

ALL DAY FRÜHSTÜCK

Avocado Brot ^(1,2)

12,50

Gegrilltes Sauerteig Brot mit Frischkäse und Avocado, bestreut mit Fetakäse und serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Auf Wunsch vegan mit Hummus. ✓

Spiegel Ei 1,80/ Pochiertes Ei 1,80 /Lachs 3,90/Gekochtes Ei 1,80

Rührei -Brot ^(1,4)

13,90

Gegrilltes Sauerteigbrot leicht gebuttert, serviert mit Rührei aus drei Eier, Serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90

Rührei Croissant ^(1,4)

12,70

Gegrilltes Buttercroissant, serviert mit Rührei aus drei Eier, frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90

Egg-Bagel ^(1,2,4)

13,90

Gegrillter Bagel mit Frischkäse, Avocado und Spiegelei, bestreut mit Feta und serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce. Auf Wunsch vegan mit Hummus.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90

Amerikanisch ^(1,2,4,5)

15,70

Zwei American Bagels serviert mit Rührei aus drei Eier, Fetakäse, knusprigem Bacon, Butter, gegrillte Cherrytomaten, mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60

Rührei-Brot mit Sucuk ^(1,4)

14,70

Knusprig gegrilltes Sauerteigbrot, leicht gebuttert und serviert mit Rührei aus drei Volleiern und würzigem Sucuk. Verfeinert mit frischem Schnittlauch, gegrillten Cherrytomaten, dazu ein frischer Salat getoppt mit einem Kernemix und Granatapfelsauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60



ALL DAY FRÜHSTÜCK

Champignon Deluxe ^{V(1)}

13,90

Gegrilltes Sauerteigbrot, großzügig bestrichen mit einer cremigen Avocado-Creme, belegt mit saftigen, gegrillten Champignons und Cherrytomaten. Frischer Salat, ein knackiger Kernmix und ein Balsamico-Dressing runden dieses Gericht ab. Getoppt mit Kresse und Granatapfelkernen.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60

Avocado-Lachs-Tatar ^(1,2,3)

13,70

Avocado-Tatar mit Räucherlachs, gegrillte Cherrytomaten, gegrilltem Sauerteigbrot, serviert mit frischem Salat, Kernmix und hausgemachtem Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60

Chicken & Cheese ^(1,2)

14,70

Zwei Scheiben knusprig gegrilltes Sauerteigbrot, bestrichen mit einer Avocado-Creme, belegt mit süßen Cherrytomaten und saftigem Hähnchenbrustfilet. Getoppt mit würzigem Fetakäse. Dazu frischer Salat, ein knackigen Kernmix und Granatapfelsauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60

Beef & Egg ^(1,2,6)

14,70

Zwei Scheiben knusprig gegrilltes Sauerteigbrot, bestrichen mit cremiger Avocado-Creme, belegt mit knusprigen Röstzwiebeln, Tomaten und einem hausgemachten Beef-Patty. Dazu ein Spiegelei und hausgemachte Sauce, serviert mit frischem Salat oder knusprigen Pommies.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60



SANDWICHES

Tomate-Mozzarella (1,2)

11,90

Gegrilltes Vollkornsandwich bestrichen mit grünem Pesto, belegt mit Tomaten, Mozzarella und frischem Ruccola. Serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90

Club Sandwich - Tripple Toast (1,2,5)

14,90

3 Gegrilltes Vollkornsandwich bestrichen mit Humos, belegt mit Avocado, Salat, Mozzarella und knusprigem Bacon. Serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90

Avocado-Cheese (1,2)

11,90

Gegrilltes Vollkornsandwich bestrichen mit Avocado-creme (Avocado, Frischkäse und Gouda), belegt mit Tomate und frischem Ruccola. Serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60

Bacon & Egg (1,2,3,5)

12,50

Gegrilltes Vollkornsandwich belegt mit einem Spiegelei, knusprigem Bacon und Käse. Serviert mit frischem Salat, Kernemix und Honig-Senf-Sauce.

