

Speisekarte



Essen ist ein Bedürfnis – Genießen eine Kunst

Alle 14 Tage Sonntags – Brunch

11:00 bis 14:00 Uhr (nur mit Reservierung)..... 24,95 €

Kinder (5-13 Jahre)..... 12,50 €

Kinder unter 5 Jahren essen gratis mit 😊

Speed-Brunch 14:00 bis 15:00 Uhr (ohne Reservierung) . 15,00 €

Hier kann vom morgendlichen Brunch noch weggeschlemmt werden was geht!

Hinweis: Die Speisen werden ab 14:00 Uhr nicht mehr nachgelegt.
Um 15:00 Uhr endet der Speed-Brunch, alle Speisen werden dann wie ausgewiesen berechnet.

Frühstück

Mittwoch bis Freitag 9:00 Uhr bis 11:30 Uhr

Samstag und Sonntag bis 14:00 Uhr Langschläferfrühstück (außer an Brunch-Sonntagen)

Eine runde Sache – Frühstücksbowls und Porridge

Alle Speisen werden frisch zubereitet!

Sojajoghurt-Seidentofu Bowl I, G1 7,80 €

Früchte der Saison, Körnermischung, Walnüsse,
Hanfsamen, Zitrone J1, J3, J8, G1

Frühstücks-Bowl nach Bircher Art – vegan 6,90 €

Bio-Haferflocken, Bio-Mandelmilch, Apfel, Birne, Weintrauben,
Mandeln und Tonkabohne J8, G3

Smoothie-Bowl – vegan 7,50 €

Himbeeren, Banane, Bio-Sojajoghurt, Bio-Haferflocken
Chiasamen, Früchte der Saison, Kokos I, J8,

- auch mit Bio-Naturjoghurt - B

Warme Bowls / Porridge

Haferflocken-Bananen-Heidelbeeren-Porridge..... 8,50 €

mit Mandelmilch J8, G3

geschroteter Buchweizen-Früchte-Porridge 8,50 €

frisch geschroteter Buchweizen mit Walnüssen, Mandelmus
Kokosmilch, Früchte der Saison G1, G3

Frühstück

Das Frühstück besteht aus 2 Brötchen, Alsan Margarine,
einem Schälchen Obst der Saison **oder** einem kleinen Schälchen
Bircher Müsli **oder** einem kleinen Smoothie

J8, G3

Das süße Frühstück 10,50 €
Fruchtaufstriche, Wonig o. Honig, Nuss- o. salzige Caramellcreme
G2

Das herzhaftes Frühstück 11,80 €
Aufschnitt Wurst/Käse wahlweise in veggie oder veganer Variante
1,2,3,4,7,8,9[NB1]

**Alle Frühstücksvarianten so wie die Bowls auch als kleine Portion zum
halben Preis erhältlich!**

Dazu passt:

1 Hühner Ei 1,00 €
A
1 Portion Rührei bestehend aus 2 Eiern 3,20 €
A, B
1 Spiegelei 1,40 €
A
1 Portion Lachx - vegan (eigene Herstellung) 3,50 €
11

Extra-Portion

BrötchenauswahlStück 0,95 €
Wonig 1,10 €
Honig 0,90 €
Fruchtaufstrich 0,80 €
Nuss- oder salziger Caramellaufstrich (vegan) G2 0,90 €
Wurst-Aufschnitt vegetarisch/vegan, 2 Scheiben J 1,60 €
Käse, 2 Scheiben..... 1,60 €
Bio-Margarine 0,90 €
Butter 0,90 €
Obst-Schälchen oder Rohkost-Schälchen..... 2,50 €
Rosinen (Schälchen) 0,80 €

Tagessmoothie 0,33 l 3,60 €

Tagessmoothie mini 0,1 l 1,20 €

Unsere Smoothies bereiten wir täglich frisch für dich zu!

Frage bitte unseren Service nach den tagesaktuellen Sorten.

