

# ***Herzlich willkommen im Feel Good Club.***

*Fühl dich wohl und genieße das Leben!*

Vor dir liegt eine kulinarische Reise durch unsere wundervolle Region. Lass dich fallen und entwickle ein völlig neues Verständnis für Lebensmittel. Ganz nach dem Motto „Du isst, was du siehst“ zaubern dir unsere Köche vitale Gerichte aus regionalen Produkten, ganz ohne künstliche Zusatzstoffe.

Unsere Speisekarte lebt außerdem von innovativen Kreationen, welche wir dir zum besseren Verständnis kurz erläutern möchten:

***„Feel-Good-Kernmischung“:***

Hafer, Chiasamen, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne und Leinsamen

***„Feel-Good-Kräutermischung“:***

Blatt Petersilie, Dill, Schnittlauch und Thymian, aufgefüllt mit saisonalen Kräutern

***„Feel-Good-Mantel“:***

Kross gebratene Hülle, bestehend aus unserer „Feel-Good-Kernmischung“

***eat fresh - drink well - feel good***

Wende dich bei Fragen jederzeit gern an unser Fachpersonal.



# Vorspeisen

- Consommé von der Grilltomate**   
mit Frischkäsenocke und Crostini  
A(Weizen,Roggen,Gerste),M,E,S,5,9,10,11 **4,50€**
- Süppchen von der Kartoffel**   
mit frischen Gärtnerkräutern und frittiertem Rucola  
A(Weizen,Roggen,Gerste),M,S,9 **4,00€**
- Vital-Bruschetta mit Tatar vom Roastbeef** (regional vom Rößlerhof)  
mit Zitrone-Walnuss-Chili-Öl, Skyr-Dip mit Kapernapfel, Gewürz-  
gurkenkompott, Salat „Feel-Good-Kräuter“  
A(Weizen,Roggen,Gerste),M,N,G,5,9,11 **10,50€**
- Büffelmozzarella auf Basilikumpesto**   
Tomaten, Olivenöl, Salat „Feel-Good-Kräuter“, Steinofenbaguette  
A(Weizen,Roggen,Gerste),G,M,N,9,10,11 **9,50€**
- Lauwarmer Kartoffelsalat**   
mit frittiertem Ei und Vitalkräutern  
E,G,S,5,10 **8,00€**
- Kerniger Brotsalat**   
mit Gemüsecreme, geschmolzenen Cherrytomaten  
und gebratenem roten Chicorée  
A(Weizen,Roggen,Hafer,Gerste),G,M,N,S,5,9,10,11 **7,00€**

# Salate

## Vitalsalat

Bunte Salatmischung mit „Feel-Good-Kräutern“, Kirschtomaten, Salatgurken, Karotten und Lauchzwiebeln, Honig-Senf-Vinaigrette

A(Weizen,Roggen,Gerste),G,M,N,5,9,10,11

**kleine Bowl**

**6,00€**

**große Bowl**

**8,00€**

**wähle dazu**

- „Feel-Good-Kernmischung“ A(Hafer)  **2,00€**
- gegrillter Ziegenkäse mit Honig, Rosmarin und Thymian M,9  **5,50€**
- gebratene Bio-Hähnchenbrust in Zitrone-Ingwer-Marinade **7,50€**
- in Rote Bete gebeizter Lachs F **7,00€**
- auf der Haut gebratenes Lachsfilet F,M,9 **9,50€**

# Hauptgänge

## Flammkuchen „Classic“

8,50€

Bauchspeck, Lauchzwiebeln und Crème Fraîche

A(Weizen),M,3,9

## Flammkuchen „Kalte Jahreszeit“

11,00€

Camembert, Preiselbeeren, geröstete Walnüsse und frischer Rucola

A(Weizen),M,N,3,9,11

## Gebratene Bio-Hähnchenbrust im „Feel-Good-Mantel“

15,00€

auf cremigem Kartoffelpüree, dazu Thymian-Möhrenschlaufen

A(Weizen,Hafer),E,M,S,5,9

## Kerniges Rückenschnitzel im „Feel-Good-Mantel“

12,50€

vom Susländer Schwein mit Kräuterkartoffeln und buntem Gemüse

A(Weizen,Hafer),E,M,9

## 200g Rumpsteak vom Rößlerhof

24,50€

auf Quinoa-Risotto, dazu glacierte Portweinzwiebeln und Karottenschlaufen

M,5,9,10

## Auf der Haut gebratenes Lachsfilet

15,50€

mit Birnenlack, auf Gemüsecurry und frittierten Glasnudeln

F,N,S,5

## Gebratenes Kabeljaufilet mit krosser Haut

17,00€

auf Bouillongemüse, dazu Kartoffeln, „Feel-Good-Kräutermischung“  
und gerösteter Körnercrumble

