



# SPEISEKARTE

## Restaurant – Imbiss – Catering

# DIE GRÜNE KOMBÜSE...



## ...isst anders.

Kochen, genießen und gemeinsam auf kulinarische Entdeckungsreise gehen – das war schon immer unsere Leidenschaft.

Mit unserer Freude an gutem Essen kamen die Fragen: Wie können wir sicher stellen, dass das, was auf unserem Teller landet, nicht nur schmeckt, sondern auch gut tut? Und das am besten allen, die an seiner Entstehung beteiligt waren?

Wie ist es möglich, unsere Gäste und uns selbst mit gutem Essen zu verwöhnen - im Einklang mit Natur, Tier und Mensch? Wir wollten es wissen. Hier ist das Ergebnis.

Unsere Karte ist klein aber fein, und wo immer es geht, beziehen wir unsere Zutaten frisch und saisonal direkt von Erzeugern aus der Umgebung. Alle unsere Gerichte sind rein pflanzlichen Ursprungs und frei von Zusatzstoffen und Geschmacksverstärkern. Die Grüne Kombüse sieht nicht nur grün aus. Mit Rücksicht auf unsere Umwelt verzichten wir so weit wir es vermögen auf unnötige Plastikverpackung. Unsere Speisen und Getränke gibt es trotzdem auch „to go“: in umweltgerechter Kartonverpackung oder kompostierbaren Verpackungen aus Stärke.

## Immer wieder neu

Die Natur ist unser größtes Vorbild.

Jede Jahreszeit beschenkt uns mit ihrer eigenen Fülle an Aromen und Farben. Schätze aus allen Ecken der Welt und natürlich aus der Heimat liefern uns eine Vielfalt an wertvollen

und schmackhaften Lebensmitteln, die uns zu immer neuen Genuss-Kreationen verführen. Darauf verwandeln sich auch unsere Speisen mit den Jahreszeiten.

## Unsere Tagesgerichte

bringen Frische und Abwechslung auf den Tisch. Für uns, die das Kochen mit frischen Zutaten lieben und für unsere Gäste, die die Vielfalt

natürlicher Lebensmittel immer wieder neu entdecken und genießen können.

## Reines Wasser für die gute Küche

Ab September 2017 bereiten wir alle Speisen und Getränke mit energetisiertem, zellverfügbarem

Filterwasser an. Mehr Informationen dazu erhalten Sie gerne bei uns am Tresen.

**Wir wünschen Ihnen eine erholsame Zeit und guten Appetit!**

Haben Sie Fragen zu Allegenen und Alternativen? Fragen Sie uns.

# KOMBÜSEN-SPEISEN

## Salate

---

### Gemischter Salat der Saison

Verschiedene Salate und Gemüse der Saison mit Oliven, Sprossen und Vinaigrette  
(7)(8)

**Beilagensalat 5.0**

**Bunter Salatteller 11.9**

**... mit gebratenem Räuchertofu +2.5  
(2)**

## Suppen

---

### Suppe des Tages

Fragen Sie uns nach Angeboten oder werfen Sie einen Blick auf die Tagestafel.

**Klein 4.2**

**Groß 6.8**

**...mit frischem Dinkelbrot von der Bio-Mühlenbäckerei + 1.0**

## Vorspeisen

---

### Gemischte Antipasti | “Parmesan” | Röstbrot | Kräuter”butter” 10.9

Ein Gruß aus der Mittelmeerküche: Sanft gegrilltes Gemüse von aromatischer Aubergine bis zu zarter Zucchini entfaltet in Olivenöl, Balsamico und Kräutern seinen vollen Geschmack. Ideal zum Teilen oder als Einstieg in einen genussvollen Abend  
(1)(2)

### Rohkostbrot mit Artischockencreme, getrockneten Tomaten und Salat 9.5

Raffiniertes Dörrbrot mit einer mediterranen Creme aus eingelegten Artischocken, dazu bunter Salat

Rohkost, (4)(7)(8)

### Nusscremebällchen in Gewürzblütenmantel auf Salat 8.5

Würzig feine Cashew-Nussbällchen, in Blüten gewälzt, dazu Salat

Rohkost, (4)(7)(8)

**... mit Rohkost-Leinsamencrackern**

**+ 3.0**

(7)

# KOMBÜSEN-SPEISEN

## Hauptspeisen

---

**Barbeque-Bohnenseitan | Kartoffelpavé | Kürbis-Senfsauce | Rosenkohl 22.9**

Seitan aus weißen Bohnen, dazu geschichtete und ofengebackene Kartoffeln, leuchtende Senfsauce mit Hokkaido und gebackenem Rosenkohl

