



SPEISEKARTE

FORRÓ
HAUS



FORRÓ HAUS KLASSIKER

FEIJOADA

Brasilien pur in einer Schüssel!

Feijoada ist ein brasilianisches Nationalgericht, das ein wichtiger Bestandteil der brasilianischen Küche und ein Ausdruck der kulturellen Vielfalt des Landes ist. Der Eintopf wird traditionellerweise aus schwarzen Bohnen, verschiedenen Fleischsorten und Gewürzen zubereitet. Im Forró Haus bieten wir eine vegane sowie die Original Version des Gerichts an.



PÃO DE QUEIJO

Der Lieblingsnack Brasiliens - zum Genießen & Mitnehmen!

Knusprig außen, weich und käsigt innen - unsere Pão de Queijo sind ein echter Klassiker der brasilianischen Küche. Hergestellt aus Maniokmehl, Bio-Eiern und herzhaftem Käse, kannst du sie bei uns frisch gebacken genießen - warm, goldbraun und unwiderstehlich!

Oder du nimmst sie tiefgefroren in praktischen Teigstangen mit nach Hause: einfach auftauen, portionieren und backen für brasilianischen Genuss jederzeit aus dem eigenen Ofen.

Schon vielfach wurden unsere Pão de Queijo als die besten außerhalb Brasiliens gelobt - probier selbst und überzeuge dich!



Ein Stück tropisches Glück: Unser Bananen-Schoko-Kuchen

Dieser Kuchen ist Liebe auf den ersten Biss: saftig, schokoladig und mit karamelliger Note - gebacken nach einem Familienrezept, das Generationen überdauert hat. Am besten genießt du ihn mit einer Tasse unseres aromatischen brasilianischen Kaffees.

Achtung: Suchtgefahr!

BANANEN-SCHOKO-KUCHEN

UNSERE HAUPTGERICHTE

Bei allen warmen Gerichten Wahl aus Reis oder Salat als Beilage

Vegan Chicken – À la "Frango à Passarinho"⁵ 14,90 €

Inspiziert von São Paulos „barsinhos“: Knusprige Soja-Chunks mit Knoblauch & Limette – wie Chicken Wings, nur besser. Ein brasilianischer Bar-Klassiker, neu gedacht und perfekt zum Teilen. Mit der Wahl aus: Smoked-Paprika | Radieschen | Sesam-Sauce | Zitronen-Pfeffer

Maultaschen à la Brasileira⁵ Vegan | Mit Schweinefleisch 14,90 €

Knusprige Bio- oder vegane Maultaschen mit der Wahl aus:
Smoked-Paprika | Radieschen | Sesam-Sauce | Zitronen-Pfeffer

Feijoada (Vegan)^{5,8} 10,50 € / klein • 14,50 € / groß

Brasilianischer Eintopfgenuss, mitten in Stuttgart: Unsere vegane Feijoada bringt schwarze Bio-Bohnen, Räuchertofu, Seitan und Wurzelgemüse in den Topf – begleitet von Naturreis und Maniokmehl. Ein warmer Gruß aus Brasilien – ehrlich, deftig, hausgemacht.

Feijoada (Original)^{2,3,4,5,8} 14,50 € / klein • 19,00 € / groß

Wie ein Sonntag bei brasilianischen Freunden: Unsere Feijoada (Original) wird mit ausgewählten Fleischstücken vom Rind und Schwein, schwarzen Bohnen und viel Geduld gekocht. Mit Reis und Maniokmehl serviert – kräftig, ehrlich, voller Geschmack.

Moqueca de Camarão 13,50 € / klein • 16,90 € / groß

Ein tropischer Klassiker aus Bahia: Garnelen geschmort in einer Sauce aus Kokosmilch, Dendê-Öl, Tomaten, Paprika und frischem Koriander. Serviert mit Farofa (geröstetes Maniokmehl) und duftendem Bio-Reis. Leicht, aromatisch, exotisch.

Bunter Salat (mit Croutons)⁵ Vegan | + Bio-Ei 8,90 € | 10,80 €

Eine ausgewogene Mischung aus Blattsalaten, Gurke, Karotten, Radieschen, Paprika und Kirschtomaten. Dazu Auswahl aus unseren hausgemachten Dressings und knusprige Croutons aus Brot der Eselsmühle.

Tipp: Für den extra Protein-Kick einfach ein gekochtes Bio-Ei dazubestellen (+ 1.9€)

Gazpacho (mit Croutons) 5,90 €

Kalte andalusische Tomatensuppe – erfrischend, fruchtig und perfekt für warme Tage. Serviert mit Croutons aus Brot der Eselsmühle.

FINGERFOOD


Salgados – gefüllte brasilianische Snacks

1,90 € / Stück • 6,90 € / 4er-Portion

Kleine frittierte Teigtaschen mit verschiedenen herzhaften Füllungen
– außen knusprig, innen aromatisch.