A(Hafer),F,M,N,S,5,9

## Hausgemachter Burger

15,00€

240g Rindfleisch im Brioche mit würziger Tomatenmarmelade,  
Rotweinzwiebeln, Räuchergouda und Knoblauchgurken,  
dazu Süßkartoffelpommes und dreierlei Dips

A(Weizen),E,M,5,10,11

## Shepherd's pie upside down

12,00€

geschichtetes Gericht aus Kartoffelpüree, Schmorzwiebeln,  
Rinderhackfleisch, Röstzwiebeln und Parmesan

A(Weizen),M,S,9

# Pasta

## Tagliarinis „Feel Good“

mit Rucolapesto, geschmolzenen Cherrytomaten,  
„Feel-Good-Kernen“ und Parmesan

A(Weizen,Hafer),M,N(Pinienkerne)

**10,50€**

## Tagliarinis „Chicken“

mit gebratenen Bio-Hähnchenbruststreifen,  
Cremechampignons und „Feel-Good-Kräutermischung“

A(Weizen),E,M,S,9

**14,50€**

## Tagliarinis „Stroganoff Art“

mit Roastbeefstreifen vom Rößlerhof, Rote Bete,  
Gewürzgurken, Perlzwiebeln und Sauerrahm

A(Weizen),E,M,S,5,9

**18,00€**



# Desserts

## **Schokoladenkuchen im Glas**

**6,50€**

mit flüssigem Kern, dazu Erdbeersorbet mit Flocken von der Tonkabohne

A(Weizen),E,M,g,10,11

## **Knackiger Hafercrumble**

**6,50€**

mit Äpfeln und Waldbeeren, dazu gesalzenes Karamelleis

A(Weizen),E,M,N(Haselnuss),7,9,10,11,

## **Skyr-Bowl**

**8,00€**

mit Honig, Nüssen, Früchten und Minzöl

M,N(Haselnuss,Walnuss),g

Natürlich hast du jederzeit die Möglichkeit, ab einem Aufpreis von 1,50 €, deine Beilagen zu ändern. Unser Fachpersonal berät dich hierzu gern.

# Aperitifs

Sekt Cremant Bouvet, Loire 0,1l	<b>5,90€</b>
Sekt Cremant Bouvet Rosé, Loire 0,1l	<b>6,50€</b>
Prosecco 0,1l	<b>3,90€</b>
Sherry Osborne medium / dry 5cl	<b>4,00€</b>
Martini dry, bianco, rosso 5cl	<b>4,00€</b>
Aperol Spritz	<b>5,90€</b>
Campari auf Eis	<b>4,90€</b>
Campari Soda	<b>5,90€</b>
Campari Orange	<b>5,90€</b>
Pernod auf Eis und Wasser 4cl	<b>4,50€</b>
Feel-Good-Surprise	<b>5,90€</b>
Feel-Good-Surprise alkoholfrei	<b>4,50€</b>



# Alkoholfreies

## Wasser und Limonaden

Lichtenauer Mineralwasser 0,25l  
still, medium, spritzig

2,50€

Lichtenauer Mineralwasser 0,75l  
still, medium, spritzig

5,50€

Coca-Cola 0,2l / 0,4l

2,50€ / 4,00€

Coca-Cola light 0,2l / 0,4l

2,50€ / 4,00€

Fanta 0,2l / 0,4l

2,50€ / 4,00€

Sprite 0,2l / 0,4l

2,50€ / 4,00€

Thomas Henry

Tonic, Bitter Lemon, Ginger Ale, Spicy Ginger 0,2l

3,00€

Fever-Tree Mediterranean Tonic 0,2l

3,50€

Hofgarten Rhabarberschorle 0,33l

3,50€

## Säfte Granini 0,2l / 0,4l

naturtrüber Apfel, Orange, Sauerkirsche, Banane,  
Ananas, Schwarze Johannisbeere, Tomate

