



Badenbaden

Verantwortung. Nachhaltigkeit. Regionalität.

Honig – In Mehrweggebinden und regional: „Bienwerk“ Köln <www.bienwerk.de>

Lamm - und Kaninchenfleisch – Regional. Direkt vom erzeugenden Familienbetrieb: „Lapinchen“, Flammersheim <www.lapinchen.de>

Geflügel, Kalb, Wild und Eier – Ebenfalls „Lapinchen“, arbeitet zusammen mit „Familienbetrieben mit überschaubarer Herkunft der Tiere und ausgezeichneter Qualität“.

Obst und Gemüse – So regional wie machbar. Lieferant: „Abels Früchtewelt“, bezieht, soweit möglich, Ware aus dem Köln/Bonner Umland. Unter anderem auch Bio-zertifiziert.

Auch weitere Produkte versuchen wir diesbezüglich zu optimieren, z.B. benutzen wir palmölfreies Frittierfett.

Informationen zu enthaltenen Allergenen entnehmen Sie bitte unserer Sonderkarte

Vorspeisen und Suppen

Eine Portion Basilikumpesto mit 3 Scheiben Olivenbaguette <small>vegetarisch</small>	€ 2,50
Eine Portion Tomatenpesto mit 3 Scheiben Olivenbaguette <small>vegetarisch</small>	€ 2,50
Geröstete Blumenkohl-Mango-Suppe mit Basilikumpesto <small>vegan, glutenfrei</small>	€ 4,90

-Eine weitere Suppe finden Sie auf unserer Wochenkarte-

Salate

Alle Salate sind auch mit Balsamicovinaigrette oder PALEO-Tomatenvinaigrette erhältlich

Kleiner gemischter Salat mit Tomaten, Paprika, Gurken, Möhren, und Ananas in Mango-Chilidressing ²⁾⁹⁾ <small>vegan</small>	€ 5,50
Großer gemischter Salat mit Tomaten, Paprika, Gurken, Möhren, und Ananas in Mango-Chilidressing ²⁾⁹⁾ <small>vegan</small>	€ 7,90
Wildkräutersalat mit Pinienkernen, getrockneten Tomaten, und Grillgemüse in Tomatenvinaigrette <small>vegan/PALEO</small>	€ 8,90
Salate zusätzlich mit...	
... Räucherlachs und Honigsenfauce ²⁾⁹⁾	€ 3,00
... in Butterschmalz gebratenen Hähnchenbruststreifen	€ 3,00
... gebratenen Bio-Rindersteak Streifen	€ 4,50
... Mozzarella di bufala DOP und Basilikumpesto <small>vegetarisch</small>	€ 3,50
... honiggratiniertem Ziegenkäse, getrockneten Feigen und Walnusskernen <small>vegetarisch</small>	€ 4,90
... 5 Garnelen in Knoblauchöl gebraten	€ 4,50

Paleo Ernährung - Der Begriff Paleo ist die Kurzform für den Zeitraum des Paläolithikums, der Altsteinzeit. Die »Steinzeit-Ernährung« orientiert sich an der ursprünglichen Ernährung der Jäger und Sammler, ahmt diese mit den heute verfügbaren Lebensmitteln nach und setzt einen verstärkten Fokus auf hohe Lebensmittelqualität und Nachhaltigkeit.

Es wird auf Zucker, Getreide, Hülsenfrüchte, Milchprodukte, künstliche Zusatzstoffe und stark verarbeitete Fette verzichtet. Stattdessen stehen viel Gemüse, Fleisch & Fisch, Eier, Nüsse/Samen und Obst auf dem Programm.

Krustino mit kleiner Salatbeilage

Krustino, gegrillt, belegt mit Kräuterquark, Tomaten und...

