

Feelgood Food – gegen den Herbst-  
Winterblues.

Mit Geschmack und guter Laune  
unterstützt dich auch auf deinem Weg zu  
einem gesünderen Lebensstil und mehr  
Energie für den Alltag!

Und wer sich einer ganz besonderen  
Herausforderung stellen möchte,  
empfehlen wir unsere perfekt  
abgestimmte Saft,- Suppen oder Shotkur.



Healthy food & drinks

HERBST / WINTER '22 / '23

Erfahre mehr über uns und unser Angebot auf:

[energy-kitchen.ch](https://www.energy-kitchen.ch) [EnergyKitchen.Fanpage](#) [energy\\_kitchen\\_bern](#)

## Unsere Empfehlungen für Herbsttage und Wintersonne:

- › SHOTS & SMOOTHIES
- › HAUSGEMACHTER INGWERTEE
- › HEISSE SUPPEN
- › VEGAN BOWLS

Frisch und regional mit ganz viel  
Lebensfreude zubereitet.



Photos: Thomas Fedra, Purplens, Patricia Garber, Rita Szabo, unsplash, Tati Mariana, foodie



## Events im Energy Kitchen Restaurant

Unser gemütliches und modernes Restaurant im 4 OG im LOEB liegt nur drei  
Gehminuten vom Bahnhof, im Herzen von Bern.

Das vielfältige Produktangebot setzt sich durch ursprüngliche, natürliche  
Zutaten zusammen, die durch innovative Rezepte und nach dem Vorbild  
internationaler Food Konzepte aus Metropolen wie New York, Los Angeles  
oder London kreativ kombiniert werden.

**Im vierten Obergeschoss des Warenhauses LOEB bieten wir  
Raum für euren Anlass:**

Egal ob klein und fein oder gross und ausgedehnt, mit leichtem Snack oder  
festlichem Bankett – gerne verwöhnen wir euch bei uns.

In gemütlichem Ambiente bei uns im Restaurant oder bei einem in der  
Eventküche.

**Anfragen für euer Teamevent und Anlässe nehmen wir  
gerne telefonisch entgegen: 031- 3110307**

**Energy Kitchen makes you feel good!**

## Unsere Philosophie

**Bewusster & gesunder  
Genuss. Hausgemacht.  
Das war schon immer  
unser Motto.**

**Unser Energy Kitchen  
Team unterstützt dich  
jetzt noch mehr denn je,  
auf deinem Weg zu einem  
gesünderen Lebensstil &**

**mehr Energie für den Alltag!  
Mit Geschmack und guter  
Laune. Und das Beste: wir  
versorgen dich genau mit  
den Lebensmitteln, die dir  
gut tun – Genuss vor Ort  
oder auch zum Mitnehmen.**

**Wir glauben an Feelgood-  
Food. Alles, was wir dir**

**anbieten, basiert auf viel  
Herzblut, Leidenschaft für  
gutes, cleanes Essen und  
natürlichen Zutaten, die vor  
Ort so kombiniert werden,  
dass die Gerichte nicht nur  
gesund, nährstoffreich und  
qualitativ hochwertig,  
sondern auch schmackhaft  
und sättigend sind.**



## Säfte

<b>Energizer Juice</b> cold pressed Apfel, Rüebli, Birnen, Ingwer, Zitrone	<b>9.5</b>
<b>Tagessaft</b>	<b>5.8 / 7.9</b>
<b>Slow Juiced Orangen Saft</b>	<b>5.8 / 7.9</b>

## Superfood Smoothies

	<b>6.5 / 9.8</b>
--	------------------

Im wöchentlichen Wechsel

<b>+ Matcha / Ingwer / Spirulina / Kurkuma</b>	<b>1.7</b>
--	------------



## Vegan Latte

Schon probiert?

**Du musst kein Veganer sein um dich in unsere Vegan Latte-Kreationen zu verlieben.**

Neben dem Genuss bieten dir Matcha, Kurkuma oder Spirulina einen Energy Booster on top!

Matcha macht wach und hat noch mehr Antioxidantien als normaler grüner Tee, würziger Kurkuma wirkt verdauungsfördernd und entzündungshemmend und die Wunderalge Spirulina kann ganz natürlich das Immunsystem stärken.

Hört sich richtig gut an, oder?