2,50€ / 4,00€

**alle Säfte auch als Schorle erhältlich**

# **Biere**

## **Bier vom Fass**

Wernesgrüner Pils 0,3l	<b>2,70€</b>
Wernesgrüner Pils 0,5l	<b>4,20€</b>
Radler 0,3l	<b>2,70€</b>
Radler 0,5l	<b>4,20€</b>
Benediktiner Hefeweizen 0,5l	<b>4,20€</b>

## **Flaschenbier**

Wernesgrüner Landbier 0,33l	<b>3,00 €</b>
Wernesgrüner alkoholfrei 0,33l	<b>3,00€</b>
Bitburger glutenfrei 0,33l	<b>3,00€</b>
Köstritzer Schwarzbier 0,33l	<b>3,00€</b>
Benediktiner Hell 0,5l	<b>4,20€</b>
Benediktiner Hefeweizen dunkel 0,5l	<b>4,20€</b>
Benediktiner Hefeweizen alkoholfrei 0,5l	<b>4,20€</b>

# Weine

## Offene Weine 0,1l / 0,2l

### Weißwein

2019 VINO Verde halbtrocken, Messias, Portugal 8,5%	<b>3,00€ / 5,50€</b>
2019 Weißburgunder, Wolf, Pfalz	<b>3,00€ / 5,50€</b>
2018 Cuvée "fröhlich", Schäfer Fröhlich, Nahe	<b>3,00€ / 5,50€</b>
2018 Riesling "Hainfelder Kapelle", Bernhard Koch, Pfalz	<b>4,50€ / 7,50€</b>
2017 Sauvignon Gris, Jean-Ives, Loire	<b>3,50€ / 6,50€</b>
2019 Gelber Muskateller "fresh & easy", Leth, Österreich	<b>3,50€ / 6,50€</b>

### Roséwein

2019 VINO Rosé, Messias, Portugal 10,5%	<b>3,00€ / 5,50€</b>
2019 Cuvée "Pink", Bernhard Koch, Pfalz	<b>3,50€ / 6,50€</b>

### Rotwein

2014 Setubal Selection, Messias, Portugal	<b>3,50€ / 5,50€</b>
2017 Spätburgunder, Wolf, Pfalz	<b>4,00€ / 7,50€</b>
2016 Cuvée "Nr. 46" lieblich, Bernhard Koch, Pfalz	<b>3,20€ / 5,90€</b>
2017 Primitivo, Pietrapura Mandus, Italien	<b>4,20€ / 7,90€</b>
2016 Zweigelt Klassik, Leth, Österreich	<b>3,70€ / 6,90€</b>

# Heißgetränke

## vom "Kaffeesechse"

Tasse Kaffee	2,60€
Kännchen Kaffee	3,80€
Espresso	2,50€
Espresso Macchiato	2,70€
Doppelter Espresso	3,80€
Doppelter Espresso Macchiato	4,00€
Cappuccino	2,90€
Milchkaffee	3,20€
Latte Macchiato	3,90€
Glas Tee	2,50€
Heiße Schokolade	3,00€



# Allergene

- A** Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, etc.) muss einzeln benannt werden
- B** Soja
- C** Krebstiere
- D** Erdnüsse
- E** Eier
- F** Fisch
- G** Senf
- H** Weichtiere (Schnecken, Muscheln, Tintenfisch)
- K** Sesamsamen
- L** Lupine
- M** Milch - einschließlich Laktose, Milchprodukte
- N** Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewkern, Pecanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) müssen einzeln benannt werden
- P** Schwefeldioxid (bzw. Sulfite ab 10mg/kg oder 10ml/l)
- S** Sellerie

# Zusatzstoffe

- 1** mit Farbstoff
- 2** mit Konservierungsstoff
- 3** mit Antioxidationsmittel (Würzmittel beim Schinken)
- 4** mit Geschmacksverstärker
- 5** geschwefelt
- 6** geschwärzt (meist bei Oliven)
- 7** gewachst (Citrusfrüchte, Melonen, Äpfel, Birnen)
- 8** mit Phosphat
- 9** mit Milcheiweiß
- 10** Süßungsmittel (süß-saure Konserven, Senf, Light-Produkte)
- 11** mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, Tafelsüßen
- 13** enthält Phenylalaninquelle (Protein)
- 14** bei der Verwendung von mehr als 10% Zugabe von Sorbit, Mannit, Isomalt, Maltit, Lactit und Xylit (kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken)
- 15** chinihaltig
- 16** koffeinhaltig
- 17** bestrahlte Kräuter und Gewürze
- 18** erhöhter Koffeingehalt
- 19** Stärke bei Fleischprodukten