Bacon 3,90/Feta 2,80/Avocado 2,50/Lachs 3,90/Butter 0,60





PANCAKES UND WAFFEL

Pancakes (1,2,4)

12,90

Drei Pancakes mit Ahornsirup und Beerenkompott serviert mit frischen Früchten.

Schoko Pancakes (1,2,4)

12,90

Drei Pancakes mit Schokosoße. Puderzucker serviert mit frischen Früchten.

Porridge (2)

10,50

Zimt-Kokos Haferflockenporridge mit Beerenkompott serviert mit frischen Früchten.

Auf Wunsch auch vegan mit Hafermilch zubereitet.

Schoko Porridge (1,2,3)

10,90

Schoko Haferflockenporridge mit Erdnussbutter verfeinert, serviert mit frischen Früchten.

Auf Wunsch auch vegan mit Hafermilch zubereitet.

Classic Waffel (1,2,4)

5,50

Waffel serviert mit Puderzucker

Hansestadt Waffel (1,2,4)

6,50

Waffel serviert mit Banane und Schokoladensauce

Belgische Butter Waffel (1,2,4)

7,50

Waffel serviert mit Eis deiner Wahl, Schokoladensauce und Sahne

Eissorten zur Auswahl: Vanille, Schoko, Erdbeere.



FRESH & HEALTHY

Avocado Power Bowl [✓]

11,90

Knackiger Salatmix getoppt mit Avocado, frischer Ananas, Edamame, Roter Bete und Cherrytomaten verfeinert mit hausgemachtem Kichererbsen-Minz Dressing.

Tofu 3,50/Hähnchen 4,50/Porchiertes Ei 1,80

Happy Buddha Bowl ^(2,3)

11,90

Knackiger Salatmix getoppt mit mildem Hirtenkäse, einem pochierten Ei, Kichererbsen, Roter Bete, Gurke, gebutterte Toastwürfel und Granatapfelkernen verfeinert mit hausgemachtem Kichererbsen-Minz Dressing.

Tofu 3,50/Hähnchen 4,50/Porchiertes Ei 1,80

Falafel Bowl

12,90

Knackiger Salatmix getoppt mit Roter Bete, Avocado, mildem Hirtenkäsem, Edamame, Grandapfelkernen, Falafel Bällchen dazu hausgemachter Hummus.

Tofu 3,50/Hähnchen 4,50/Porchiertes Ei 1,80

SMOOTHIES

Berry Boom ⁽²⁾

8,50

Himbeeren, Banane, Minze, Honig und Milch

Auf Wunsch auch vegan mit Hafermilch und Ahornsirup zubereitet

Immun Booster ⁽²⁾

8,50

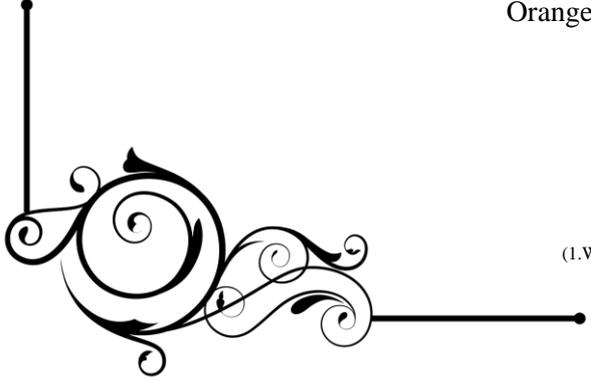
Orangensaft, Banane, Mango, Honig und Milch