<i>... Sandwichgurken und mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ vegetarisch</i>	€ 4,90
<i>... Sandwichgurken und Thunfisch</i>	€ 4,90
<i>... Sandwichgurken, Thunfisch und Gouda ²⁾³⁾</i>	€ 5,70
<i>... Sandwichgurken, Tandoori Hähnchen und Parmesan</i>	€ 5,70
<i>... Sandwichgurken, mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ und geräucherter Putenbrust ⁴⁾⁶⁾</i>	€ 5,70
<i>... Sandwichgurken und Ziegenkäse vegetarisch</i>	€ 6,90
<i>... Sandwichgurken, Räucherlachs und Honigsensauce ²⁾⁹⁾</i>	€ 6,90
<i>... Serranoschinken ⁴⁾⁵⁾, Rucola und Parmesan</i>	€ 6,90
<i>... Büffelmozzarella, Rucola und Basilikumpesto vegetarisch</i>	€ 6,90

Flammkuchen mit

<i>... Crème fraîche, Lauchzwiebeln und Speck ⁴⁾, gratiniert mit Parmesan</i>	€ 7,90
<i>... Crème fraîche, Grillgemüse, Ziegenkäse, Walnusskernen und Honig vegetarisch</i>	€ 8,90
<i>... Crème fraîche, frischen Tomaten, Räucherlachs und Parmesan</i>	€ 9,90
<i>... Crème fraîche und Parmesan gebacken, anschließend mit Serranoschinken ⁴⁾⁵⁾ und Rucola belegt</i>	€ 9,90
<i>... Crème fraîche, Tandoori Hähnchen, grünem Spargel und Parmesan</i>	€ 9,90

Hauptgerichte

Strammer Moritz – Kornknackerbrot mit Butter, mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ Rinder-Salami ²⁾ und 2 Bio Spiegeleiern belegt, mit kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 7,90
Glutenfreie Penne mit Basilikumpesto, Cherrytomaten und Pinienkernen <small>vegetarisch</small>	€ 8,90
Pasta zusätzlich mit...	
... geriebenem Parmesan <small>vegetarisch, glutenfrei</small>	€ 1,00
... Grillgemüse <small>vegetarisch</small>	€ 3,00
... gebratenen Hähnchenbruststreifen <small>laktosefrei, glutenfrei</small>	€ 3,00
... 5 Garnelen in Knoblauchöl gebraten	€ 4,50
Veganes Gemüsecurry mit Kokos, Zucchini, Blumenkohl, Möhren und Jasminreis <small>glutenfrei, laktosefrei, vegan</small>	€ 8,90
Curry zusätzlich mit...	
... gebratenen Hähnchenbruststreifen <small>laktosefrei, glutenfrei</small>	€ 3,00
Argentinisches -Rumpsteak <small>(220 g)</small> mit Kräuterbutter und kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 22,90
Pulled Lachs-Burger mit Currymayonnaise, Avocadocreme, Lauchzwiebeln und Tomate	€ 8,90
„Neptunbad Burger“ mit 200g Rinderhack, Zwiebel-Rauch-Marmelade, einer Scheibe Old Amsterdam, Bacon und Laugen-Buns von der Bäckerei Zeit für Brot	€ 9,90
Beilagen zu den Hauptgängen...	
... Beilagensalat in Mango-Chilidressing ²⁾⁹⁾	€ 3,00
... Pommes frites <small>vegan</small>	€ 2,30
... Süßkartoffel ²⁾ Pommes <small>vegan</small>	€ 3,50
... Heinz Ketchup oder Heinz Mayonnaise	€ 0,70

Desserts, Eis und Kuchen

Frischer Bio-Joghurt mit Walnusskernen und Honig vegetarisch € 3,90

Frischer Obstsalat vegan € 5,90

Frischer Obstsalat mit Bio-Joghurt vegetarisch € 5,90

Eine Kugel Eiscreme nach Angebot vegetarisch € 1,40

*Unsere Sorten: Mövenpick Crème Vanilla, Maple Walnuts, Chocolate Chips,
Coconut Crisp, Passionsfrucht Sorbet* vegan

Kuchen nach Angebot

Portion Sahne € 0,50

Weitere Dessertangebote finden Sie auf unserer Wochenkarte.