Frisch gepresster Orangensaft 0,3l 3,50 €
0,5l 5,00 €

Mittagstisch 12:00 – 17:00 Uhr

Man soll dem Leib Gutes bieten, damit die Seele Lust hat
darin zu wohnen

Täglich wechselndes Mittagsgeschicht

Frage bitte unseren Service, welche Köstlichkeit dich heute erwartet!

Kleiner Snack für vorneweg

Avocado-Tomaten-Brot 6,50 €
2 Scheiben getoastetes Brot (Roggen-Weizen-Mischbrot) belegt mit
Hummus, Avocado, Tomaten und Kresse D, G8, J1, J3

Der Doppeldecker 8,50 €
3 Scheiben Krustenbrot, Guacamole, veganer Kräuterfrischkäse, frische
Gurke, Tomate und Sprossen J1, J3, G3
wahlweise mit Käse veggio oder vegan +1,30 €

1 Scheibe DellmannKruste mit Rührei 5,50 €
G1, G3 und Tomate 6,50 €

Bio-Camembert auf Birnenscheiben, mit Walnüssen und
Cranberrys mit Zitronenöl 7,50 €
VEGAN G3 9,80 €
Dazu reichen wir Dinkel Ciabatta J2

Stell dir deine Vorspeise selber zusammen:

Schälchen Rohkost **NEU** 2,50 €
Schälchen eingelegte Paprika (eigene Herstellung) **NEU** ... 3,10 €
Aioli I, H 3,10 €
Guacamole 3,10 €
Kalamata Oliven-Salat 3,10 €
eingelegter Hirtenkäse veggio (eigene Herstellung) 4,20 €
eingelegter Hirtenkäse VEGAN (eigene Herstellung) 4,20 €
Muhammara G1 **NEU** 3,20 €
Rote Bete Hummus G8 3,20 €
veganer Lachx 11 3,50 €

Dazu reichen wir Dinkel Ciabatta.

Extra Portion Dinkel Ciabatta 2 Scheiben J2 1,20 €

Burger

Der Klassiker 11,80 €
Salat, Tomate, Gurke, Zwiebeln, Tilley´s Burger Soße, Ketchup
+ Käse 1,00 €
+ Käse vegan..... 1,20 €
G6, H, 7, 4, 1, 2, J1

Der Italiener
veggie 12,50 €
vegan..... 13,50 €
Tomate, Mozzarella, Rucola, Balsamico und Tilley´s Burger Soße
G6, I, 7, 4, 1, 2, J1, B

Der Grieche
veggie 12,50 €
vegan..... 13,50 €
~~Salat, Tomate, Gurke, schwarze Oliven, Gemüsezwiebeln,
Schafskäsecreme (eigene Herstellung)~~
7, 4, 1, 2, J1, B

BBQ 11,80 €
Salat, Tomate, Gemüsezwiebel, hausgemachte BBQ Soße,
eingelegte Gurke
veganer Bacon..... +1,30 €
J, 7, 4, 1, 2, J1, 11

Florida ~~NEU~~ 13,70 €
~~Frische Ananas, Käse (veggie – vegan) Tilley´s Burgersoße,
vegane Mayo und Cocktailkirsche~~ G6, I, J1, 7, 4, 1, 2

Frühlingsburger ~~NEU~~ 13,50 €
~~Salat, Paprika, Lupinengeschnetzeltes, Muhammara (Paprika-Walnuss-
Dip)~~ F, G1, J1, 7, 4, 1, 2

*Die veganen Weizen-Burgerbuns werden täglich frisch in der
Wermelskirchener Backstube von Uli Herrmann gebacken.*

Beilagen

Portion Backkartoffelspalten 3,40 €
gemischter Beilagensalat 3,20 €
Aioli - vegan (eigene Herstellung) I, H 1,30 €
Ketchup 0,80 €
Mayonnaise - vegan (eigene Herstellung) I, H..... 1,30 €
BBQ-Sauce (eigene Herstellung) I, H, 11 1,10 €