Auf Wunsch auch vegan mit Hafermilch und Ahornsirup zubereitet

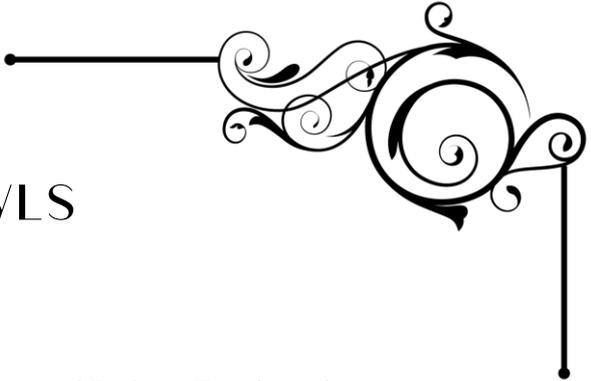
Power Ranger [✓]

8,50

Orangensaft, Kiwi, Banane, Apfel und Spinat



(1.Weizen) (2.Milch) (3.Fish) (4.Ei) (5.Schweinefleisch)



SMOOTHIE - BOWLS

Sunshine Bowl ⁽²⁾

10,50

Kalte Smoothiebowl zubereitet aus gefrorener Mango, Banane und Joghurt. Topping mit Kokosflocken, unterschiedlichen Samen und frischen Früchten.

Auf Wunsch auch vegan möglich. ✓

Red Bowl ⁽²⁾

10,50

Kalte Smootiebowl zubereitet aus gefrorenen Himbeeren, Banane und Joghurt. Topping mit Kokosflocken, unterschiedlichen Samen und frischen Früchten.

Auf Wunsch auch vegan möglich. ✓

HAUSGEMACHTE BURGER

Alle Burger werden wahlweise mit Salat oder Pommes serviert.

Beyond Smash Burger ✓

15,90

Veganes Beyond Meat-Patty, mit cremiger Avocado, frischen Tomaten, knusprigen Röstzwiebeln, Salat und veganer Mayonnaise.

Avocado Smash Burger ^(1,2,6)

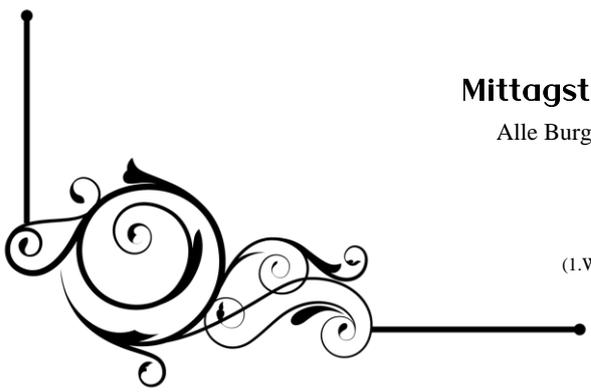
15,50

Hausgemachter 150g Beef-Patty, Avocado-creme, knackigen Zwiebeln, frischen Tomaten, Salat und herzhaftem Burgerkäse.

Champignon Smash Burger ^(1,2,6)

15,50

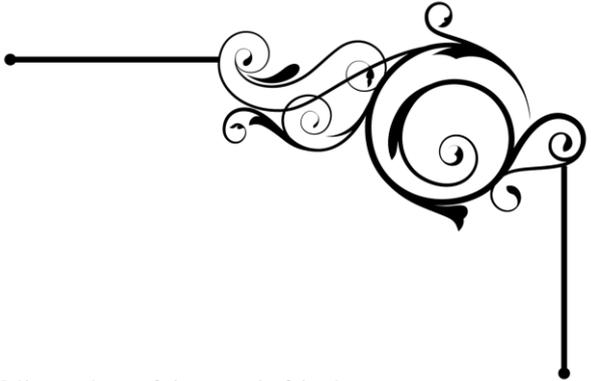
Hausgemachter 150g Beef-Patty, getoppt mit gegrillten Champignons, hausgemachter Burgersauce, Feta, Zwiebeln, Tomaten und frischem Salat



Mittagstisch: Di-Fr von 12:00 - 15:00 Uhr

Alle Burger Menüs mit einem Softdrink nach Wahl 13,90

(1.Weizen) (2.Milch) (3.Fish) (4.Ei) (5.Schweinefleisch)



PASTA

Penne All'Arrabbiata ^(1,2)

13,50 €

Würzige Penne in pikanter Tomatensauce mit Knoblauch und Olivenöl, verfeinert mit frischen Kirschtomaten, Basilikum und reichlich Parmesankäse. Leicht scharf.

