

**N.i.L.**

barvital

**Hinweis:**

Für Allergiker halten wir eine speziell mit Allergenen und Zusatzstoffen gekennzeichnete Speisekarte bereit, die Ihnen unser Service gern überreicht. Weitere Informationen zu diesem Thema befinden sich auf der letzten Seite dieser Karte.

N.i.L. barvital

## Neue innovative Lebenslust

Das N.i.L. versteht sich als ein Ort für Menschen, die anregende Kommunikation, entspannte Atmosphäre, angenehmes Ambiente und qualitativ hochwertige Speisen als Einheit erleben wollen.

Es bietet einen Rahmen, in dem Essen und Freude die gleiche Bedeutung erhalten.

Nehmen Sie sich bei uns die Zeit, wieder einmal etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun. Seien Sie unser Gast und genießen Sie die stets frisch zubereiteten und gesunden Speisen.

Wir haben bei der Gestaltung der Speisekarte großen Wert darauf gelegt, dass Sie einen schnellen Überblick darüber erhalten, welche Gerichte vegetarisch oder vegan angeboten werden.

Die Rubrik **Wohlfühl- und Gute-Laune-Küche** bietet zudem eine Auswahl von Speisen für alle Gäste an, die nur Appetit auf eine Kleinigkeit verspüren.

**Frisch, kreativ, köstlich und immer mit der besonderen Note!**

Kosten Sie jeden Tag voll aus – mit Wellfood zum Frühstück, zum Mittag, am Abend und mit kleinen Snacks zwischendurch.

**Wir servieren Ihnen Frische vom Feinsten und sind Gastgeber mit Leib und Seele, nehmen Sie uns beim Wort!**

N.i.L.

barvital

## Fit in den Tag

Das Frühstück ist nicht nur die wichtigste Mahlzeit des Tages, sondern schafft auch die Grundlage für einen guten Start in den Tag! Hochwertige Proteine und Vitamine, wie sie im vollen Korn, in Säften und Milchprodukten enthalten sind, sorgen für Konzentrations- und Leistungsfähigkeit.

**Unsere Brot- und Brötchensorten sind vegan.**

**Ein großes Heißgetränk Ihrer Wahl ist im Frühstückspreis enthalten!**

### **Französisches Frühstück** € 7,50

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, 2 Croissants, Butter, hausgemachte Konfitüre und Nutella **oder** Honig

### **Rührei Frühstück mit Gemüse** € 8,90

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, 1 Scheibe Vollkornbrot und 1 Brötchen **oder** 1 Baguette, Butter, Vital-Rührei mit frischem Gemüse, Kräutern und Kürbiskernen

### **Rührei Frühstück mit Serrano** € 9,80

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, 1 Scheibe Vollkornbrot und 1 Brötchen **oder** 1 Baguette, Butter, Rührei mit luftgetrocknetem Serranoschinken<sup>1,2</sup> und Schnittlauch

### **Klassisches Frühstück** € 9,80

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, Brotkorb mit 1 Brötchen, 1 Baguette und 1 Scheibe Vollkornbrot, Butter, hausgemachte Konfitüre, Schnittkäse, Brie, gekochtes Ei, variierender Aufschnitt<sup>1,2</sup>, Fleischsalat<sup>1,2</sup> **oder** hausgemachter Eiersalat

### **Vegetarisches Frühstück** € 9,80

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, Brotkorb mit 1 Brötchen, 1 Baguette und 1 Scheibe Vollkornbrot, Butter, hausgemachte Konfitüre, Schnittkäse, Brie, Kräuterquark, hausgemachter Eiersalat, Joghurt mit frischen Früchten

### **Mediterranes Frühstück** € 10,80

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, Brotkorb mit 1 Baguette und 2 Brötchen, Butter, hausgemachte Konfitüre, luftgetrockneter Serranoschinken<sup>1,2</sup>, mediterrane Salami<sup>1,2</sup>, Manchegokäse, Tomate-Mozzarella mit Balsamico & Olivenöl

### **Fitness Frühstück** € 11,50

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, Brotkorb mit 1 Mehrkornbrötchen und 2 Scheiben Vollkornbrot, Butter, Portion Rührei, Räucherlachs mit Sahnemeerrettich, Pastrami<sup>1,2,4</sup>, Schnittkäse, Kräuterquark, Bircher Müsli & frische Früchte

