

Frühstück

bis 13.00 Uhr

Stand 01.01.2024

FITNESS-FRÜHSTÜCK (MENEMEN)

Rühreier nach orientalischer Art mit gebratenen Peperoni, Paprika und geschälten Tomaten serviert, mit Schafskäse, Oliven und dazu unser selbstgebackenes, gesundes Brot

nicht scharf!

BIO-FRÜHSTÜCK

ein hausgebackenes Bio-Croissant, Butter, Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, Griechischer Joghurt mit Frucht-Püree

... und wenn du magst mit Nutella (25g Gläschen)

VEGANES FRÜHSTÜCK

zwei Bagel, Margarine, Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, hausgemachtes Hummus und ein weiterer veganer Aufstrich, Chia-Pudding mit Frucht-Püree, Tomaten, Gurke, Salat

BAGEL-FRÜHSTÜCK

zwei Laugen-Sesam-Bagel, Butter, Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, selbstgemachter sahniger Frischkäse mit frischem Schnittlauch, mediterrane Salamisorten, Tomaten, Gurke, Salat

... und wenn du magst

MARKTKIEKER- FRÜHSTÜCK

Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, feine Wurst und Käseauswahl, selbstgemachter sahniger Frischkäse mit Radieschen und frischem Schnittlauch, Tomaten, Gurke, Salat, Obst - dazu ein bunter Brotkorb mit Butter

BAGEL-FRÜHSTÜCK NACH SYLTER ART

mit Räucherlachs

KÄSE-FRÜHSTÜCK

Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, feine Käseauswahl, selbstgemachter sahniger Frischkäse mit Radieschen und frischem Schnittlauch, Tomaten, Gurke, Salat, Obst - dazu ein bunter Brotkorb mit Butter

WURST-FRÜHSTÜCK

Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, feine Wurstausswahl, selbstgemachter sahniger Frischkäse mit Radieschen und frischem Schnittlauch, Tomaten, Gurke, Salat, Obst - dazu ein bunter Brotkorb mit Butter

PROSECCO-FRÜHSTÜCK FÜR ZWEI PERSONEN



Mamas hausgemachte Erdbeermarmelade, feine Wurst- und Käseauswahl, selbstgemachter sahniger Frischkäse mit Radieschen und frischem Schnittlauch, Räucherlachs, zwei gekochte Bio-Eier, Gurke, Tomate, Salat, Obst - dazu ein bunter Brotkorb mit Butter, zwei Gläser Sekt, Griechischer Joghurt mit Frucht-Püree und Obst
oder mit einer Portion Rührei

ALLE FRÜHSTÜCKSVARIATIONEN AUCH GLUTENFREI MÖGLICH.

Bei Minimierung von Frühstückskomponenten verringert sich der Preis NICHT.

EI-SPEZIALITÄTEN AUS ZWEI EIERN

Rühreier, Spiegeleier oder Omelett aus zwei Eiern
(immer mit frischem Schnittlauch)

mit Käse • Zwiebeln • Kirschtomaten • Paprika

mit Speckwürfeln

FRÜHSTÜCKS EXTRAS

| | |
|--|-----------------------------------|
| Bio-Croissant (A) | Bio-Ei (C) |
| (ca. 15 Min. Zubereitungszeit) | Eiersalat (C) |
| Hausgebackenes Dinkel-Brötchen (A) | Fleischsalat (G) |
| Hausgebackener Bagel (A, K) | Italienische Salami |
| Hausgebackenes Brot, drei Scheiben (A) | Zwiebelmett mit frischen Zwiebeln |
| Glutenfreie Brötchen | Schwarzwälder Schinken |
| Scheibe Mischbrot (A) | Portion Räucherlachs (D) |
| Portion Butter (G) | Tomaten & Mozzarella (G) |
| Bio Gouda (laktosefrei), eine Scheibe | Gurkenscheiben |
| Camembert (G) | frische Tomaten |
| Portion Frischkäse (G) | Griechischer Joghurt (G) |
| Portion Quark (G) | - mit hausgemachtem Fruchtpüree |
| hausgemachte Bio-Marmelade | Chia-Pudding mit Fruchtpüree |
| Honig | Portion Fruchtpüree |
| Nutella (25 g Gläschen) | |

Salate und mehr

GRIECHISCHER BAUERN Salat

Tomaten, Paprika, Gurke, Zwiebeln,
Schafskäse, Oliven, Peperoni

MIT GEGRILLTEN HÄHNCHENSTREIFEN

Tomaten, Paprika, Gurke, Zwiebeln,
Schafskäse, Oliven, Peperoni,
Hähnchenbrustfilet in Streifen

Zu allen Salaten reichen wir Ihnen selbstgebackenes Brot.