Pasta Primavera ^(1,2)

14,90 €

Eine bunte Mischung aus saisonalem Gemüse in Olivenöl geschwenkt und mit frischem Basilikum sowie einer Prise Parmesan abgerundet.

Pasta al Salmone ^(1,2,3)

15,50 €

Penne in einer leichten Knoblauch-Olivenöl-Sauce, gekrönt mit zarten Lachsstreifen, verfeinert mit frischem Basilikum und Parmesan.

Spaghetti Bolognese ^(1,2)

13,90 €

Klassische Spaghetti in Hackfleisch-Tomatensauce, verfeinert mit Basilikum und einer großzügigen Portion Parmesan.

Spaghetti Carbonara ^(1,4)

13,90 €

Spaghetti in einer cremigen Sahnesauce mit knusprigem Speck, fruchtigen Cherrytomaten, Eigelb und feinstem Parmesankäse.



Mittagstisch: Di-Fr von 12:00 - 15:00 Uhr

Alle Pasta Sorten mit einem Softdrink nach Wahl 12,90

(1.Weizen) (2.Milch) (3.Fish) (4.Ei) (5.Schweinefleisch)



HAUSGEMACHTE LIMONADE

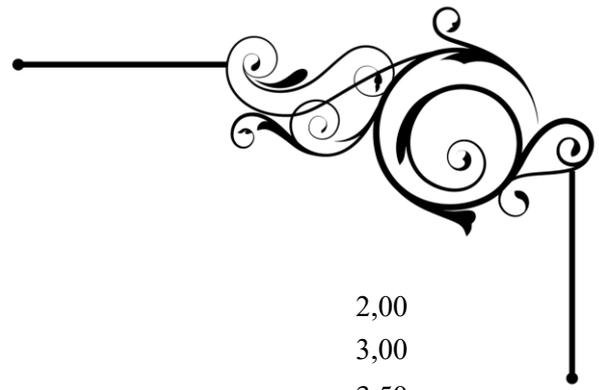
Homemade Original Orangensaft, Grenadine, Orange, Limette, Rohrzuckersirup & Lime Juice	6,50
Lime-Mint Limonade Frischer Zitronensaft, Minze, Limette, Rohrzuckersirup & Soda	6,50
Ingwer-Zitronen Limonade Ingwer Shot, Blue Curacao, Sweet & Sour Limonaden Mix, , Zitrone, frische Minze & Soda	6,90
Passionfruit Limonade Maracujasirup, Sweet & Sour Limonaden Mix, Tafelwasser & Orangenscheibe	6,50
Watermelon Limonade Wassermelonensirup, Sweet & Sour Limonaden Mix, Gurken & Zitronenscheibe, Minze & Soda	6,90
Strawberry Limonade Erdbeersirup, Zitronensaft, Sweet & Sour Limonaden Mix, Zitrone, frische Minze & Soda	6,50
Himbeer-Mint Limonade Himbeeren Sirup, Zitronensaft, Sweet & Sour Limonaden Mix, Zitrone, frische Minze & Soda	6,90

KALTE GETRÄNKE

Wasser	0,3 Laut/Leise	2,90
Wasser	0,7 Laut/Leise	6,90
Frisch gepresster Orangensaft	0,31	4,70
Eims Saft Frisch gepresster Orangensaft, Minze und Zitronen	0,31	4,90
Mimosa Orangensaft und Sekt (unsere Empfehlung mit einem Schuss Grenadine)	0,31	4,90
Maracuja Saft	0,31	4,80
Maracujaschorle	0,31	4,50
Apfelsaft	0,31	4,50
Apfelschorle	0,31	4,50
Ananas Saft	0,31	3,50
Fritz Sorten Fritz Rhabarberschorle, Fritz Kola ohne Zucker, Fritz Apfel-Kirsch-Holunder, Fritz limo-Orange, Fritz Apfelschorle, Fritz Kola		3,40