## Veganes Frühstück

€ 11,50

Großes Heißgetränk nach Wahl (mit Sojamilch), 0,1 frisch gepresster Orangensaft, vegane Brotkorbzusammenstellung mit 1 Brötchen, 1 Scheibe Vollkornbrot und 1 Baguette, Pflanzenmargarine, hausgemachte vegane Konfitüre, Hummus, variierender veganer Aufstrich, Tomaten-, Gurken- und Avocadoscheiben mit Balsamico & Olivenöl, Obstsalat aus frischen Früchten

## Verwöhn Frühstück

€ 14,90

Großes Heißgetränk nach Wahl, 0,1 frisch gepresster Orangensaft, 0,1 Glas Prosecco, Brotkorb mit 1 Brötchen, 1 Baguette, 1 Scheibe Vollkornbrot und 1 Croissant, Butter, hausgemachte Konfitüre, Nutella, Joghurt mit frischen Früchten, Pastrami<sup>1,2,4</sup>, Räucherlachs mit Sahne-  
meerrettich, luftgetrockneter Serranoschinken<sup>1,2</sup>, mediterrane Salami<sup>1,2</sup>, Schnittkäse, Brie, Portion Rührei mit Schnittlauch **oder** hausgemachter Eiersalat

## Müsli & More

Crunchy Müsli mit Joghurt € 4,20  
aus Vollkornhaferflocken und Kokosnuss

Crunchy Müsli mit Joghurt und frischen Früchten € 5,70

Bircher Müsli € 4,20

Bircher Müsli mit frischen Früchten € 5,70

Frischer Obstsalat € 3,90

Joghurt mit frischen Früchten € 4,90

„Dreierlei“ € 4,90

Bircher Müsli, frische Früchte und Joghurt  
zusammen in einer Schale

Mango-Lassi Gl. 0,2 € 3,50

(Naturjoghurt, Mango) Gl. 0,3 € 4,50

Mini-Schale Joghurt € 1,50

Mini-Schale Crunchy € 1,70

Mini-Schale Bircher € 1,70

Mini-Schale frischer Obstsalat € 1,80

## Einzelbestellungen zum Frühstück

Gekochtes Ei € 1,20

Rührei & Schnittlauch € 4,20

Rührei & frisches Gemüse € 4,80

Rührei & Serranoschinken<sup>1,2</sup> € 5,90

1 Scheibe Vollkornbrot € 0,80

1 Brötchen € 1,20

1 Baguette € 1,20

1 Croissant € 1,50

Portion Butter, Konfitüre, Nutella, Honig je € 0,90

Portion Schnittkäse, Brie, Frischkäse, Kräuterquark je € 1,50

Portion hausgemachter Eiersalat, Fleischsalat<sup>1,2</sup> je € 2,00

Portion mediterrane Salami<sup>1,2</sup> € 2,00

Portion Pastrami<sup>1,2</sup> € 3,50

Portion luftgetrockneter Serranoschinken<sup>1,2</sup> € 3,50

Portion Räucherlachs mit Sahne-  
meerrettich € 3,50

# Wellfood

## Wohlfühl- und Gute-Laune-Küche

### **Frisch, kreativ, köstlich und immer mit der besonderen Note.**

Sie spüren keinen großen Hunger, sondern nur den kleinen Appetit? Dann sind Sie auf dieser Seite genau richtig! Diese pikanten, aromatischen kleinen Gerichte füllen die Sinne, nicht den Bauch!

### **Vegan & vegetarisch**

#### **N.i.L. - Minis**

**Schälchen Mojo** (vegan) € 2,70  
nach Wahl (rot, grün, gelb) mit Brot

**Schälchen Aioli oder Kräuterquark** mit Brot € 2,70

**Schälchen Oliven** mit Brot (vegan) € 2,90

#### **N.i.L. - Brote geröstet**

mit frischem Knoblauch, Olivenöl (vegan) € 2,50

mit Tomate, Basilikum, Olivenöl, Balsamico (vegan) € 3,20

mit Hummus, Avocadospalten, Pinienkernen (vegan) € 4,80

#### **N.i.L. - Brote geröstet und gratiniert**

mit Ziegenkäse, frischer Ananas, Honig, Rosmarin € 4,80

mit Gorgonzola, Birnenspalten, Walnüssen € 4,80

mit Mozzarella, Tomate, Rucola, Parmesan € 4,80

### **Kleine & leichte Gerichte**

**Bruschetta** € 6,50

Drei kleine geröstete Brote mit Tomatenwürfeln, Knoblauch, Parmesan, Olivenöl & Basilikum

