

FRISCHE SÄFTE

• Fresh Orange Frischer Orangensaft, 0.4 l	6,90
• Beauty Rote Beete, Apfel, Sellerie, Ingwer, 0.4 l	6,90
• Energy Apfel, Möhre, Ingwer, 0.4 l	6,90
• Gold Power Möhre, Orange, Kurkuma, 0.4 l	6,90
• Detox Me Gurke, Apfel, Zitrone, Ingwer, 0.4 l	6,90
• Ginger Orange Möhre, Orange, Ingwer, 0.4 l	6,90
• Fitness Grapefruit, Orange, Kiwi, 0.4 l	6,90
• Shock Me Ingwer-Zitrone-Shot, 0.1 l	3,50

SMOOTHIES

• Dream Power Apfel, Erdbeere, Orange, Maracuja, Minze, 0.4 l	7,50
• Jungle Mango, Maracuja, Physalis, 0.4 l	7,50
• Sweet Lady Orange, Erbeere, Maracuja, 0.4 l	7,50
• Happy Orange, Erbeere, Banane, 0.4 l	7,50
• Green Garden Avocado, Chiasamen, Minze, Apfel, Zitrone, 0.4 l	7,50
• Red Power Rote Beete, Avocado, Apfel, Zimt, 0.4 l	7,50
• Tropical Spinat, Ananas, Apfel, Ingwer, 0.4 l	7,50

Alle Säfte und Smoothies sind
zu 100 % natürlich und vegan

KALTE GETRÄNKE

• Hausgemachte Limonaden •

• Basilikum, Ingwer, Minze 0.4 l	4,90
• Limette, Minze, Traube 0.4 l	4,90

• Schorlen •

• Apfelschorle 0.4 l	4,50
• Rhabarberschorle 0.4 l	4,50
• Maracujaschorle 0.4 l	4,50
• Johannisbeerenschorle 0.4 l	4,50
• Mangoschorle 0.4 l	4,50

• Wasser •

• Vio 0,25 l feinperlig	2,50
• Vio 0,75 l stil	7,00

• Cucumis Limonaden •

• Cucumis Gurke 0.33 l	3,50
• Cucumis Lavendel 0.33 l	3,50

• Coca Cola •

• Coca Cola 0.2 l	3,20
• Coca Cola Zero 0.2 l	3,20

• Prickelndes •

• Prosecco	6,90
• Lillet	8,90
• Déjà-Vu	8,90
• Aperol Spritz	8,90
• Crémant	9,00
• Crémant - Flasche	35,00

• Wein (Bio) •

• Weißwein	7,50
• Roséwein	7,50
• Rotwein	7,50

HEISSE GETRÄNKE

• Tee •

• Frischer Minztee	3,50
• Frischer Ingwertee	3,50
• Frische Minze & Orange mit Ingwer	4,90
• Heiße Zitrone mit Ingwer	3,90
• Flower Schwarztee mit Blüten	3,50
• Detox Matetee, Grüntee, Lemongrass, Verbenenblätter	3,50
• Exotica Kräutertee mit Früchten	3,50
• Lemon Dream Grüntee mit Lemongrass	3,50
• Earl Grey	3,50
• Rooiboos-Orange	3,50

• Chai Latte •

• Chai Latte	4,50
--------------	------

• Kaffee •

• Espresso	2,10
• Espresso Doppio	2,80
• Cafe Crema	3,20
• Americano	3,20
• Cappuccino	3,90
• Milchkaffee	4,50
• Latte Macchiato 0,3 l	4,30
• Eiskaffee	4,50
• Flat White	4,20
• Matcha Latte	4,90
• Golden Latte mit Kardamom, Zimt & Kurkuma	4,90
• Extra Shot Espresso	0,90
• Haferdrink	0,50

• Heiße Schokolade •

• Heiße Schokolade	3,90
• Heiße Schokolade mit Espresso	4,50

FRÜHSTÜCK

- **Bonjour ma chérie** 11,50
2 Croissants, hausgemachte Konfitüre, Butter, Mini-Vanille-Quark mit frischen Früchten
- **Rührei** 11,50
Große Portion Rührei mit Sylter Bauernbrot von Gaues und Schnittlauch
- **Bauernlaune** 14,50
Sylter Bauernbrot von Gaues, Frischkäse, Schnittlauch, Avocado, Rührei oder Spiegelei
- **Mellenous-Omelette** 16,50
Sylter Bauernbrot von Gaues, gegrillte Tomaten, Orientalisches Gewürz, Kurkuma, Tomatenpaste, Rührei, geröstete Cashewkerne
- **Ein Hauch Italien** 15,50
Sylter Bauernbrot von Gaues, ofengeröstete Tomaten, Basilikum-Pesto, Büffelmozzarella, geröstete Cashewkerne
- **Smashed Avocado** 17,50
Sylter Bauernbrot von Gaues, Avocado, Cherrytomaten, kleiner Wildsalat, geröstete Kerne, scrambled Tofu oder Rührei
- **Full English Breakfast** 18,90
Sylter Bauernbrot von Gaues, 2 Spiegeleier, Speck, Würstchen, Bohnen, Pilze, ofengeröstete Tomaten
- **Papaya-Boot (vegan)** 17,50
halbe Papaya, gefüllt mit hausgemachtem Vanille-Mango-Quark, dazu Früchte und Granola
- **Ise-Frühstück** 16,50
Sylter Bauernbrot von Gaues, Käse- und Wurstaufschnitt, gekochtes Ei, Mini-Vanillequark mit frischen Früchten, 0,2 l frisch gepresster Orangensaft
- **Eier Benedict** 16,50
Sylter Bauernbrot, 2 Spiegeleier, knusprige Baconstreifen, geschmolzene Zwiebeln, Sauce Hollandaise, Salatbeilage