(1.Weizen) (2.Milch) (3.Fish) (4.Ei) (5.Schweinefleisch)



KAFFEE

Espresso	2,00
Doppelter Espresso	3,00
Espresso Macchiato	3,50
Cappuccino	3,50
Cappuccino groß	3,90
Milchkaffee	3,90
Flat White	4,00
Café Crema	3,50
Latte Macchiato	4,00
Frischer Filter-Kaffee 0,6 l (für 2 Personen)	7,00
Chai Latte	4,80
Dirty Chai Latte	5,80
Heiße Schokolade	4,80
Ice Latte	4,80
Pumpkin Spice Latte (Oktober-Dezember)	4,90
Oatly Hafermilch	0,50

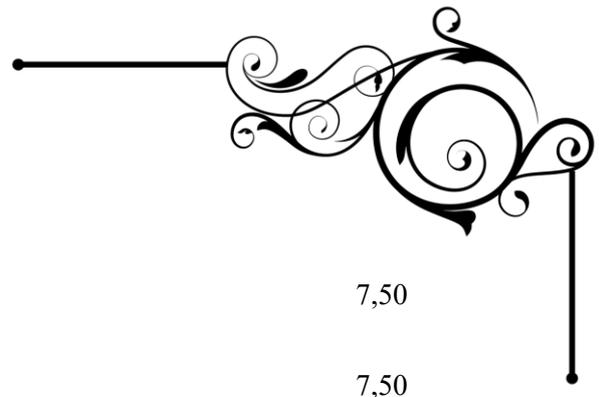
Auf Wunsch sind alle Kaffeesorten auch koffeinfrei möglich.

TEE

Schwarzer Tee	3,00
Earl Grey	
Grüner Tee	3,00
Früchtetee	3,00
Sweet Berries, Rooibos Cream Orange	
Frischer Ingwer, Frische Minze	4,00
Frischer Ingwer & Minze	4,50
Teekanne	7,50
Frische Minze, grüner Tee und Honig	

(1.Weizen) (2.Milch) (3.Fish) (4.Ei) (5.Schweinefleisch)





APERITIFS

Aperol Spritz Prosecco, Aperol & Orangenscheibe	7,50
Campari Spritz Prosecco, Campari, Orangenscheibe & Soda	7,50
Lillet Berry Lillet Blanc, Schweppes Wild Berry & Verschiedene Beeren	7,90
Lillet Buck Lillet Blanc, Limettensaft, Limettenscheibe & Ginger Ale	7,90

WEIN

Weißwein Chardonnay	4,90
Rotwein Merlot	4,90
Rosé Black Tower, Süß und Fruchtig	4,90
Prosecco Trocken	4,90

BIER

Beck's	4,50
Desperados	4,80
Franziskaner Hefe - Weißbier hell	4,80
Alsterwasser	4,80
Heineken	3,90

COCKTAILS

Mojito Havana Club, frisch gepresster Limettensaft, Minze, Rohrzucker & Soda	8,00
Mojito Raspberry Bacardi Razz, Lime Juice, Minze, Himbeeren & Rohrzucker	8,00
Flash-Back Frische Erdbeer, Likör 43 & Lime Juic	8,00
Caipirinha Cachaça, Lime & Rohrzucker	8,00
Strawberry Caipirinha Vodka, Limette, Erdbeersirup & Rohrzucker	8,00
Pina Colada Rum, Kokus, Sahne & Ananassaft	8,00

(1.Weizen) (2.Milch) (3.Fish) (4.Ei) (5.Schweinefleisch)

