

## Frühstück 10-12 Uhr

<i>ganz klein</i>	Ein Pott Milchkaffee mit einem selbstgebackenen Knäckebrot.	p.P.4,50 €
<i>die EINS</i>	Ein Pott BIOFilterkaffee mit einem Dinkelvollkornbrötchen und Butter, Belag nach Wahl.	p.P.6,00 €
<i>die ZWEI</i>	Ein Pott BIOFilterkaffee, zwei weiße Bäckerbrötchen, Butter, selbstgemachte Marmelade, Sahnequark, Käse, Serrano Schinken und Bio Salami.	p.P.8,50 €
<i>die DREI</i>	Pott BIOFilterkaffee, ein kleines Frischkornmüsli mit Obst, zwei selbstgebackene Dinkelbrötchen, Butter, selbstgemachte Marmelade, Sahnequark, Käseauswahl und selbstgemachter vegetarischer Aufstrich.	p.P.11,50 €
<i>die DREI glutenfrei, vorbestellen</i>	Pott BIOFilterkaffee, ein kleines Müsli mit Obst und Quinoa statt Hafer, zwei glutenfreie Brötchen von SCHÄR, Butter, selbstgemachte Marmelade, Sahnequark, Käseauswahl und selbstgemachter vegetarischer Aufstrich.	p.P.12,00 €
<i>veganes Frühstück vorbestellen</i>	Pott BIOFilterkaffee, ein kleines veganes Frischkornmüsli mit Obst, zwei selbstgebackene Dinkelbrötchen, Öl oder Pflanzenmargarine, zwei selbstgemachte Marmeladen, selbstgemachter vegetarischer Aufstrich und eine Schale mit mariniertem Gemüse.	p.P.14,00 €
<i>die VIER</i>	Bei diesem Frühstück wird frischer BIOFilterkaffee oder Tee bis 12:00 Uhr nachgereicht. Im Brotkorb: je ein Dinkelvollkornbrötchen, eine Scheibe selbstgebackenes Brot, ein Weizen Bäckerbrötchen. Dazu Butter, eine Portion selbstgemachte Marmelade, Sahnequark, Serranoschinken, Biosalami, Käseauswahl, selbstgemachter vegetarischer Brotaufstrich, eine Portion Rührei oder ein gekochtes Ei, eine kleine Portion Frischkornmüsli, und ein Glas Orangensaft.	p.P.17,50 €

Falls Sie ein anderes Getränk im Austausch wünschen so berechnen wir jeweils die Preisdifferenz.  
(Nicht möglich bei Nr. VIER)

## Frühstück 10-12 Uhr

Kleines Rührei- frühstück	Weißes Brötchen, Butter, zwei Eier zum Rührei gebraten.	4,00 €
Grobes Rührei- frühstück	Zwei weiße Brötchen, doppelt Butter, vier Eier zum Rührei gebraten.	7,50 €
Früschkornmüsli Im Glas		4,50 €
Kleines Früschkornmüsli		3,00 €

### Das Früschkorn Müsli

Wir quetschen am Vorabend, Hafer zu Haferflocken und weichen diese mit etwas Wasser auf, dann geben wir am nächsten Morgen Natur Joghurt, geschlagene Sahne, geraspelten Apfel mit Schale, zerdrückte Banane, Rosinen, Leinsamen und geröstete Ölsaaten hinzu.

Das **vegane** Müsli (Obstsaft statt Joghurt/Sahne) oder das **glutenfreie** Müsli (gepufftes Quinoa statt Hafer) bitte grundsätzlich vorbestellen.

## Frühstück 10-12 Uhr

### Nachbestellung/Erweiterung zum Frühstück

eine Einzelzusammenstellung ist nur mit einem  
Aufpreis von 1,50 € möglich

Rührei	Eine Portion Rührei, aus zwei frischen Eiern	2,40 €
Gekochtes Ei		1,10 €
Brötchen	Weißes Weizen Bäckerbrötchen	0,90 €
Dinkelbrötchen	Unsere Dinkelvollkornbrötchen backen wir von Hand selbst. Sie werden vegan zubereitet.	1,30 €
Glutenfreies Brötchen	von SCHÄR	1,30 €
Scheibe Brot	Selbstgebackenes Roggenvollkornsauerteigbrot mit Ölsaaten bitte Verfügbarkeit erfragen	1,30 €
Scheine Knäckebröt	Selbstgebackenes Knäckebröt es enthält Leinsamen, Sesamen, Sonnenblumenkerne, Haferflocken, Dinkelvollkornmehl	0,90 €
Salami	Portion aus vier kleinen Scheiben BIO Salami	2,20 €
Gouda	Portion aus zwei Hälften mittelalter Gouda	2,20 €
Belgischer Bauernkäse	Portion aus zwei Scheiben belgischen Bauernkäse	2,20 €
Ziegengouda	Portion aus vier halben Scheiben Ziegengouda	2,20 €
Serranoschinken	Portion aus zwei Scheiben Serranoschinken	2,20 €
Lachs	NUR VORBESTELLT möglich oder nach Verfügbarkeit fragen	4,20 €

## Frühstück 10-12 Uhr

Vegetarischer Aufstrich	Portion selbstgemachter Brotaufstrich (auf Butterbasis	0,80 €
vegan	Portion veganer Aufstrich, Verfügbarkeit erfragen	0,80 €
Marmelade	Portion hausgemachte Marmelade oder von der Marmeladenmanufaktur Marbella Carsten Zink	0,80 €
Honig	Portion Halterner Biohonig	0,80 €
Butter	Portion separate Butter	0,80 €
Quark	Portion Sahnequark	0,80 €
Rohkost	Schälchen mit Gemüse welches die Küche vorrätig hat.	3,50 €