(1)(2)(8)

**Kräutersaitling-Thymianrisotto | Wirsingroulade | Haselnusscrunch | "Parmesan" 20.9**

Würziges Risotto, begleitet von zarter Wirsingroulade gefüllt mit Süßkartoffel und Räuchertofu, gekrönt von nussigem Crunch und aromatischem „Parmesan“

(2)(4)

**Sellerie-Rigatoni | Shiitake | Schwarzer Knoblauch | Kürbiskernmozzarella | Salat 19.9**

Rigatoni in cremiger Cashevelouté überbacken mit veganem Mozzarella aus Kürbiskernen, getoppt von geschwenkten Shiitakepilzen

(1)(2)(4)(6)

**Sauerkrautbratlinge | Ofengemüse | Rote Beete-Quinoa | Schwarze Bohnenhummus 19.7**

Deftige Bratlinge treffen auf buntes Ofengemüse, erdiges Rote-Bete-Quinoa und orientalische Hummusvariation

(7)

**Mecklenburger Winterchili | Kräuterpolenta | Paprikatofu 18.1**

Chili aus winterlichem Gemüse mit buttriger Kräuterpolenta und würziger Sojaspezialität

(2)

Alle Elemente unserer Gerichte können Sie gerne auch extra dazu bestellen oder sich Ihr Gericht einfach selbst zusammenstellen. Preise und Allergene für die einzelnen Komponenten finden Sie hinten in der Karte.

## Desserts

---

**Schokobrownie | Ingwerbirne | Kokoscreme 8.9**

Saftiger Schokobrownie trifft auf fein-würzige Ingwerbirne und eine zartschmelzende Creme – ein harmonisches Spiel aus Süße, Wärme und Frische

(1)(2)

**Zimt-Panna Cotta | Kürbiskernöl | kandierte Kürbiskerne | Apfel-Sanddornspiegel 9.6**

Ein Winterlicher Genuss in vier Akzenten

(2)

**Kugel Eis**

**2.5**

**...mit Schlagsahne**

**+1.0**

# KOMBÜSEN-SPEISEN

## Gerichte für kleine Leute

---

### Seemannsgarn 6.9

Pasta in fruchtiger Tomatensauce mit Nussparmesan

(1)(4)

### Schatzinsel 6.9

Drei knusprig frische Kartoffelpuffer mit hausgemachtem Apfelmus

## Snacks und Extras

---

### Würzige Kartoffelspalten 6.5

Frisch aus dem Ofen mit hausgemachtem Ketchup und Kräutermayonaise

(2) Zuckerfrei

### Rohkostchips oder Leinsamencracker 5.2

Gedörrtes Gemüse oder fermentierte Saaten, pikant gewürzt

(2)(4)(7) Zuckerfrei

### Rohkost-Energiebällchen Stk. 1.2

Kleines feines Konfekt aus verschiedenen Nüssen und Trockenfrüchten

Immer wieder andere Variationen. Fragen Sie uns!

(4) Zuckerfrei, Rohkost

### Nusscremebällchen Stk. 1.2

Würzig feine Cashewnussbällchen, in Blüten gewälzt

(4) Zuckerfrei, Rohkost

### Hausgemachter Ketchup 1.2

Zuckerfrei

### Hausgemachte Kräutermayonaise 1.2

(2) Zuckerfrei

### Cookies 2.5

Wechselnde Sorten

(1)(2)(4)

# Erfrischungsgetränke

## Hausgemachtes

### Smoothies

Grün oder Rot und hausgemacht!

Kleiner Smoothie 0,2 l | 3.7

Großer Smoothie 0,4 l | 6.0

### Limonade

Rot oder Gelb.

Hausgemacht, aus Kirschen und Johannisbeer oder Maracuja und Orange.  
Mit Zitrusfrüchten und Gewürzen.

0,3 l | 4.5

## Limonaden

Biozisch/Voelkel 0,33l | 3.9

Orange

Bitter Lemon

Holunderblüte

Rhabarber

Gurke

Himbeer-Cassis

Matcha

Rosenblüte

Ingwer

Now / Lammsbräu 0,33l | 3.5

Orange-Cola

Fresh Lemon

Red Berry

Premium Kollektiv 0,33l | 3.5

Fair, transparent, anders!