**Manchego-Käse** € 6,90

Spanischer Hartkäse aus Schafmilch mit Oliven & Brot

**Hausgemachte Quiche** mit Salatbeilage € 7,50

**Schafkäse mit Wassermelone** € 8,90

und Walnüssen, Minze & Brot

**Gedünstetes Wokgemüse** (vegan) € 9,50

in Sesam-Sojasauce mit Ingwer, Chili, Limette & Brot

**Süßkartoffel-Kichererbsen-Curry** (vegan) € 9,80

mit Zucchini, Champignons, Paprika, Zuckerschoten, roten Zwiebeln, Erdnuss-Mango-Kokos-Sauce

**Schafkäse & Gemüse aus dem Wok** € 10,50

Schafkäse mit grünem Spargel, Kirschtomaten, Frühlingslauch, Knoblauch, Chili, Olivenöl

**N.i.L. - Special aus dem Wok** (vegan) € 11,90

mit grünem Spargel, Ananas, Avocado, Lauch, roten Zwiebeln, Kerbel, Petersilie, Limette, Gemüsefond

## Geflügel

- Gebratenes Hähnchenbrustfilet** € 10,50  
mit Zuckerschoten, Paprika, Erdnuss-Kokos-Sauce,  
Koriander, Limette, Ingwer, Chili
- Gebratenes Hähnchenbrustfilet** € 10,90  
mit grünem Spargel, Karotten, Spitzkohl, roten  
Zwiebeln, Sesam-Sojasauce, Limette
- Gebratenes Hähnchenbrustfilet** € 10,90  
mit Ananas, Karotten, Zuckerschoten, Paprika,  
Limette, Chili, Sojasauce, roter Currypaste

## Fisch & Meeresfrüchte

- Gebratene Garnelen** € 9,80  
mit Aioli, Salatbeilage & Brot
- Gebratene Garnelen** € 11,90  
mit grünem Spargel, Kirschtomaten, Rucola,  
Knoblauch, Olivenöl & Brot
- Gebratene Flusskrebse** € 12,50  
mit grünem Spargel, Ananas, Karotten, Spitzkohl,  
Orangen-Curry-Sauce & Brot
- Gebratener Lachs** € 12,50  
auf frischem Wokgemüse in Sojasauce mit  
Ingwer, Chili, Limette, Sesam & Brot
- 5 gebratene Riesengarnelen in Knoblauchbutter** € 16,90  
mit Salatbouquet, Aioli & Brot

## Rind

- Pfeffrige Streifen vom Rindersteak** € 12,50  
mit Champignons, Zuckerschoten, roten Zwiebeln  
und leichter Pfeffer-Sahne-Sauce
- Streifen vom Rindersteak aus dem Wok** € 12,90  
mit Paprika, Zucchini, Ananas, halbdgetrockneten  
Tomaten, roten Zwiebeln, Chili, Kokos-Sojasauce

## Von allem etwas

- N.i.L. - Barteller** € 10,80  
Luftgetrockneter Serranoschinken<sup>1,2</sup>,  
Manchego-Käse, Oliven, Aioli & Brot

- Suppe & Eintöpfe** ab € 4,90

Unsere überwiegend vegetarischen und veganen  
Suppenkreationen wechseln regelmäßig  
nach Saison und aktueller Marktlage.  
Informationen finden Sie an der Tafel oder fragen  
Sie gerne unseren Service.

# Salate

## Fit wie nie - Salate

Vitamine und Mineralien ohne Ende und fast kein Fett:  
Salate sind das Optimum für Fitnessfans!

**Lassen Sie sich überraschen, wie gut Gesundes schmecken kann.**

### **Basis Salat**

€ 8,90

Unsere Basis-Salatmischung besteht aus hochwertigen Blattsalaten, z.B.: Rucola, Frisee, Lollo Rosso, Lollo Bionda, Radiccio, Eichblatt, Babyleaf, kombiniert mit Kirschtomaten, Gurken und Paprika

### **Rucolasalat**

€ 9,50

mit Kirschtomaten, Pinienkernen und frisch gehobeltem Parmesankäse

### **Caesar Salat**

€ 9,80

Knackiger Römersalat und Kirschtomaten, mariniert mit Caesar Dressing, dazu knusprige Croutons und frisch gehobelter Parmesankäse

Hinweis:

Zu jedem Salat reichen wir eine Portion Brot.