Grün, bunt und rund

Salatbowls **NEU**

~~Summer-Time-Bowl 11,50 €
Bulgur, Wildkräuterpflücksalat, Gurke, Radieschen, Möhre, Brokkoli,
Granatapfelkerne, Sonnenblumenkerne G6~~

Spring-Time-Bowl 11,50 €
Quinoa-Tricolore, grüner Salat, Avocado, Erdbeeren, Sprossen

Buddha-Bowl 11,80 €
Naturreis, Feldsalat, Mango, Möhre, Edamame (I), Sprossen
mit gebratenem Räuchertofu I 2,30 €

Tempeh-Bowl I 13,50 €
Naturreis, Blattspinat, Süßkartoffel, Rotkohl, Paprika, und einem
gebratenen Tempeh-Spieß
Tipp: Zu dieser Bowl empfehlen wir unser hausgemachtes
Cashew-Dressing G6

Tilleys-Bowl 12,50 €
grüner Salat, kleine Kartoffelplätzchen, mit veganem Lachs und
Kräuterfrischkäse G3, 11

~~Greek-Bowl 12,50 €
Eisbergsalat, grüne Paprika, Gurke, Tomate, schwarze Oliven, rote
Zwiebeln, Hirtenkäse (veggie oder vegan G3, B)~~

~~Green-Summer-Bowl 12,50 €
Hirse, grüner Salat, grüner Spargel, gebratene kalte Zucchini-Scheiben,
Sprossen~~

Zu allen Bowls reichen wir Dinkel-Ciabatta G2

Dressing (vegan)

Bio-Sojajoghurt-Kräuter-Dressing I
Hausdressing **EssigZitrone**/Öl Vinaigrette
Cashew-Dressing G6

Kuchen und Desserts

Kuchen ist die Entschuldigung Gottes für dicke Bohnen

Bananenbrot

Himbeer-Frischkäse-Kuchen

Mohnstreusel

Käsekuchen

Pina-Colada-Kuchen

SCHOKOTARTE

Mousse-au-chocolat

Götterspeise

Bitte suchen Sie sich an unserer Kuchentheke Ihren Lieblingskuchen oder Ihr Lieblingsdessert aus.

Sahne Portion 1,10 €
Mandelsahne Portion 1,50 €

Getränke

Der Kaffee läuft - sportlicher wird's heut nicht mehr ...

Wir verwenden ausschließlich fair gehandelten Bio-Kaffee und Kakao.

Cafe Crema Tasse 2,20 €
Cafe, koffeinfrei, Bio, Fair-Trade, instant 2,30 €
Cafe Crema Becher 3,00 €
Cafe Latte 3,30 €
Latte Macchiato 3,80 €
Cappuccino 3,20 €
Espresso 2,80 €
Tilley-Choc **NICHT** vegan (heiße Schokolade mit Espresso) 3,80 €
Schokolade classic (Amerikanischer Kakao) 2,80 €
Heiße Schokolade (mit Milch oder pflanzl. Alternativen)..... 3,20 €

Unsere besondere Empfehlung:

Dalgano-Kaffee (kalt) 4,50 €

Alle Kaffee-Spezialitäten können auch mit Hafer-, Soja- oder Mandelmilch zubereitet werden.

Hinweis: Naturgemäß ist der Schaum bei pflanzlichen Alternativen nicht so üppig wie bei Kuhmilch.

Als Süßungsmittel bieten wir Bio-Rohrohrzucker oder Bio-Reis-Sirup an (für Diabetiker geeignet).

Tee

Ruhe, Stille, ein Sofa und eine Tasse Tee ...

