



Badenbaden

Verantwortung. Nachhaltigkeit. Regionalität.

Honig - in Mehrweggebinden & regional: „Bienwerk“ Köln <www.bienwerk.de>

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

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

Dekokresse, Microgreens Brothers aus Köln (Erbsenkresse, Sonnenblumenkresse)

Paprika, Tomaten, Gurken - Bong aus Bergheim

Kinoa - Feldhelden Rheinland aus Pulheim

Kartoffeln, Kürbisse - Henseler aus Stommeln

Kartoffeln - Kartoffelkult aus Rommerskirchen

Wir benutzen palmölfreies Frittierfett

Informationen zu enthaltenen Allergenen entnehmen Sie bitte unserer Sonderkarte.

Frühstück (Mo-Fr 10 – 12 Uhr & Sa-So 10 – 14 Uhr)

PALEO-Müsli <small>PALEO/vegan</small> mit Kokosmilch, Banane, Birne und Apfel <small>Paleo-Müsli bestehend aus: Walnusskernen, Cashewkernen, Mandeln, Sonnenblumenkernen, Kokoschips, getrockneten Datteln, Cranberries & Feigen</small>	€ 9,50
PALEO-Frühstück <small>PALEO</small> Paleo-Müsli mit Kokosmilch, Banane, Birne & Apfel, 2 gebratene Bio Spiegeleier mit Bacon ⁴⁾ und kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾ <small>Paleo-Müsli bestehend aus: Walnusskernen, Cashewkernen, Mandeln, Sonnenblumenkernen, Kokoschips, getrockneten Datteln, Cranberries & Feigen</small>	€ 13,50
Vollkorn-Müsli <small>vegetarisch/vegan</small> mit frischen Früchten und Joghurt oder Milch mit Hafermilch oder Kokosmilch	€ 7,90 € 8,50
„Max“ Kornknackerbrot mit Butter, mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ , Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾ und 2 Bio Spiegeleiern belegt, mit kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 11,90
„Lachs“ Kornknackerbrot mit Butter, geräuchertem Lachs, Avocadocreame und 2 Bio Spiegeleiern belegt, mit kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 13,90
„Strammer Leo“ Bio-Rührei (2 Eier), Avocado, Tomaten, Kornknackerbrot, Butter, Gouda und mit kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 12,90
Badenbaden-Frühstück für Zwei Brotkorb, Butter, Marmelade ³⁾ , Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁶⁾ , Brie mittelalter Gouda ²⁾³⁾ , geräucherte Putenbrust ⁴⁾⁶⁾ , 2 gekochte Bio Eier und frischer Obstsalat, dazu 1 Glas Orangensaft pro Person auf Wunsch gerne vegetarisch	€ 27,90

... oder stellen Sie sich Ihr Frühstück individuell zusammen.

Zusätzlich / individuelles Frühstück

1 Brötchen, 2 Scheiben Kornknackerbrot oder 3 Scheiben Baguette	€ 1,60
1 Croissant	€ 1,90
2 Scheiben glutenfreies Brot	€ 1,90
2 Scheiben Butter	€ 0,90
2 Scheiben vegane Margarine	€ 0,90
Portion hausgemachte Marmelade ³⁾	€ 1,70
Portion Honig	€ 1,20
2 Scheiben Kochschinken ⁴⁾⁶⁾	€ 1,60
2 Scheiben geräucherte Putenbrust ⁴⁾⁶⁾	€ 1,70
2 Scheiben Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾	€ 1,80
2 Scheiben gebackener Bacon ⁴⁾	€ 1,30
2 Scheiben Räucherlachs	€ 3,90
2 Scheiben mittelalter Gouda ²⁾³⁾	€ 1,60
2 Scheiben Brie	€ 1,90
1 Bio Ei gekocht	€ 1,50
2 Bio Spiegeleier	€ 3,00
3 Bio Rühreier	€ 4,50
Portion Honig-Senfsauce	€ 0,90
kleiner frischer Obstsalat	€ 4,80
kleine Portion Vollkorn-Müsli mit Obst und Joghurt oder Milch <small>vegetarisch</small>	€ 5,90
... mit Hafermilch oder Kokosmilch	€ 6,50
kleine Portion PALEO-Müsli mit Kokosmilch, Banane, Birne und Apfel <small>PALEO/vegan</small>	€ 6,90

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