Nachbestellung einer weiteren Portion Brot berechnen wir mit € 1,00.

## Hausgemachte Dressings

### **French-Rucola-Dressing**

der Klassiker unter den Salatsaucen – neu interpretiert

### **Balsamico-Dressing** (vegan, ohne Knoblauch)

leicht säuerlich mit Dijon-Senf

### **Himbeer-Walnuss-Dressing** (vegan, ohne Knoblauch)

fruchtig nussiges Dressing

### **Joghurt-Senf-Chili-Dressing** (ohne Knoblauch)

### **Caesar Dressing**

aromatisches Dressing mit Parmesan, Anchovis, Dijon-Senf und Knoblauch



## Beilagen zum Salat

### Vegan & vegetarisch

|  |              |
|--|--------------|
| Gebratene Pilze, Kirschtomaten, rote Zwiebeln, Petersilie, Knoblauch, Rosmarin (vegan) | zzgl. € 4,90 |
| Schafkäse, halbtrocknete Tomaten, Oliven, Frühlingslauch                               | zzgl. € 5,50 |
| Avocadospalten, Rote Beete, Orangenfilets, geröstete Pinienkerne (vegan)               | zzgl. € 5,90 |
| Schafkäse, Wassermelone <b>oder</b> Ananas, Kürbiskerne                                | zzgl. € 5,90 |
| Ziegenfrischkäse, Rote Beete, Apfelspalten, Walnüsse                                   | zzgl. € 5,90 |
| Ziegenfrischkäse, Avocadospalten, Orangenfilets, geröstete Pinienkerne                 | zzgl. € 6,50 |

### Geflügel

|  |              |
|--|--------------|
| Hähnchenbrustfilet 'Caesar' kross gebraten   | zzgl. € 4,90 |
| Hähnchenbrustfilet 'Mediterran' halbtrocknete Tomaten, rote Zwiebeln, Knoblauch, Rosmarin                      | zzgl. € 5,50 |
| Hähnchenbrustfilet 'India' (scharf) frische Ananas, Sprossen, Zwiebeln, Tandoori                               | zzgl. € 5,90 |
| Hähnchenbrustfilet 'Asia' Zuckerschoten, geröstete Erdnüsse, Ingwer, Sojasprossen, Koriander, Sojasauce, Honig | zzgl. € 5,90 |

### Fisch & Meeresfrüchte

|  |              |
|--|--------------|
| Flusskrebse, grüner Spargel, Ananas, Spitzkohl, rote Zwiebeln                | zzgl. € 6,90 |
| Gebratener, frischer Fisch nach Marktlage mit Meersalz und Zitrone           | zzgl. € 6,90 |
| Garnelen, frische Tomaten, rote Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Chili       | zzgl. € 7,50 |
| Lachsfilet in Zitronen-Dill-Butter, Brokkoli, Sesam                          | zzgl. € 7,50 |
| Lachsfilet, grüner Spargel, Frühlingslauch, Chili, Sesam, Limette            | zzgl. € 7,90 |
| Garnelen & Streifen vom Rindersteak, Paprika, Sprossen, Ingwer, Chili, Honig | zzgl. € 8,50 |

### Rind

|   |              |
|---|--------------|
| Streifen vom Rindersteak, Zuckerschoten, Frühlingslauch, Chili, Sesam, Sojasauce, Honig | zzgl. € 7,50 |
| Streifen vom Rindersteak, Champignons, Paprika, rote Zwiebeln                           | zzgl. € 7,50 |
| Streifen vom Rindersteak & Garnelen, Paprika, Sprossen, Ingwer, Chili, Honig            | zzgl. € 8,50 |

# Pasta

## Was unsere Pasta so besonders macht!

Hinter unseren Nudeln verbirgt sich eine langjährige Erfahrung in der Herstellung hausgemachter Pasta. Wir verwenden ausschließlich **frische handgefertigte Nudeln**, die sich auszeichnen durch ihren besonderen Eigengeschmack und **typisch festen Biss!**

Unser Pastateig wird aus 100% hochwertigem, fein gemahlenem italienischen Hartweizengrieß und purem Wasser zubereitet, denn mehr braucht eine gute Nudel nicht. Wir verwenden kein Ei, somit ist die reine Nudel vegan.