Premium Cola

Munter Mate

## Säfte

Bio, Voelkel 0,2 l | 3.5

Apfel

Maracuja

Rhabarber

Traube

Banane

... als Schorle 0,2 l | 2.4

0,4 l | 5.2

Apfel-Mango

Birne

Kirsche

Orange

Johannisbeere

0,4 l | 4.3

## Wasser

Filterwasser 0,2 l | 1.5 1,0 l | 4.9

Aus der hauseigenen Truu-Filteranlage

Güstrower Schlossquelle 0,25l | 2.9

medium / classic / naturelle 0,7 l | 7.5

Unser Filterwasser wird in einer Truu-Filteranlage in fünf Schritten von allen Fremd- und Schadstoffen gereinigt. Übrig bleibt der reine Wasser-Genuss.

Eine Wohltat für den Körper.

## Longdrinks

Gin Tonic 0,4l | 7.9

Aqua Monaco Tonic | London Dry Gin | Zitrone | Eiswürfel

Tequila Sunrise 0,4l | 7.9

Tequila | Orangensaft | Zisch Grenadine | Eiswürfel

Veneziano Spritz 0,4l | 7.9

nach Aperol Art | Veneziano bitter QbA | Sekt | Mineralwasser | Eiswürfel

White Vegan 0,4l | 9.5

Kaffelikör hgm. | Mandelmilch | Mandelsahne | Eiswürfel

Roseberry's Baby 0,4l | 9.5

Rosenlikör hgm. | Now Red Berry | Zitrone | Eiswürfel

Ginger Pinch 0,4l | 9.5

Ingwerlikör hgm. | Premium Cola | Limette | Eiswürfel

### Alkoholfrei:

Virgin Sunrise 0,4l | 5.9

Orangensaft | Zitronensaft | Grenadine | Eiswürfel

Spritz Holunder 0,4l | 6.5

Holunderblütenlimonade | Orangen-Bitter | Orange | Eiswürfel

VirGin Tonic 0,4l | 7.9

Aqua Monaco Tonic | alkoholfreier Gin | Zitrone | Eiswürfel

# Heißgetränke

## Kaffee & Co.

100% Arabica, bio, fairtrade	
Pflanzliche Milchalternativen nach Wahl	
Café Crema	2.9
Espresso	2.5
Doppelter Espresso	3.7
Espresso Macchiato	2.9
Cappuccino	4.2
Milchkaffee	4.9
Latte Macchiato	4.9
Heiße Schokolade	4.2
... mit Schuss (Rum / Wodka)	+ 1.5
Chai Latte	3.9
Getreidekaffee	3.5
Eiskaffee oder Eisschokolade	6.5
... mit Vanilleeis und Sahne	

## Saft

### Heiße Säfte

Heißer Apfel-Holunder 0,2 l	4.9
Heißer Apfel-Sanddorn 0,2 l	4.9
Heißer Ingwer im Kännchen 0,3 l	3.9
Aus frischem Ingwer	

## Tee

### Eilles Tea Diamonds

Premium Biotee fairtrade,  
im 0,3 Glasbecher 3.6

Darjeeling Royal 2<sup>nd</sup> Flush  
English Breakfast Tea

Ceylon Assam

Bio Baroness Grey  
(Earl Grey)

Darjeeling Green

Grüntee Jasmin

Kamille

Früchtetee

Verbene (Eisenkraut)

Pfefferminze

Roibos

Ayurveda Relax

**Tee aus dem Kräutergarten Pommernland**  
lose aufgebrüht im Kännchen

### Blütenreigen 3.9

Ringelblumen, Melisse, Holunderblüten,  
Thymian, Zitronenverbene, Kornblumen,  
Malven

### Elfentraum 3.9

Zitronenmelisse, Ringelblumen,  
Lindenblüten, Pfefferminze, Ysop, Salbei,  
Holunderblüten, Malven, Kornblumen

### Drachenglut 3.9

Drachenkopf, Lindenblüten,  
Holunderblüten, Malven, Thymian, Salbei,  
Spitzwegerich

### Venusmond 3.9

Schafgarbe, Frauenmantel, Pfefferminze,  
Himbeerblätter, Brennessel,  
Johannisbeerblätter, Gänsefingerkraut

### Sommerland 3.9

Zitronengras, Drachenkopf,  
Zitronenverbene, Johannisbeerblätter,  
Pfefferminze, Sonnenblumenblüten,  
Rosenblüten, Kornblumen

### Herbstgold 3.9

Hagebutte, Melisse, Hibiskus, Zitronengras,  
Ingwer, Sonnenblumenblüten

### Winterlicht 3.9

Ysop, Brombeerblätter, Johanniskraut,  
Sanddorn, Orangenschalen, Anis, Rosmarin,  
Sonnenblumenblüten

Wir servieren alle Milchgetränke standardmäßig mit Hafermilch.  
Mandel-, Soja- oder Reismilch gibt es auf Wunsch.

