

Vegetarisch-Vegan Leben in Freiburg

Neu in Freiburg, der erste Stadtbummel und an jeder Ecke sieht man Döner, Mc und Metzger, wohin man schaut nur tote Tiere. Doch keine Sorge: Auch wenn ihr zu den Menschen gehört, die lieber eine Gemüselasagne als Cheeseburger und Schweinebauch auf ihrem Speiseplan sehen, werdet ihr in Freiburg nicht hungern müssen, im Gegenteil: mensch kann hier als Veggie richtig gut leben!

Die besten Tipps lest ihr hier:

● Essen Gehen!

➡ *Euphrat*

Niemensstr.13
79098 Freiburg
Tel. 0761/22835

Orientalische Spezialitäten, z.B. Falafel oder Bulgur-Gemüse-Tasche, hier kennt man das Wort vegan!

➡ *Sesam*

An der Mehlwaage 2
79089 Freiburg
Tel. 0761/2181747
Mo-So 9.30-11.30

Leckeres Falafel mit veganer Sesamsoße, kein Joghurt. Schön orientalisch eingerichtet.

➡ *Mensa Rempartstraße*

Die gute alte Mensa bietet täglich ein vegetarisches Gericht; VeganerInnen gehen am besten ins Bistro (Salate, Antipasti, Gemüse, Reis, Nudeln: alles für 0,70 € je 100 g) oder ans Salatbuffet im 1. OG

➡ *Freiburger Salatstube*

Schiffstr. 7-9 (Schwarzwald-City, 1. OG)
79098 Freiburg
Tel. 0761/35911
Mo-Fr 10.00-20.00
Sa 10.00-18.00

Mehr als 50 frisch zubereitete Salate und ein Gemüsebuffet, leider etwas teuer.

➡ *Mocca Cabana*

Kirchstraße 35
79100 Freiburg
Tel. 0761/7074651
Mo-Fr 11.30-25 Uhr, Sa-So 15-25 Uhr

Selbst kreierte Getränke, fairgehandelter Kaffee, alles auch mit Sojamilch. Abends gibt's indisches Essen, auf Nachfrage vegan. Schöne Atmosphäre.

➡ *Aran*

Augustinerplatz
79098 Freiburg im Breisgau
Tel. 0761/2909664

Café-Kette, alles auch mit Sojamilch, Snacks und Kuchen sind nicht vegan, leider etwas teuer.

➡ *Josfritzcafé*

Wilhelmstrasse 15/1
79098 Freiburg
Tel. 0761/30019

Linkes Café mit gleichnamiger Buchhandlung, Vorträge, Parties und Konzerte, alles auch mit Sojamilch, gute Preise.

➡ *Eiscafé Mona Lisa*

Salzstr. 6
79098 Freiburg
Tel. 0174 /2108437

Hier gibt's veganes Reiseeis ohne Zucker (ähneln Sahne-Kirsch-Eis, sehr lecker!), viele vegane Fruchtessorten.

● **Selber Kochen!** – ist billiger und meistens besser – am besten natürlich BIO!

➡ Zutaten bekommt man

- auf dem Freiburger Wochenmarkt, täglich außer sonntags rund ums Münster: regionale Produkte zu günstigen Preisen
- in den beiden Alnatura-Super-Naturmärkten, einmal am Holzmarkt (Kaiser-Joseph-Str. 261) und einmal in der Vauban (Merzhauser Str. 179): Riesenauswahl an Bio-Produkten, Sonderangebote, Vergünstigtes von Gestern und Tische mit Kostproben, in dem Vauban-Alnatura kann man schon ab 8.30 Uhr einkaufen.
- im Reformhaus in der Schusterstr. 38: klein und schnuckelig mit netter Beratung oder im Reformhaus Bacher in der Schwarzwald-City (Schiffstr. 5-9): große Auswahl, dafür unpersönlicher
- in den vielen Freiburger Naturkostläden, Adressen gibt's auf www.naturkost.de, auf „Adressen“ klicken, dann „Läden“

➡ Rezepte gibt's auf

- www.veganwelt.de
- www.rezeptefuch.de
- www.tierrechtskochbuch.de
- www.vegane-rezepte.de

● **Engagieren!**

Wer nicht nur mit seiner/ihrer Ernährung was für die Tiere tun möchte, sondern politisch oder ganz praktisch aktiv werden will, kann sich verschiedenen Gruppen und Vereinen anschließen:

Wenn ihr noch Fragen habt, Rezepte oder Kochtipps braucht, euch engagieren möchtet oder einfach nur andere Veggies kennenlernen wollt, könnt ihr euch gerne an mich wenden!

Anna Maier
anna.maier@gmail.com

➡ Tierrechtsinitiative Freiburg e.V. (TIF)
www.tif.tierrechte.de
Postfach 5724
79025 Freiburg
Tel. 07724/3872
tif@tierrechte.de

Treffen jeden 3. Mittwoch im Monat, „Treffpunkt“ Freiburg im Zentrum Oberwiehre ZO (Rückseite) Schwarzwaldstr. 78d

Infostände, Demos, Mahnwachen, Unterschriften- und Postkartenaktionen, Leserbriefe: Die TIF ist immer zur Stelle, wenn Tierrechte missachtet werden und klärt die Öffentlichkeit auf.

➡ Vegetarierbund e.V., Regiogruppe Freiburg

Rosmarie Zähringer
Schauinslandstr. 26/b
79100 Freiburg
Tel. 0761/29882
rozaeh@aol.com

Infostände zu den Themen Ernährung, Umweltschutz, Tierrechte; jeden 1. Dienstag im Monat vegetarischer Stammtisch. Bitte anmelden, bzw. Treffpunkt vorher erfragen

➡ Tierschutzverein Freiburg
www.tierschutzverein-freiburg.de
Geschäftsstelle und Tierheim
In den Brechtern 1c
79111 Freiburg
Tel. 0761/84444
Fax 0761/891119
tierschutzverein-freiburg@web.de

Tierheim, Tierpension, Infoveranstaltungen, Tag der Offenen Tür; wer Mitglied ist (30 Euro Beitrag/Jahr) kann sich einen Lichtbildausweis ausstellen lassen und dann mit Tierheim-Hunden Gassi gehen.

