



Badenbaden

Verantwortung. Nachhaltigkeit. Regionalität.

Honig – In Mehrweggebinden und regional: „Bienenwerk“ Köln <www.bienenwerk.de>

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

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

Obst und Gemüse – So regional wie machbar.

Wir benutzen palmölfreies Frittierfett

Informationen zu enthaltenen Allergenen entnehmen Sie bitte unserer Sonderkarte.

Frühstück (Mo-Fr 10 – 12 Uhr und 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>	€ 6,90
PALEO-Frühstück <small>PALEO</small> Paleo-Müsli mit Kokosmilch, Banane, Birne & Apfel, und 2 gebratene Bio Spiegeleier mit Bacon ⁴⁾ <small>Paleo-Müsli bestehend aus: Walnusskernen, Cashewkernen, Mandeln, Sonnenblumenkernen, Kokoschips, getrockneten Datteln, Cranberries & Feigen</small>	€ 9,90
Süßkartoffelwaffeln <small>glutenfrei</small> mit 2 Bio-Spiegeleiern, Avocado, Blaubeeren und Bacon	€ 8,90
Vollkorn-Müsli <small>vegetarisch/vegan mit Sojamilch/Kokosmilch</small> mit frischen Früchten und Bio-Joghurt oder Milch	€ 5,50
Breakfast <small>vegetarisch</small> 1 Brötchen oder Croissant oder 2 Scheiben Kornknackerbrot, Butter und Marmelade ³⁾ oder Honig	€ 2,70
Amerikanisches Frühstück 2 Bio Spiegeleier, dicke Bohnen, Bacon, 2 ToastbrotscHEIBEN, Butter, 2 Würstchen und kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 8,90
Strammer Max Kornknackerbrot mit Butter, mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ , Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾ und 2 Bio Spiegeleiern belegt, mit kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 7,90
Neptunbad-Frühstück (auf Wunsch auch vegetarisch) Brotkorb, Butter, Marmelade ³⁾ , geräucherte Putenbrust ⁴⁾⁶⁾ , Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾ , mittelalter Gouda ²⁾³⁾ und 1 gekochtes Bio Ei	€ 7,90
Badenbaden-Frühstück für Zwei Brotkorb, Butter, Marmelade ³⁾ , Räucherlachs & Honig-Senfsauce ²⁾⁹⁾ , mittelalter Gouda ²⁾³⁾ , Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾ , 2 gekochte Bio Eier und frischer Obstsalat, dazu 1 Glas Orangensaft pro Person	€ 19,90

Allerlei Eier

2 Bio Spiegeleier mit Butter, 1 Brötchen oder Brot und Salatbeilage ²⁾⁹⁾ vegetarisch	€ 5,50
2 Bio Spiegeleier mit Bacon ⁴⁾ , Butter, 1 Brötchen oder Brot und Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 6,50
3 Bio Rühreier mit Butter, 1 Brötchen oder Brot und Salatbeilage ²⁾⁹⁾ vegetarisch	€ 5,90
3 Bio Rühreier mit Bacon ⁴⁾ oder Kochschinken ⁴⁾⁶⁾ oder Gouda ²⁾³⁾ mit Butter, 1 Brötchen oder Brot und Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 6,90

Zusätzliches

1 Brötchen, 2 Scheiben Kornknackerbrot oder 3 Scheiben Baguette	€ 0,80
1 Croissant	€ 1,20
Portion Butter oder Kräuterquark oder Honig	€ 0,80
1 Scheibe Kochschinken ⁴⁾⁶⁾ oder 2 Scheiben geräucherte Putenbrust ⁴⁾⁶⁾	€ 0,90
Portion hausgemachte Marmelade ³⁾	€ 1,00
2 Scheiben mittelalter Gouda ²⁾³⁾	€ 1,00
2 Scheiben Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾	€ 1,10
2 Scheiben Rinder-Salami ²	€ 1,10
Portion gebackener Bacon ⁴⁾	€ 1,50
3 Scheiben Camembert	€ 1,50
2 Scheiben Räucherlachs	€ 2,50
1 gekochtes Bio Ei	€ 1,10
kleine Portion Vollkorn-Müsli mit Obst und Joghurt oder Milch vegetarisch	€ 3,50
kleine Portion PALEO-Müsli mit Kokosmilch, Banane, Birne und Apfel PALEO/vegan	€ 4,80

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 auf hohe Lebensmittelqualität und Nachhaltigkeit.