Vegan, vegetarisch oder mit Fleisch erhältlich

SORTEN

- Coxinha (Hähnchen)
- Risole de Carne (Rind)
- Salsiccha (Pute)
- Risole de Camarão (Garnele)
- Bolinha de Queijo (Käse)
- Palmito (Palmherzen) - vegan 



Pão de Queijo⁵

1,90 € / Stück • 6,90 € / 4er-Portion

Brasilianische Maniok-Käse-Brötchen – außen goldbraun, innen wunderbar weich & käsig.

NIMM DIR UNSER FINGERFOOD
TIEFGEKÜHLT FÜR ZU HAUSE MIT

1,40 € / Stück
4er-Pack: 4,90€ / 12er-Pack: 13,90€
1 Stange Pão de Queijo (12 Stück): 13,90€

DESSERT

Hausgemachter Kuchen⁵

3,00 €

Frag uns gerne nach der Sorte des Tages

Manjar de Coco

1,90 €

Kokos-Dessert mit Pflaumensoße – typisch brasilianisch & wunderbar cremig.

Churros mit Nutella Füllung

4,90 €

4St Außen knusprig, innen fluffig – mit cremiger Schokofüllung.

Brigadeiro

2,90 €

Klassische Schokopraline aus Kondensmilch & Kakao – ein Muss!

BEILAGEN & EXTRAS

Portion Bio-Reis	3,00 €
Bunter Beilagensalat ⁵	3,00 €
Gekochtes Bio-Ei	1,90 €
Pommes	4,90 €
Wahl aus: Knoblauch-Mayo Paprika-Mayo	
Hausgemachte Dips	0,90 €
Knoblauch-Mayo Paprika-Mayo	
Hausgemachte Dressings ⁵	1,90 €
Smoked-Paprika Radieschen Sesam-Sauce Zitronen-Pfeffer	

PROBIERTELLER

Du kannst dich nicht entscheiden?

Dann probier doch einfach ein bisschen von allem! Unsere Probierteller sind ideal, wenn du Lust hast, die brasilianische Küche kennenzulernen – zum Teilen, Genießen oder als kleines Fest zu zweit.

Á Paulista	39,50 €
Vegan Chicken, Feijoada vegan, Fingerfood (8 Stk.), Kuchen (wählbar: vegan vegetarisch)	
Á Baiana (mit Garnelen)	39,50 €
Bio-Maultaschen, Moqueca, Fingerfood (8 Stk.), Kuchen	
À Gaúcha (mit Fleisch)	42,90 €
Bio-Maultaschen, Feijoada Original, Fingerfood (8 Stk.), Kuchen	
Fingerfood-Probierteller	18,90 €
Maultaschen á la brasileira, Fingerfood (8 Stk.)	Wählbar: vegan vegetarisch gemischt



UNSERE HAUSGETRÄNKE

HAUSGEMACHTE LIMOS

Zitrone-Limette | Hibiskus-Ingwer 4,20 €

Unsere Limos werden von Grund auf im Forró Haus selbst produziert - mit hausgemachtem Bio-Zitronen-Limetten-Saft, frischem Bio-Ingwer und aromatischem Bio-Hibiskus-Tee. Spritzig, leicht und garantiert ohne Zusätze.



5,00 € Der beste Caipirinha der Stadt!

Unser Rezept stammt aus der Familie unseres Küchenchefs und kombiniert hochwertigen Cachaça mit hausgemachtem Bio-Limettensaft. Perfekt zum Anstoßen - und für alle, die Brasilien gerne in flüssiger Form genießen.

CAIPIRINHA

SUPER JUICE

Mango | Maracuja | Apfel | Guave 4,20 €

Fruchtig, cremig, einfach lecker - inspiriert vom legendären „Mupy“, Getränk aus der Kindheit unseres Küchenchefs in Brasilien. Heute kommt er in frischer Forró-Haus-Version mit Haferdrink, Reis-Kokos-Drink und einer Wahl aus fruchtigen Säften.