Upgrades

- Halbe Avocado 2,50
- Feta 3,00
- Hähnchenstreifen 3,90
- Caramelltomaten 2,50
- Rührei 4,00/Stk.
- Sucuk 3,00
- Hummus (Rote Beete/normal) 3,00
- Guacamole 2,50
- Croissant 2,50
- Kräuterfrischkäse 2,50
- Borani-Spinat 2,50
- Scrambled Tofu 3,00
- Speck 3,50

Alle von uns verwendeten Eier stammen vom Hornbrooker Hof.

WAFFELN

- Puderzucker 5,50
- Nutella 6,50
- Ahornsirup 12,50
mit Ahornsirup und frischen Früchten
- Banane-Erdnuss 12,50
mit Erdnussmus, Banane, Zimt und Honig

PANCAKES

- Mit Ahornsirup und Früchten • 14,90 •

- leckere Toppings für Waffeln und Pancakes • je 2,50 •

- Vanille-Mango-Quark
- Apfelkompott
- Pflaumenkompott
- Granatapfelkerne
- frischer Apfel
- frische Passionsfrucht
- hausgemachtes Granola
- Dattelpaste
- Erdnusspaste
- Rhabarberkompott
- frische Ananas
- frische Kiwi
- frische Banane

HAUSGEMACHTE KUCHEN

- In unserer Vitrine •

FRÜHSTÜCKS-BOWLS

- leckere Bowls zum selbst zusammenstellen •

- hausgemachte Bases •

- warmes Hafer-Porridge mit Haferdrink 9,50
- Fruity Granola-Quark Bowl (vegan) 13,50
Vanille-Mango Quark, Frische Früchte, Granola, Chiasamen

- leckere Toppings • je 2,50 •

- Vanille-Mango-Quark
- Apfelkompott
- Pflaumenkompott
- Quittenkompott
- frischer Apfel
- frische Kiwi
- hausgemachtes Granola
- Kokosraspel
- Dattelpaste
- Erdnusspaste
- Rhabarberkompott
- frische Ananas
- frische Passionsfrucht
- frische Banane
- Granatapfelkerne
- Chiasamen (0,50)

WRAPS (VEGAN)

- Bei Ruth 14,50
Hummus, gerösteter Blumenkohl, gebratene Karotte, frittierte Kartoffelwürfel, Petersilie, Sesamsauce, Wildsalat
- Genie 14,50
Gegrillte Aubergine, frittierte Kartoffelwürfel, geröstete Walnüsse, Wildsalat
- Smokey 14,90
BBQ-No-Chicken (vegan), frittierte Kartoffelwürfel, karamellisierte Zwiebeln, Wildsalat
- Pesto 14,50
Pesto, Mozzarella, Avocado, gegrillte Tomaten

SANDWICHES

- gegrillt, mit Sylter Bauernbrot von Gaues •

- Avocado 12,50
Avocado, Pesto, Mozzarella, gegrillte Tomate, Rucola
- Chicken 13,00
Hähnchenbrust, Pesto, Mozzarella, gegrillte Tomate, Rucola
- Hummus 13,00
Avocado, Hummus, gegrillte Tomate, Möhre, Sprossensalat
- Rote Beete-Hummus 13,50
Rote Beete-Hummus, Walnüsse, Rucola, Möhren, Trüffelbalsamico
- No-Chicken (vegan) 13,90
smashed Avocado, Röstzwiebeln, Tomate, Salato
- Istanbul 13,90
Suçuk, gegrillte Tomaten, Feta, Wildsalat

SALATE

- Happy News 13,50
Wildsalat, Avocado, Feta-Käse, Rote Beete, Couscous, Walnüsse, Cherry-Tomaten,
- Maui Baby 13,70
Wildsalat, Avocado, Tofu, Cherry-Tomaten, Baby-Spinat, Passionsfrucht, Kürbiskerne
- Check Me 13,90
Großer Salatmix, gerösteter Spinat, Kartoffelwürfel, Auberginenragout, gebratenes No-Chicken (vegan), Couscous
- Salade de Chèvre 14,90
Großer Salatmix, gebackener Ziegenkäse, Rote Beete, karamellisierte Walnüsse, mit Sesamsauce
- Salade á la Burrata 13,50
Burrata, Avocado, Pesto, Datteltomaten, Trüffelbalsamico oder Balsamico