# Bier und Spirituosen

## Bier

### Störtebeker Stralsund

Von der Ostsee

Kellerbier 0,33l | 4.5 0,5 l | 5.9  
Alster

Übersee Pils 0,5 l | 5.9

Bernstein-Weizen

Roggen-Weizen

Schwarzbier

Atlantic Ale

Bernstein-Weizen

Alkoholfrei

Frei-Bier

Alkoholfrei

### Pinkus Biobräuerei Münster

Spezial 0,33l | 4.3

Naturklares Pils mit garantiert 0,5 l | 5.5  
dreimonatiger Lagerzeit

Demeter Lagerbier 0,33l | 4.5

Untergäriges Lagerbier,  
naturtrüb und süffig

Pils 0,5 l | 5.9

Feinherb-Würzig

Malzbier 0,33l | 4.2

## Hauseigene Liköre

Kaffee-Sahne je

Mandel -Tonka 2 cl | 2.8

Orange-Limette (würzig) 4 cl | 4.8

Rosenblüte

Cola

Blütenlikör (Ringelblume, Flox,  
Kapuzinerkresse)

Ingwer (Rum)

weitere Sorten bitte erfragen

Alle Liköre gerne auch in der Flasche -  
als Geschenk oder für Zuhause.

50 ml | 2.5

Keine Flasche dabei? Flasche | 2.5

## Digestive und Aperitive

### Sherry

Romate Fino trocken 0,1 l | 4.8  
Ideal zu Vorspeisen wie Nusscremebällchen  
Romate Cream süß 0,1 l | 4.8  
Feine Süße, perfekt zum Dessert

### Portwein

DOW'S Fine White Port 0,1 l | 5.8  
Frischer, weißer Port aus dem Douro Valley  
DOW'S Fine Ruby Port 0,1 l | 5.8  
Vollmundiger Port aus dem Douro Valley

### Spirituosen

Likedeeler 2 cl | 2.8  
Kräuter-Halbbitter 4 cl | 4.8  
38% vol.

Obstler 2 cl | 2.8  
Pflümli / Williams Birne 4 cl | 4.8

### Alkoholfrei

Abstinence Lemon / Südafrika 2 cl | 3.2  
4 cl | 4.9

Ein lebendiger, zitrischer Aperitif mit  
dominanter Limetten- und schwarzer  
Johannisbeerenaromatik.

Abstinence Blood Orange 2 cl | 3.2  
4 cl | 4.9

Klassischer italienischer Bitter-Style mit  
präsenter Blutorange, die von natürlichen  
Kräuter- und Gewürzarten umgeben ist.

Abstinence ist ein modernes  
innovatives Alkoholfrei-Projekt  
aus dem Floral Kingdom,  
einem Biotop in Südafrika.

# Weine

## Rotwein

### Rotwein

**"Urschrei" trocken, QbA, Weingut Lorenz / Rheinhessen**

Dicht und Komplex mit Aromen von roten Früchten und Kirsche, guter Trinkfluss mit hohem Spaßfaktor. (9)

0,2l | 7.0

**Rieger Lust auf Rot / Baden**

Regent und Spätburgunder der würzigen Art mit Aromen von Nelken, Wacholderbeeren und Sauerkirschen. (9)

0,2l | 6.0

**Pinot Noir trocken QbA / Rheinhessen**

Elegant und vielschichtig, delikat mit einladender Wärme (9)

0,2l | 6.5

**Casa Leon Tinto, QbA, Spanien**

Süßig und harmonisch. Ein Wein voller spanischer Sonne für alle Gelegenheiten. (9)

0,2l | 5.0

### Flaschenwein

**Landschwein Rot / Pfalz**

Leichter unkonventioneller Gaumenschmeichler mit viel Frucht. (9)

0,75 l | 29.00

Landwirt und Winzer Lukas Krauß,  
aka der Mann mit Hut, hatte noch  
nie große Lust auf Konventionen.  
Darum produziert er keinen  
08/15 Wein, sondern spielt in  
seiner ganz eigenen Kategorie.  
Landschein Wein ist unfiltriert  
und ohne Schwefelung spontan  
vergoren. Hier soll die Natur  
ihre Arbeit machen.

## Weiβwein

### Weiβwein

**"Kopfstand" QbA trocken – Weingut Lorenz / Rheinhessen**

Die Weinwelt steht Kopf: Die Reben wachsen frei, ohne einen radikalen Holzrückschnitt. Dies ist ein bedeutender Schritt zurück zum ursprünglichen freien Wachstum. Sie danken es mit kleinen, hocharomatischen Beeren.