KAFFEESPEZIALITÄTEN

Espresso	2,00 €
Espresso Macchiato	2,50 €
Espresso Doppio	3,20 €
Cortado	3,80 €
Cappuccino	3,50 €
Großer Cappuccino	5,40 €
Cafe Crema	3,00 €
Latte Macchiato	4,00 €
Milchkaffee	3,80 €
Heiße Schokolade	4,00 €
Babyccino	1,50 €
mit Bio-Hafermilch	+ 0,00 €
mit Bio-Kokos-Reisdrink	+ 1,00 €

Alle Kaffeegetränke enthalten Koffein



FRISCHER TEE

Brasilianischer Heiltee (Zitrone, Ingwer, kurkuma, schwarzer Pfeffer)	5,50 €
Ingwer	4,00 €
Minze	
Ingwer-Minze	
Zitrone	

SAFT / SCHORLEN

Saft	0,2l 0,4l	3,50 € 4,90 €
Apfelsaft Mango-Nektar Guaven-Nektar Maracujanektar Johannisbeernektar		
Saftschorle	0,2l 0,4l	3,00 € 4,50 €
Apfelsaft Mango-Nektar Guaven-Nektar Maracujanektar Johannisbeernektar		

WASSER

Tafelwasser Mit / Ohne Kohlensäure	0,3l 0,75l	2,50 € 4,50 €
Mitglied im Das Forró Haus e.V.? Für nur 4,50€ pro Monat profitierst du bei allen Forró Veranstaltungen von unserer kostenlosen Mitglieder Wasser-Flatrate.		

SOFT DRINKS

Fritz Kola ⁷	0,33l	3,50 €
Fritz Kola light ⁷	0,33l	3,50 €
Fritz MischMasch ⁷	0,33l	3,50 €
Fritz Limo Zitrone	0,33l	3,50 €
fritz limo orange	0,33l	3,50 €
Fritz Bio-Traubenschorle	0,33l	3,50 €
Tonic Water ⁶	0,2l	3,50 €
Ginger Beer	0,2l	3,50 €
Mate ⁷	0,33l	4,00 €
Red bull ⁷	0,25l	4,00 €
Guaraná ⁷	0,33l	4,00 €

BIER

Mit Alkohol

Lammsbräu Öko Pils	0,33l	4,00 €
Lammsbräu Naturradler	0,33l	4,00 €
Wulle (Helles)	0,33l	4,00 €
Augustiner Edelstoff (Helles)	0,5l	5,00 €
Lammsbräu Öko Weisse (Hefeweizen)	0,5l	5,00 €

Alkoholfrei

Lammsbräu Pils Alkoholfrei	0,33l	4,00 €
Lammsbräu Hefe Alkoholfrei	0,5l	5,00 €
Lammsbräu NaturRadler Alkoholfrei	0,33l	4,00 €

WEIN & SPRITZGETRÄNKE

Wein ¹	0,2l 0,75l	5,40 € 16,90 €
Weiss - Grauer Burgunder		
Rosé - Spätburgunder Weiss Herbst		
Rot - Primitivo		
Weinschorle ¹	0,2l	4,50 € 16,90 €
Weiss Rosé Rot		
Prosecco ¹	0,1l 0,2l 0,75l	4,50 € 5,40 € 16,90 €
Prosecco auf Eis ¹	0,35l	6,90 €
Aperol Spritz ^{1,2,6}		8,50 €
Hugo ¹		8,50 €

LONGDRINKS

Gin Tonic ⁶	7,90 €
Whiskey Kola ⁷	7,90 €
Rum Kola ⁷	7,90 €
Vodka Mate ⁷	7,90 €

COCKTAILS

Caipirinha	5,00 €
-------------------	---------------

Erlebe Brasiliens berühmtesten Cocktail bei uns so, wie er sein sollte: erfrischend, intensiv und mit Liebe gemixt. Unser Rezept stammt aus der Familie unseres Küchenchefs und kombiniert hochwertigen Cachaça mit hausgemachtem Bio-Limettensaft. Perfekt zum Anstoßen – und für alle, die Brasilien gerne in flüssiger Form genießen.

Morena Tropicana⁷	8,90 €
-------------------------------------	---------------

Ein frischer, floraler Cocktail mit Gin, Limette und unserem hausgemachten Hibiskus-Ingwer-Sirup. Leicht, fruchtig und perfekt für warme Abende – mit einem Hauch tropischer Eleganz.

Maria Bonita	8,90 €
---------------------	---------------

Ein fein abgestimmter Drink aus Gin, Limette und Hibiskus-Ingwer-Sirup. Fruchtig, leicht und mit einer floralen Note – unkompliziert, ausbalanciert und einfach lecker.

Alma Nordestina	8,90 €
------------------------	---------------

Ein erfrischender Longdrink mit Charakter: Whiskey, Ginger Beer, Limette und unser Hibiskus-Ingwer-Sirup verbinden sich zu einem fein herben, spritzigen Cocktail mit harmonischem Abgang – kräftig, aber ausgewogen.



UNSERE PARTNER

Wir arbeiten mit Menschen zusammen, die unsere Werte teilen:
Qualität, Nachhaltigkeit und echte Handarbeit. Hier stellen wir euch unsere Partner vor
– alle mit Herz und Seele bei der Sache.

Ecofit – frisches Bio-Obst & -Gemüse

Unser Obst und Gemüse kommt jede Woche frisch von Ecofit. Der Biofruchtimporteur liefert knackige, aromatische Ware in Demeter-Qualität – direkt vom Feld in unsere Küche. Frischer geht's kaum!



