

Veganer & Vegetarischer Restaurantfuehrer - Teneriffa

Dieser Restaurantfuehrer zeigt dir die besten vegetarischen und veganen Lokale auf Teneriffa - fuer bewussten Genuss auf der Insel.

Puerto de la Cruz:

- El Limon - 100 % vegetarisch, viele vegane Gerichte
- Tasca Ihuey - saisonale Kueche, vegane Tapas

La Laguna:

- La Ecologica - Bio-zertifiziert, vegetarischer Mittagstisch
- Plan B - pflanzliche Burger, Bowls & Smoothies

Santa Cruz de Tenerife:

- La Verduleria - veganer Brunch, frische Salate
- Bulan - moderne vegetarische Kueche mit veganen Optionen

Costa Adeje / Sueden:

- The Bio Shop & Vegan Cafe - veganes Fruehstueck & Kuchen
- Good Vibes Tenerife - 100 % vegan, kreative Bowls

Wochenmaerkte & Bio-Produkte:

- Santa Cruz: Mercado Nuestra Senora de Africa
- Tacoronte: Bauernmarkt mit Direktverkauf
- La Laguna: Markt mit vielen vegetarischen Angeboten
- El Medano: Oeko-Markt samstags

Veganer & Vegetarischer Restaurantfuehrer - Teneriffa

Naturkostlaeden & Bio-Shops:

- Ecotienda La Paz (Puerto de la Cruz)
- Veritas (Santa Cruz)
- Planeta Organico (Los Cristianos)
- Herbolario Madre Tierra (La Laguna)

Kulinarische Highlights:

- Gofio - geroestetes Getreide, traditionell vegan
- Mojo Verde - vegane Koriandersauce
- Potaje - Gemuese- und Linseneintopf
- Tropische Fruechte - frisch von der Insel

Tipp:

In vielen klassischen Restaurants kannst du vegane Optionen erfragen. Die Nachfrage steigt - und das Angebot ebenso.

Guten Appetit - pflanzlich, gesund und lokal!