Es wird auf Zucker, Getreide, Hülsenfrüchte, Milchprodukte, künstliche Zusatzstoffe und stark verarbeitete Fette verzichtet. Stattdessen stehen viel Gemüse, Fleisch & Fisch, Eier, Nüsse/Samen und Obst auf dem Programm.

Vorspeisen und Suppen

Eine Portion Basilikumpesto mit 3 Scheiben Olivenbaguette <small>vegetarisch</small>	€ 2,50
Eine Portion Tomatenpesto mit 3 Scheiben Olivenbaguette <small>vegetarisch</small>	€ 2,50
Tomaten-Quinoa-Suppe mit Rucolaöl <small>vegan</small>	€ 4,90
-Eine weitere Suppe finden Sie auf unserer Wochenkarte-	

Salate

Alle Salate sind auch mit Balsamicovinaigrette oder PALEO-Tomatenvinaigrette erhältlich

Kleiner gemischter Salat mit Tomaten, Paprika, Gurken, Möhren, gepufftem Amaranth und Ananas in Mango-Chilidressing ²⁾⁹⁾ <small>vegan</small>	€ 5,50
Großer gemischter Salat mit Tomaten, Paprika, Gurken, Möhren, gepufftem Amaranth und Ananas in Mango-Chilidressing ²⁾⁹⁾ <small>vegan</small>	€ 7,90
Wildkräutersalat mit Pinienkernen, getrockneten Tomaten, und Grillgemüse in Tomatenvinaigrette <small>vegan/PALEO</small>	€ 9,50
Salate zusätzlich mit...	
... Räucherlachs und Honigsenfauce ²⁾⁹⁾	€ 3,50
... in Butterschmalz gebratenen Hähnchenbruststreifen	€ 3,50
... gebratenen Rindersteak Streifen	€ 4,50
... Mozzarella di bufala DOP und Basilikumpesto <small>vegetarisch</small>	€ 3,50
... honiggratiniertem Ziegenkäse, getrockneten Feigen und Walnusskernen <small>vegetarisch</small>	€ 4,90
... 5 Garnelen in Knoblauchöl gebraten	€ 4,90

Amaranth– zählte zu den Hauptnahrungsmitteln der Azteken und Inkas. Das Power-Korn wird auch heute noch in Mittelamerika und mittlerweile auch in Europa angebaut. Sowohl die Körner als auch die Blätter der Pflanze sind essbar. Streng genommen ist Amaranth kein echtes Getreide, daher nennt man es häufig auch Pseudogetreide. Dennoch lassen sich die Pflanzen der Samen wie echtes Getreide verwenden. Und sie liefern eine Menge wichtiger Nährstoffe. Amaranth ist glutenfrei.

Krustino mit kleiner Salatbeilage

Krustino, gegrillt, belegt mit Kräuterquark, Tomaten und...

<i>... Sandwichgurken und mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ vegetarisch</i>	€ 5,20
<i>... Sandwichgurken und Thunfisch</i>	€ 5,20
<i>... Sandwichgurken, Thunfisch und Gouda ²⁾³⁾</i>	€ 6,20
<i>... Sandwichgurken, mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ und geräucherter Putenbrust ⁴⁾⁶⁾</i>	€ 6,20
<i>... Sandwichgurken und Ziegenkäse vegetarisch</i>	€ 7,40
<i>... Sandwichgurken, Räucherlachs und Honigsenfauce ²⁾⁹⁾</i>	€ 7,40
<i>... Serranoschinken ⁴⁾⁵⁾, Rucola und Parmesan</i>	€ 6,90
<i>... Büffelmozzarella, Rucola und Basilikumpesto vegetarisch</i>	€ 7,40