Lovely Lots – Kaffeerösterei aus Esslingen

Arthur von Lovely Lots bringt dank seiner brasilianischen Wurzeln hochwertigen, fair gehandelten Kaffee direkt zu uns. Sein direkter Kontakt zu Kaffeebauern in Brasilien garantiert volle Transparenz und besten Geschmack. Und das Beste: Ihr könnt die Bohnen auch bei uns für zu Hause kaufen!



Lammsbräu – Bio-Bier mit Tradition

Die Familienbrauerei Lammsbräu steht für ökologisches Brauen mit Verantwortung. In unserem Sortiment findet ihr ihre besten Bio-Biere – perfekt für ein kühles Getränk nach dem Tanzen oder zu unseren herzhaften Gerichten.

Eselsmühle – Brot aus dem Siebenmühlental

Für unsere Croutons verwenden wir das Holzofenbrot der traditionsreichen Eselsmühle. Nur wenige Kilometer außerhalb von Stuttgart entsteht hier eines der besten Brote der Region – handgemacht, biologisch und mit echtem Mühlen-Charme.



LECKER ESSEN ~ GESUND LEBEN

INGWER



Ingwer wirkt antibakteriell, entzündungshemmend und antiviral. Besonders wohltuend bei Erkältungen und für ein starkes Immunsystem.

Kurkuma wirkt stark entzündungshemmend, unterstützt die Verdauung und kann das Immunsystem stärken. Ideal für Magen, Gelenke und Stoffwechsel.



KURKUMA



SCHWARZER PFEFFER

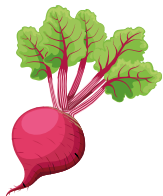
Regt die Verdauung an, wirkt antioxidativ und kann bei Erkältungen und Halsschmerzen lindernd wirken.

ZITRONE & LIMETTE



Reich an Vitamin C, stärken sie die Abwehrkräfte, fördern die Verdauung und wirken antibakteriell und entzündungshemmend.

ROTE BETE



Rote Bete fördert die Blutbildung, senkt den Blutdruck und unterstützt die Verdauung. Reich an Eisen, Folsäure und Antioxidantien.

Radieschen sind reich an Vitaminen und Antioxidantien. Sie wirken antibakteriell und stärken das Immunsystem.



RADIESCHEN

SCHWARZE BOHNEN

Ein echtes Superfood: Reich an Proteinen, Ballaststoffen, Mineralien und Antioxidantien – sättigend und nährstoffreich.

NATURREIS

Naturreis liefert komplexe Kohlenhydrate, viele Mineralstoffe und sättigt langanhaltend dank seines hohen Ballaststoffgehalts.

FORRÓ HAUS

MEHR ALS NUR EIN RESTAURANT

Willkommen im Forró Haus Stuttgart - einem Ort, an dem brasilianische Lebensfreude auf tiefe Menschlichkeit trifft. Was als Tanzschule begann, ist heute viel mehr: ein lebendiges Kulturhaus, ein Treffpunkt für Gemeinschaft, Begegnung und Sinnsuche.

Forró, der brasilianische Paartanz, steht bei uns nicht nur für Musik und Bewegung - sondern für Nähe, Vertrauen und das Miteinander. In einer Welt, die oft distanziert und schnell ist, lädt das Forró Haus dazu ein, wieder in Kontakt zu kommen: mit dem eigenen Körper, mit anderen Menschen, mit dem Leben selbst.

Unsere Vision:

Ein Raum für Kultur, Tanz, Philosophie, Heilung und Genuss - offen für alle Generationen. Hier tanzen wir, kochen wir, feiern wir - und bauen gemeinsam eine Bewegung für Menschlichkeit, Wärme und Verbindung.

Ob in unserem Restaurant, beim Konzert, auf einer Privatveranstaltung oder beim Tanzkurs:

Das Forró Haus lebt durch dich.

Schön, dass du da bist.



WENN DU MEHR ERFAHREN WILLST...



**FORRÓ
HAUS
STUTT GART**

**Böblingerstrasse 86
70199 Stuttgart
info@forrohaus.org
+49 1575 0766584**

Zusatzstoffe

- 1 Geschwefelt
- 2 Mit Farbstoff
- 3 Mit Antioxidationsmittel
- 4 Mit Phosphat
- 5 Mit Konservierungsstoff
- 6 Chininhaltig
- 7 Koffeinhaltig
- 8 Mit Geschmacksverstärker
- 9 Mit Süßstoff

Liebe Gäste, soweit Sie von Allergien betroffen sind, melden Sie sich. Gerne gibt Ihnen unsere separate Allergikerkarte Auskunft über die in den Speisen enthaltenen allergenen Zutaten.