Der Teig wird mindestens 15 Minuten geknetet und anschließend durch traditionelle Bronzedüsen gepresst. Dadurch erhalten die Spaghetti und Rigatoni eine leicht raue Oberfläche, die Saucen besser aufnehmen.

Die Tagliatelle (Bandnudeln) erhalten nach dem Kneten durch mehrfaches, schonendes Walzen die typisch italienische bissige Konsistenz.

Unsere Ravioli zeichnen sich durch einen mindestens 50%igen Füllungsanteil aus, entsprechend saftig und frisch ist der Geschmack.

In nur wenigen Minuten von unseren Köchen vor Ihren Augen mit frischen Zutaten Ihrer Wahl zubereitet, entwickelt sich jedes Pastagericht zu einem echten Geschmackserlebnis.

Basierend auf unseren Rezepturen können Sie dem Koch gerne sagen, welche Vorlieben Sie haben - eher scharf oder doch kein Knoblauch, lieber weniger Oliven, aber bitte mehr Chili: Kein Problem. Sie entscheiden selbst!



## Pastasorten im N.i.L.

### **Rigatoni**

Ital. kurze Röhrennudeln, die Penne ähneln, aber gerade abgeschnitten sind

### **Tagliatelle**

Ital. 8 mm breite Bandnudeln; der Klassiker unter den Nudeln

### **Spaghetti**

werden bei unserer Herstellung durch eine Bronzedüse gepresst und nehmen aufgrund der rauen Oberfläche die Sauce besonders gut auf

### **Vollkornpasta**

hergestellt aus reinem Dinkelvollkornmehl



# Pasta

Die Frische macht den Unterschied!

## Pasta - vegan & vegetarisch

- mit Knoblauch, Petersilie, Olivenöl (vegan) € 7,90
- mit milder **oder** scharfer Tomatensauce, roten Zwiebeln, Knoblauch, Basilikum (vegan) € 7,90
- mit asiatischem Gemüsecurry in Sojasauce, Sesam, Kokosmilch, Sprossen, Ingwer, Chili (vegan) € 9,80
- mit frischem Gemüse in Erdnuss-Kokos-Sauce, Ingwer, Chili, Koriander, Erdnüssen, Limette (vegan) € 10,50
- mit Avocado, halbtrockneten Tomaten, Zwiebeln, Zitrone, Kürbiskernen, Olivenöl (vegan) € 10,80
- mit Mozzarella, Kirschtomaten, Pinienkernen, Basilikum, Rucola, Olivenöl **oder** Tomatensauce € 10,80
- mit Schafkäse, Oliven, frischen Tomaten, roten Zwiebeln, Rosmarin, Pinienkernen € 11,80
- mit Gorgonzola-Weißweinsrahm, Birne, Rucola, Walnüssen € 11,80

## Pasta - Geflügel

- mit Hähnchenbrustfilet, frischem Wokgemüse, Ingwer, Chili, Limette, Honig, Sojasauce € 11,80
- mit Hähnchenbrustfilet, frischen Champignons, roten Zwiebeln, Petersilie, Sahne € 11,80
- mit Hähnchenbrustfilet, Ananas, Trauben, Zuckerschoten, Chili, Curry-Mango-Sauce € 12,80
- mit Hähnchenbrustfilet, Birne, Rucola, Walnüssen, Gorgonzola-Weißweinsrahm € 12,80
- mit Hähnchenbrustfilet, Zuckerschoten, Paprika, Koriander, Limette, Ingwer, Chili, Erdnuss-Kokos-Sauce € 12,80