0,2 l | 6.0

**Rieger Lust auf Weiβ / Baden**

Blütenduftig, aromatisch und leicht. Gut zugängliches Cuvée mit schönem Spiel und erfrischender Säure. Mineralisch, knackig mit Noten von Holunder und gelben Pflaumen.

0,2 l | 6.0

**Pinot Grigio Marca Trevigiana QbA, Italien**

Runder, frischer Pinot Grigio aus dem Herzen des Piave. Reife, volle Frucht mit leicht grasigen Nuancen.

0,2 l | 5.5

**Grauburgunder QbA, Weingut Seck, D**

Trockener Burgunder mit dichten Aromen, Schmelz und langem Nachhall. Perfekt zu kräftigen Speisen und Gebratenem.

0,2 l | 6.0

### Flaschenwein

**Riesling Remastered trocken / Rheingau**

Geradlinig, klar und sortentypisch präsentiert sich dieser Riesling mit einem Strauß von Aromen, erinnernd an gelbes Steinobst, knackige Äpfel, Zitrusfrucht und einem Anflug an Stachelbeere.

0,75 l | 25.0

**Landschwein Weiβ / Pfalz**

Ein spannender Wein mit Noten von Kräutern und Apfel, mit einer cremigen Textur und Biss, genialer Essensbegleiter, sehr gut zu kräftig gewürzten Speisen.

0,75 l | 29.0

# Wein und Sekt

## Sekt

### Frizzante Bianco IGT La Perla / Italien

Frisch und feinfruchtig präsentiert sich dieser Frizzante der Azienda Giol mit typisch floraler Note.

0,75l | 25.0

### Champagne Fleury Blanc de Noir

Fruchtig-würziger Champagner aus der Rebsorte Pinot Noir. Es werden verschiedene Lagen und Jahrgänge zu einem besonders gelungenem Cuvée kombiniert. Kraftvoll und vollmundiger Stil.

0,75l | 80.0

### Schollenberger Piccolo exklusiv

0,10l | 4.9

## Alkoholfrei

### Alkoholfreie Weine und Sekt

#### Grauburgunder Weingut Zott / Baden

Schonend entalkoholisiert. Glockenklare Aromatik und herrliche Frische.

0,2 l | 5.9

#### Le Petit Béret Rouge Cabernet Sauv. / Fra

Komplexe Aromen von Cassis, Veilchen, schwarzem Pfeffer, Süßholz, Gewürzen und feinen Vanillenoten.

0,2 l | 5.5

#### Le Petit Béret Rosé Prestige / Fra

Halbsüßer Wein mit charmanten Aromen von Kirschen, Beeren, Himbeeren und Zitrusfrüchten.

0,2 l | 5.5

#### Blanc de Blanc Sekt / Baden

Für alle, die nicht auf ein Glas Sekt verzichten möchten

0,75 l | 29.0

## Rosé

### Rosé

#### Rosé Bioweingut Lorenz / Rheinhessen

Delikater und einladender Rosé mit Frische und Eleganz, launiger Spaßmacher.

0,2 l | 6.0

#### Casa Leon Rosado, QbA, Spanien

Von der Sonne verwöhnt. Rote Früchte mit Schmelz und Frische.

0,2 l | 5.0

#### Rieger Lust auf Rosé / Baden

Saftige Süßkirsche, ein Touch Erdbeere. Genügend Säure für ein beeindruckendes Spiel mit der Fruchtsüße, Das Ganze ausbalanciert durch Aromen von grüner Paprika.

0,2 l | 6.0

### Flaschenwein

#### Landschwein Rose / Pfalz

Gaumenschmeichler von Lucas Krauss, erfrischend mit delikater Frucht und einem Hauch Rauch.

0,75l | 29.0

Sonnenverwöhlte Markgräfler Trauben bilden die Grundlage aller alkoholfreien Weine und Sekt des Weinguts Zott. Nach der Gärung wird den Grundweinen sehr schonend der Alkohol entzogen. Dadurch bleiben die rebsortentypischen Aromen erhalten. Voller Genuss, null Promille!

**Bitte beachten Sie, dass trotz aller Sorgfalt bei der Zubereitung Spuren von Allergenen auch in den als allergenfrei ausgewiesenen Gerichten vorkommen können.**

**Unser komplettes Angebot ist rein vegan.**

**Allergene: (1) Gluten, (2) Soja, (3) Erdnuss, (4) Nüsse, (5) Lupine, (6) Sellerie, (7) Sesam, (8) Senf, (9) Sulphite**