespread opbevares på køl.



Drikkekort - Drinks

Juice & smoothies

lille - **small** 375 ml 45 kr. // stor - **large** 530 ml 55 kr.

Erling
Gulerod + æble + citronsaft
Carrot + apple + lemon juice

Gunnar
Frisk citron + æble + spinat
Fresh lemon + apple + spinach

Eigil
Agurk + spinat + mynte
Cucumber + spinach + mint

Ingeborg
Jordbær + æble + ingefær
Strawberries + apple + ginger

Gudrun
Jordbær + æble + mynte
Strawberries + apple + mint

Erna
Jordbær + æble + avocado
Strawberries + apples + avocado

Yvonne
Banan + æble + spinat
Banana + apple + spinach

Gertrud
Æble + avocado + spinat
Apple + avocado + spinach

Godtfred
Gulerod + avocado + spinat + citronsaft
Carrot + avocado + spinach + lemon juice

Boost

Boost din drik - **boost your drink**

Ingefær - **ginger** 5 kr.
Wheatgrass 15 kr.

Shakes

lille - **small** 375 ml 50 kr. // stor - **large** 530 ml 60 kr.

Helmuth
Banan + hjemmelavet mandelmælk + agavesirup
Banana + homemade almond milk + agave syrup

Dagmar
Banan + hjemmelavet mandelmælk + kakao + agavesirup
Banana + homemade almond milk + cocoa + agave syrup

Ingolf
Banan + hjemmelavet mandelmælk + jordbær + agavesirup
Banana + homemade almond milk + strawberry + agave syrup

Rigmor
Banan + hjemmelavet mandelmælk + espresso + agavesirup
Banana + homemade almond milk + espresso + agave syrup

Shots

pris pr. shot - **price per shot** 20 kr.

Olga
Ingefær + ingefær & atter ingefær
Ginger + ginger & more ginger

Oda
Chili + agavesirup + citronsaft
Chili + agave syrup + lemon juice

Kristofine
Ananas + wheatgrass
Pineapple + wheatgrass

Ernst
Gulerod + ingefær
Carrot + ginger

Hjemmelavet limonade - Homemade Lemonade

pris pr. glas - *price per glass* 35 kr.

Vælg mellem danskvand eller kildevand

- *Choose between still or sparkling mineral water*

Helga

Citronsaft + agavesirup

Lemon juice + agave syrup

Augusta

Citronsaft + agave sirup + cayenne

Lemon juice + agave syrup + cayenne

Henry

Citronsaft + agavesirup + frisk ingefær

Lemon juice + agave syrup + fresh ginger

Kildevand - Mineral Water

Kildevand fra Møn 330 ml 25 kr. // 750 ml 55 kr.

Mineral water from Møn - still

Kildevand med brus fra Møn 330 ml 25 kr. // 750 ml 55 kr.

Mineral water from Møn - sparkling

Varme drikke - Hot Drinks

Kaffe - *Coffee*

Au lait // latte // cappucino 40 kr.

Americano // espresso 30 kr.

Varm kakao - *Hot cocoa* 40 kr.

Te - *Tea* 35 kr.

Grøn te // frisk ingefær & frisk citron

// urtete // cool mint // chai // sort te

Green tea // fresh ginger & fresh lemon

// herbal tea // cool mint // Chai // black tea

Vælg din mælk

Sødmælk // minimælk // soyamælk // hjemmelavet mandelmælk

Choose Your Milk

Full-cream milk // low fat milk // soymilk // homemade almond milk

Vin & øl - Wine & Beer

	glas - glass	flaske - bottle
Cava	60 kr.	250 kr.
Rødvin - <i>Red wine</i>	55 kr.	220 kr.
Sød hvidvin - <i>Sweet white wine</i>	55 kr.	220 kr.
Tør hvidvin - <i>Dry white wine</i>	65 kr.	260 kr.
Fyldig hvidvin - <i>Full-bodied white wine</i>		350 kr.
Øl 50 cl (fra Ringsted) - <i>Beer 50cl</i>	58 kr.	

simpleRAW

simpleRAW Vesterbro

Oehlenschlägersgade 12
1663 København V
35 35 30 05

simpleRAW Gråbrødretorv

Gråbrødretorv 9
1154 København K
35 35 30 05

Facebook & Instagram

/simpleRAW
#simpleRAW

Web

simpleRAW.com