## Immun-Booster 4.2

**Ingwer Shot**

## Smoothies 5.8 / 7.9

- Blaues Wunder**  
Heidelbeere, Ingwer, Mango-Apfelsaft
- Green Magic**  
Spinat, Mango-Apfelsaft, Ananas, Mango
- Green Detox**  
Kiwi, Spinat, Banane, Mango-Apfelsaft, Basilikum
- Himbeer Himmel**  
Himbeere, Banane, Apfel-Aprikosensaft
- Mango Mania**  
Mango, Banane, Mango-Apfelsaft
- Tropicana**  
Orange, Ananas, Banane, Kokosmilch, Kokosnusswasser

## Cold Drinks

<b>Tonic Water</b>	<b>4.9</b>
<b>Ginger Beer</b>	<b>6.0</b>
<b>Homemade Ice Tea</b>	<b>4.8 / 5.9</b>
<b>Mineralwasser 2.5 dl</b>	<b>3.4</b>
<b>Div. PET Getränke</b>	<b>5.3</b>

## Vegan Latte 6.5

Wahlweise mit Hafer-, Mandel- oder Sojamilch

- Matcha**
- Kurkuma**
- Blue Spirulina**



<b>Chai Latte</b>	<b>5.8</b>
<b>Heisse Schoggi</b>	<b>5.4</b>
<b>Ingwer Tee</b>	<b>5.9</b>
<b>Längass' Tee</b> Bernese Rosen Menthe du Maroc Indian Chai Ginger Lemon Assam Halmari Long Jing Green Verveine Tee	<b>5.4</b>
<b>Glühwein</b>	<b>5.9</b>
<b>Apfel Punsch mit Amaretto</b>	<b>5.9</b>
<b>Apfel Punsch alkoholfrei</b>	<b>5.5</b>

## Hot Drinks

<b>Kaffee Crème</b>	<b>4.9</b>
<b>Espresso Doppio</b>	<b>5.5</b>
<b>Espresso Macchiato</b>	<b>5.1</b>
<b>Berner Schale</b>	<b>5.3</b>
<b>Latte Macchiato</b>	<b>5.7</b>
<b>Cappuccino</b>	<b>5.9</b>
<b>Flat White</b>	<b>6.3</b>
<b>Ristretto</b>	<b>4.5</b>
<b>Decaffeinato</b>	<b>4.9</b>
<b>+ Espresso Shot</b>	<b>1.7</b>

## Tchin Tchin

<b>Berner Müntschi 3.3 dl</b>	<b>5.5</b>
<b>Zwickelbier 3.3 dl</b>	<b>5.9</b>
<b>Prosecco 1 dl / 7.5 dl</b>	<b>9.5 / 57.0</b>
<b>Rotwein Garanoir 1 dl</b>	<b>8.7</b>
<b>Weisswein Riesling 1 dl</b>	<b>8.7</b>
<b>Weisswein Chasselas 1 dl</b>	<b>8.1</b>
<b>Aperol Spritz 1 dl</b>	<b>12.0</b>
<b>Gespritzter Weisswein 1 dl</b>	<b>9.5</b>

### Afternoon Tea

Kleine Auszeit für 2 im 4 OG  
Mo – Sa: 15 – 17 Uhr

<b>Classic</b>	<b>45.9</b>
<b>Veggie</b>	<b>38.9</b>
<b>Deluxe</b>	<b>49.9</b>

Online-Reservation auf [energy-kitchen.ch/afternoon](http://energy-kitchen.ch/afternoon)

### Brunch

Energy Kitchen Brunch im 4OG  
Mo-Fr bis 11 Uhr / Sa bis 14 Uhr

<b>Gourmet Zmorge</b>	<b>59.9</b>
<b>Vegan Brunch</b>	<b>65.9</b>
<b>Deluxe Brunch</b>	<b>79.9</b>

**+ Hot Brunch** **20.0**

Online-Reservation auf [energy-kitchen.ch/brunch](http://energy-kitchen.ch/brunch)

## Salate

**Power-Salate zum selber zusammenstellen nach Gewicht im 4. OG**  
**Create-your-own.**

**Designer Salate. Mixen & mischen nach Herzenslust erlaubt!**

z.B.: Randensalat mit Feta, Kartoffelsalat mit Hüttenkäse, Grüner Linsensalat mit Äpfel und Wasabi, Griechischer Salat, Fenchel Salat, Couscous Salat, Bulgursalat, Blumenkohlsalat, ...

## Salad Bowls

<b>Superfood Salad Gourmet Bowl</b>	<b>17.5</b>
Lachs Poulet Crevetten Veggie / Vegan	

<b>Vegan / Veggie Bowl</b>	<b>14.5</b>
Saisonale Gemüse & Salate	



## Ernährung

You are what you eat.