Teegenuss pur mit fair gehandeltem Suki-Tee aus Japan

Tasse Tee 0,4l	3,30 €
Kanne Tee 0,5l	3,90 €

Wähle aus den Sorten:

Earl-Grey-Blue-Flower

Darjeeling

Mango-Tango

Lemongras-Ginger

Rooibos – bio

Whole-Peppermint - bio

~~Raspberry-Vanilla~~

Green-Tea-Sencha - bio

Tee der besonderen Art:

Frisch zubereiteter japanischer Bio-Matcha-Tee

Schale 0,2l..... 4,50 €

Besonderer Trinkgenuss

Tee aus frischen Minzblättern

Glas 0,4l

Kalte Getränke

Zusammen mit unserem Kooperationspartner Coffee-Perfect unterstützen wir das Projekt Ocean-Clean-Up! Hilf mit, unsere Meere vom Müll zu befreien.

Tafelwasser still, medium, klassik

Glas 0,3l

Karaffe 0,5l

Limonaden und Fruchtschorlen

Bio-Zisch - vegan

0,33l Flasche

Wähle aus den Sorten:

Holunderblüte

Rosenblüte

Himbeer-Cassis

Gurke

Bitter-Lemon

Tonic

Ginger

Mate

Fritz-Limonaden, Kola und Fruchtschorlen – vegan
0,33l Flasche 2,70 €

Wähle aus den Sorten:

Kola
Kola ohne Zucker
Misch-Masch
Orange
Zitrone
Bio-Apfelschorle
Bio-Rhabarberschorle

*Schenkt dir das Leben Zitronen, mach
Limonade draus ...*

Tilley´s hausgemachte Limonaden..... 5,20 €

0,5l Karaffe

Ananas-Minz-Limonade
Zitronenmelisse-Limetten-Limonade (mit Bio-Zisch Tonic-Water)
Heidelbeer-Basilikum-Limonade
Cassis-Himbeer-Rosmarin-Limonade
Waldmeister-Apfel-Limonade (saisonabhängig)
Ginger-Maracuja-Limonade
Detox-Wasser (Gurke, Limette, Ingwer, Minze)
Pink-Lady (Beeren, Hibiskustee, Kokosmilch, Holunderblütensirup-bio-vegan)

Bier und Radler (bio-vegan) – mit und ohne Wumms

Neumarkter Lammsbräu Edelbils Flasche 0,33l 2,80 €
alkoholfrei 2,80 €
Neumarkter Lammsbräu Radler Flasche 0,33l 2,60 €
alkoholfrei 2,30 €
Neumarkter Lammsbräu Weizen Flasche 0,5l..... 3,10 €

Hellers Kölsch Flasche 0,33l 2,80 €

Bio-vegane Weine von Sontino

Bio-Weißwein* Chardonnay Glas 0,2l 3,80 €
❖ Leicht fruchtiger Weißwein, Herkunft: Italien
❖ Passt zu Gemüsegerichten, Salaten sowie Pasta
Bio-Cabernet* Sauvignon Rosato – halbtrocken Glas 0,2l ... 3,80 €
❖ Herkunft: Italien
❖ Frische Rose mit Geschmack nach Erdbeeren und Kirschen
❖ Passend zu allen Gemüsegerichten
Bio-Sangiovese* Rotwein – halbtrocken Glas 0,2l..... 3,80 €
❖ Herkunft: Italien
❖ Rotwein mit weichem Charakter und Kirscharoma
❖ Passend zu Pasta und Pilzgerichten, Grillgemüse und allen orientalischen Gerichten
Sontino bio-vegane Frizzante* 0,1l Glas 3,10 €
❖ Herkunft: Italien

Hugo* 4,80 €
Bio-Sontino Frizzante mit Bio-Holundersirup, Minze
und Limette verfeinert
Helga* 4,80 €
Bio-Sontino Frizzante mit Bio-Cassis-Sirup, Minze
und Limette verfeinert

*enthält Sulfite

Aperitif

Apfel-Aronia & Rose mit einem Schuss Sontino Rotwein
0,1l Glas 4,80 €

Alkoholfreier Aperitif

Clostermann Appleritif, bio-vegan jew. 0,1l Glas 3,90 €
Apfel
Apfel & Rose
Apfel-Aronia & Rose