## Pasta - Fisch & Meeresfrüchte

- mit frischem Fisch nach Marktlage, Kirschtomaten, Frühlingslauch, Chili, Limette, Sesam-Sojasauce € 11,80
- mit Flusskrebse, grünem Spargel, Kirschtomaten, Chili, Riesling-Sahnesauce € 12,80
- mit frischem Lachs, Karotten, Lauch, Estragon, Weißweinsrahm € 12,80
- mit frischem Lachs, Rote Beete, Apfelspalten, Frühlingslauch, Meerrettichsahne € 12,80
- mit Garnelen, Kirschtomaten, roten Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Chili, Tomatensauce € 13,80
- mit frischem Lachs, Garnelen, Zuckerschoten, Sesam, Curry-Orangen-Kokos-Sauce € 14,80
- mit Garnelen & Streifen vom Rindersteak, Zucchini, frischen Tomaten, Paprika, Kerbel, Knoblauch € 15,80

## Pasta - Rind & Serrano

- mit mediterraner Rinderhackfleischsauce, Oregano, roten Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten, frischen Kräutern € 8,90
- mit luftgetrocknetem Serranoschinken<sup>1,2</sup>, Weißweinsahne, Tomaten, roten Zwiebeln, Petersilie € 11,80
- mit Streifen vom Rindersteak, Dijonsenf, Orangensaft, Lauch, Tomaten, roten Zwiebeln, Sahne € 12,80
- mit Streifen vom Rindersteak, frischem Wokgemüse, Ananas, Ingwer, Chili, Limette, Honig, Sojasauce € 13,50
- mit Streifen vom Rindersteak, Champignons, Knoblauch, Petersilie, Sherry-Sahne-Sauce € 13,50
- mit Streifen vom Rindersteak, Gorgonzola-Weißweinsrahm, Rucola, roten Zwiebeln € 14,50
- mit Streifen vom Rindersteak & Garnelen, Zucchini, frischen Tomaten, Paprika, Kerbel, Knoblauch € 15,80

## Lasagne & Ravioli

**Lasagne** mit kleiner Salatbeilage € 11,90

Unsere hausgemachte Lasagne bereiten wir täglich frisch zu.

Wir können sie anbieten, solange der Vorrat reicht.

**Gefüllte Ravioli** € 12,80

Unsere handgefertigten Ravioli bieten wir je nach Saison in immer wechselnden Variationen an. Hinweise dazu finden Sie auf unserer Tafel.

## Tagesfrische Kreationen

Zusätzlich zu unserer festen Speisekarte finden Sie täglich an der Tafel neue Gerichte, die unser Küchenteam je nach Saison und aktueller Marktlage für Sie kreiert.

**So wird es auch Stammgästen nie langweilig!**

**Grundsätzlich werden unsere Pastagerichte mit einer Portion frisch gehobeltem Parmesan serviert.**

Nachbestellung einer weiteren Portion Parmesan berechnen wir mit 1,00 €.

**Die veganen Gerichte werden selbstverständlich ohne Parmesan gereicht.**

# Meersalz-Kartoffeln

## Basis einer gesunden Ernährung

### Meersalz-Kartoffeln € 4,90

inkl. einer Mojo oder Aioli oder Kräuterquark

Kleine Kartoffeln nach spanischer Art in Meersalzwasser gekocht

Jede weitere Portion Mojo € 1,70

**Grüne Mojo** (vegan): Kräuter, Gurke, Mandeln (ohne Knoblauch)

**Gelbe Mojo** (vegan): Paprika, Chili, Orange, Essig, Cayenne-Pfeffer, Kurkuma, Muskat (ohne Knoblauch)

**Rote Mojo** (vegan): Paprika, Tomate, Zwiebeln, Knoblauch, Kreuzkümmel, Chili

**Aioli:** Mayonnaise, frischer Knoblauch, Zitrone, Salz, Pfeffer und ein Hauch Chili

**Kräuterquark:** Speisequark, Joghurt, Schnittlauch, Petersilie, Essig, Zucker, Salz

## Beilagen zu den Meersalz-Kartoffeln

### Vegan & vegetarisch

Hausgemachter Kräuterquark, Salatbouquet zzgl. € 4,90

Schafkäse, halbtrocknete Tomaten, Oliven, Frühlingslauch zzgl. € 5,50

Gedünstetes Wokgemüse in Sesam-Sojasauce, Ingwer, Chili, Limette (vegan) zzgl. € 5,50

Brokkoli, Karotten, Zuckerschoten, Frühlingslauch, Chili, Sesam-Gemüsefond (vegan) zzgl. € 5,50

Ziegenfrischkäse, Rote Beete, Apfelspalten, Walnüsse zzgl. € 5,90

Ziegenfrischkäse, Avocadospalten, Orangenfilets, geröstete Pinienkerne zzgl. € 6,50