Flammkuchen mit

<i>... Crème fraîche, Lauchzwiebeln und Speck ⁴⁾, gratiniert mit Parmesan</i>	€ 7,90
<i>... Crème fraîche, Grillgemüse, Ziegenkäse, Walnusskernen und Honig vegetarisch</i>	€ 8,90
<i>... Crème fraîche, frischen Tomaten, Räucherlachs und Parmesan</i>	€ 9,90
<i>... Crème fraîche und Parmesan gebacken, anschließend mit Serranoschinken ⁴⁾⁵⁾ und Rucola belegt</i>	€ 9,90
<i>... Crème fraîche, Pilzen, Paprika, Frühlauch und Parmesan</i>	€ 8,90

Hauptgerichte

Strammer Max – Kornknackerbrot mit Butter, mittelaltem Gouda ²⁾³⁾ Schwarzwälder Schinken ⁴⁾⁵⁾ und 2 Bio Spiegeleiern belegt, mit kleiner Salatbeilage ²⁾⁹⁾	€ 7,90
Penne mit Basilikumpesto, Cherrytomaten, Pinienkernen und Parmesan ^{vegetarisch} (Auf Wunsch auch glutenfrei oder vegan)	€ 9,90
Pasta zusätzlich mit...	
... Grillgemüse ^{vegetarisch}	€ 3,00
... gebratenen Hähnchenbruststreifen	€ 3,50
... 5 Garnelen in Knoblauchöl gebraten	€ 4,90
... gebratenen Rindersteak Streifen	€ 4,50
Veganes Thai-Linsencurry mit Kürbis, Möhren, und Baby-Spinat und Wildreis ^{vegan}	€ 9,50
Curry zusätzlich mit...	
... gebratenen Hähnchenbruststreifen	€ 3,50
... gebratenen Rindersteak Streifen	€ 4,50
Argentinisches -Rumpsteak ^(220 g) mit Kräuterbutter und Grillgemüse	€ 22,90
Pulled Lachs-Burger mit Currymayonnaise, Avocadocreme, Lauchzwiebeln und Tomate	€ 9,50
„Neptunbad Burger“ mit 200g Rinderhack, Zwiebel-Rauch-Marmelade, einer Scheibe Old Amsterdam, Bacon und Laugen-Buns von der Bäckerei Zeit für Brot	€ 9,90
Beilagen zu den Hauptgängen...	
... Beilagensalat in Mango-Chilidressing ²⁾⁹⁾	€ 3,00
... Pommes frites ^{vegan}	€ 2,30
... Süßkartoffel ²⁾ Pommes ^{vegan}	€ 3,50
... Heinz Ketchup oder Heinz Mayonnaise	€ 0,70

Desserts, Eis und Kuchen

<i>Frischer Bio-Joghurt mit Walnusskernen und Honig</i> <small>vegetarisch</small>	€ 3,90
<i>Frischer Obstsalat</i> <small>vegan</small>	€ 5,90
<i>Frischer Obstsalat mit Bio-Joghurt</i> <small>vegetarisch</small>	€ 5,90
<i>Eine Kugel Eiscreme nach Angebot</i> <small>vegetarisch</small>	€ 1,40
<i>Unsere Sorten: Mövenpick Crème Vanilla, Maple Walnuts, Chocolate Chips, Coconut Crisp, Passionsfrucht Sorbet</i> <small>vegan</small>	
<i>Kuchen nach Angebot</i>	
<i>Portion Sahne</i>	€ 0,50
<i>Weitere Dessertangebote finden Sie auf unserer Wochenkarte.</i>	

Zeichenerklärung:

1 mit Geschmacksverstärker 2 mit Farbstoff 3 konserviert 4 mit Nitritpökelsalz 5 mit Nitrat
6 mit Phosphat 7 geschwefelt 8 geschwärzt 9 mit Süßungsmittel(n) 10 gewachst
11 enthält eine Phenylalaninquelle 12 mit Antioxidationsmittel