Mit Energy Kitchen haben wir ein ganzheitliches Konzept geschaffen, welches den Lebensstil unserer Generation optimal ergänzt und eine ausgewogene Ernährung auf unkomplizierte Art und Weise in den Alltag integriert. Unser Ansatz basiert auf einem innovativen, nährstoffreichen Produktmix, weg von Fastfood und billigen Produktionsmethoden, hin zu mehr Genuss, Qualität, ausbalancierter Ernährung und Leistungssteigerung.

## All Day

<b>Vegan NiceCream/ Smoothiebowl</b>	<b>13.2</b>
<b>Muffin</b>	<b>5.2</b>
<b>Brioche</b>	<b>3.5</b>
<b>Brioche Schoggi</b>	<b>3.9</b>
<b>Bircher Müesli</b>	<b>5.9 / 8.7</b>
<b>Mini Brezeli Veggie</b>	<b>4.9</b>
<b>Mini Brezeli Gourmet</b>	<b>5.9</b>
<b>Apéro Häppli</b>	<b>4.4</b>

## Daily Specials

**Suppen nach Saison**  
z.B.: Kartoffel Suppe, Gemüse Suppe, Linsen Suppe, Rüebli-Ingwer Suppe, Kürbis-Chili Suppe, Curry-Kokos Suppe, ...

**Lunch im 4. OG**  
**11 bis 14.30 Uhr**

**Saisonale Gemüse & Veggie Gerichte vom Buffet**

**Tagesempfehlung Fisch**  
**Tagesgericht Fleisch**

## Vegan Bowl 15.5

- Kartoffel-Linsen Dal**
- Gemüse Chili**
- Curry Bowl mit Reis**

## Sandwiches

<b>Das G'sunde</b> mit Gemüse & Frischkäse	<b>7.7</b>
<b>Der Geniesser</b> mit Lachs & Kapern	<b>8.9</b>
<b>Poulet Sandwich</b> mit Yoghurt-Poulet	<b>8.9</b>
<b>Das Bay'rische</b> mit Fleischkäse	<b>8.7</b>
<b>Der Franzose</b> mit Brie & Feigenbrot	<b>7.9</b>
<b>Der Veganer</b> mit Hummus & Antipasti	<b>7.9</b>
<b>Fitness Coach</b> mit Rucola, Avocado & Hüttenkäse	<b>7.9</b>
<b>Mediterrano</b> mit Zucchetti, Feta & Antipasti	<b>7.9</b>
<b>Der Tomato-Mozzerella</b> mit hausgemachtem Pesto & Rucola	<b>7.9</b>

## Zmorge

<b>Butter Gipfeli</b>	<b>1.9</b>
<b>Laugen/ Vollkornkipfeli</b>	<b>2.3</b>
<b>Baumussbrötli vegan</b>	<b>3.2</b>
<b>Feigenbrötli</b>	<b>3.2</b>
<b>Laugenzöpfli</b>	<b>3.9</b>
<b>Portion Butter</b>	<b>0.7</b>
<b>Portion Konfi</b>	<b>0.6</b>
<b>Portion Käse</b>	<b>2.9</b>



## Gutscheine

Überrasche deine/n Liebste/n, Freunde oder Geschäftspartner. Mit diesen Gutscheinen kannst du Freude schenken:

- Deluxe Brunch für 2
- Gourmet Zmorge für 2
- Vegan Brunch für 2
- Afternoon Tea Classic Etagerie für 2
- Wertegutschein nach Wahl

Direkt in der Café-Bar am Loeb Egge oder im Restaurant im 4. Stock erhältlich.

## Suppen

Gemüse Curry Suppe  
Gemüse Suppe  
Kartoffel Suppe  
Tomaten Suppe

<b>klein</b>	<b>7.8</b>
<b>mittel</b>	<b>9.5</b>
<b>gross</b>	<b>15.5</b>

Curry-Kokos Suppe  
Kürbis Suppe  
Rüebli-Kokos Suppe  
Rüebli-Ingwer Suppe

<b>klein</b>	<b>8.9</b>
<b>mittel</b>	<b>10.9</b>
<b>gross</b>	<b>17.5</b>

## Dessert

<b>Glutenfreier Fruit Crumble</b>	<b>5.4</b>
<b>Blechkuchen</b>	<b>5.2</b>
<b>Toblerone-Mousse</b>	<b>3.3</b>
<b>Fruchtmousse</b>	<b>3.5</b>

Bündner Gersten Suppe

<b>klein</b>	<b>9.8</b>
<b>mittel</b>	<b>11.9</b>
<b>gross</b>	<b>18.9</b>



**Lust gemeinsam gesund zu kochen?**  
Dann melde dich zu unseren Kochevents in der Loeb Eventküche an. Fun & fellgood food garantiert!

[energy-kitchen.ch/kochevents](http://energy-kitchen.ch/kochevents)