BAUERNFRÜHSTÜCK

mit gebratenen Kartoffeln, Speck, Zwiebeln, dazu Gewürzgurke

Suppen

Aus unserer Suppenküche gibt es hausgemachte, gesunde Suppen mit Gemüse der Saison. Dazu Brot aus unserer hauseigenen Bäckerei, serviert mit frischen Apfelscheiben.

GLUTENFREIE THAI-CURRYSUPPE

mit asiatischen Gewürzen, Hühnerfleisch, Zitronengras, Ingwer, frischem Koriander, Chilischoten
(4, A, G)

FRUCHTIGE TOMATENSUPPE

mit Basilikum, frischen Tomaten und Sahne

SELLERIE-APFEL-CURRYSUPPE VEGAN

serviert mit frischen Apfelscheiben
(G, T, H, A)

PIKANTE GULASCHSUPPE

mit Rindfleisch und roten Paprikawürfeln
(C, D, F, J, H, A)

KAROTTEN-INGWERSUPPE

mit Sahnehaube
(C, D, F, J, H, A)

KÜRBISCREMESUPPE

Rahmsuppe mit Muskat-Kürbis
(C, D, F, J, H, A)

Fleischgerichte

SCHNITZEL "PICCATA"

Bio-Hähnchenbrustfilet--Schnitzel in einer knusprigen Parmesanpanade
dazu Salzkartoffeln, Blattspinat und Sauce Hollandaise
(1, 2, 3, A, C, G)

BIO-HÜHNERFRIKASSEE

feinste Stücke vom Bio-Hühnchen in einer hellen Sauce mit Spargel und Erbsen,
dazu Langkornreis und mediterranes Grillgemüse
(1, 2, 3, A, C, G)

CHAMPIGNON-RAHM-SCHNITZEL

Paniertes Schweineschnitzel mit frischen Champignons in Rahmsauce
dazu Kroketten

SCHNITZEL MIT SAUCE HOLLANDAISE

Paniertes Schweineschnitzel mit frischem Gemüse, Kroketten
und Sauce Hollandaise

Vegetarisches

GEMÜSEAUFLAUF

mit Brokkoli, Blumenkohl Karotten, Lauch, Zwiebeln, Kartoffeln,
Sonnenblumenkernen und Käse überbacken
(B, A, C, G, H)

Spaghetti

SPAGHETTI GEMÜSEBOLOGNESE

fein gewürfeltes, italienisches Gemüse mit frischen Kräutern
im pulpigem Tomaten-Sugo

(1, 2, A, C, G)

SPAGHETTI BOLOGNESE

aus reinem Rindfleisch und Röstgemüse

(1, 2, A, C, G)

SPAGHETTI CARBONARA

mit Speck, Eigelb, gereiftem Peccorino und frischem Pfeffer

(1, 2, A, C, G)

SPAGHETTI GORGONZOLA

Gorgonzola, Sahne und in Weißwein geschwenkt

(1, 2, A, C, G)

SPAGHETTI "SCHNITZEL MILANESE"

Bio-Hähnchenbrustfilet-Schnitzel in einer knusprigen Parmesanpanade mit
Tomatengemüse, dazu Spaghetti

(1, 2, 3, A, C, G)

Crêpes mit klassischem Crêpeteig

HERZHAFTE CRÊPES

KÄSE-CRÊPES

mit Gorgonzola, Bio-Gouda, Parmesan
und italienischem Ricotta

SCHINKEN-CRÊPES

mit italienischem Ricotta und
Schinkenwürfeln

LACHS-CRÊPES

mit italienischem Ricotta und Lachs

SÜSSE CRÊPES

NATUR-CRÊPES

mit Zimt & Zucker

MARMELADEN-CRÊPES

mit hausgemachter
Bio-Marmelade

NUTELLA-CRÊPES

mit Nutella und Sahne

APFELMUS-CRÊPES

mit Apfelmus und Sahne

EIS-CRÊPES

mit zwei Kugeln Vanilleeis
und Sahne