### Geflügel

Hähnchenbrustfilet 'Ceasar' kross gebraten zzgl. € 4,90

Hähnchenbrustfilet 'India' (scharf) frische Ananas, Sprossen, Zwiebeln, Tandoori zzgl. € 5,90

Hähnchenbrustfilet 'Asia' Zuckerschoten, geröstete Erdnüsse, Sojasprossen, Ingwer, Koriander, Sojasauce, Honig zzgl. € 5,90

Hähnchenbrustfilet 'Erdnuss' Zuckerschoten, Paprika, Ingwer, Koriander, Chili, Limette, Erdnuss-Kokos-Sauce zzgl. € 5,90

### Fisch & Meeresfrüchte

Flusskrebse, grüner Spargel, Ananas, Spitzkohl, rote Zwiebeln, Orangensauce zzgl. € 6,90

Gebratener, frischer Fisch nach Marktlage mit Meersalz, frischen Kräutern, Zitrone zzgl. € 6,90

Lachsfilet in Zitronen-Dill-Butter, Brokkoli, Sesam zzgl. € 7,50

Gebratene Garnelen, frische Tomaten, rote Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Chili zzgl. € 7,50

Lachsfilet, grüner Spargel, Frühlingslauch, Chili, Sesam, Limette zzgl. € 7,90

Gebratene Garnelen & Streifen vom Rindersteak, Paprika, Sprossen, Ingwer, Chili, Honig zzgl. € 8,50

### Rind

Streifen vom Rindersteak, Zuckerschoten, Frühlingslauch, Chili, Sesam, Sojasauce, Honig zzgl. € 7,50

Streifen vom Rindersteak, Champignons, Paprika, rote Zwiebeln zzgl. € 7,50

Streifen vom Rindersteak in Gorgonzola-Weißweinsrahm, Rucola, rote Zwiebeln zzgl. € 7,50

Streifen vom Rindersteak & Garnelen, Paprika, Sprossen, Ingwer, Chili, Honig zzgl. € 8,50

## Kleine Sünden

Dessert und Kuchen gelten bei bewusster Ernährung nicht mehr als Tabus, wenn man sie in Maßen genießt! Sie können Gaumen und Seele in die richtige Balance bringen, und nur weil so manche Desserts Verführung pur verheißen, verstoßen sie noch lange nicht gegen alle Wellness-Regeln.

**Genießen Sie mit gutem Gewissen!**

**Tageskuchen \*** ab € 1,90  
mit Sahne zzgl. € 0,90 €

**Tagesdessert \*** ab € 3,90

**Português Tarte** € 1,80  
Portugiesische Spezialität  
Blätterteigtörtchen mit Vanillecreme

**Spanischer Mandelkuchen** € 1,90  
Spanische Spezialität  
Mürbeteigboden mit aromatischer Mandelteigmasse

**Schwarzer Peter** € 1,90  
Regionale Spezialität  
In Schokoladenguss eingebettete Kekse

**Apfel-Granola-Ecke** (vegan) € 2,50  
Saftige Apfelfüllung mit Zimt, Walnuss-, Mandel-  
und Haselnuss-Stückchen auf Haferflocken- Mürbeteig

**Käsekuchen** € 3,20  
Unsere N.i.L. Spezialität nach altem Rezept  
cremiger Quarkkuchen mit Vanillegeschmack

**Crème Brûlée** € 4,50  
Französische Spezialität  
Vanillecreme mit karamellisierter Zuckerschicht

**Tiramisu** € 5,90  
Italienische Spezialität  
mit Mascarpone, Eierlikör, Amaretto und Espresso

**Apfelstrudel** € 5,90  
Österreichische Spezialität  
mit Vanilleeis und Schlagsahne

**Affogato** € 3,90  
Eine Kugel Vanilleeis in doppeltem heißen Espresso

**Advocaat** € 4,90  
Warmer Eierlikör mit doppeltem heißen Espresso & Sahne

\* Zusätzlich zu unserer festen Dessertkarte kreieren unsere Köche täglich neue Desserts und Kuchen, die wir in der Vitrine präsentieren.

Lassen Sie sich durch einen Blick darauf inspirieren oder fragen Sie gern unseren Service.