

**because
earth is
beautiful.**

We are a zero-waste + vegan café

Bitte am Tresen bestellen



KAFFEE

Alles wird mit **Hafermilch von „Voelkel“** serviert
(glutenfrei + bio) und **Kaffee von Playground**

- Filterkaffee (French Press 0.3) 4.5
- Espresso | Ristretto 2.5
- Cortado 3
- Americano 3
- Cappuccino 3.8
- Flat White 4
- Milchcafé 4.5
- Latte Macchiato 4.8

KALTE GETRÄNKE

Hausgemachte Limonaden (0.35) 4.2

- Frisch (Zitrone, Zucker, Minze)
- Süd (Orange, Zucker, Rosmarin)
- Scharf (Ingwer, Zitrone, Zucker)

Viva Con Agua Still | Laut (0.35) 3.0

Viva Con Agua Flasche (0.75) 6.5

Saftschorlen (0.35) 3.5

Saft (0.35) 3.8

Apfel

Rhabarber

Johannisbeere

Premium Cola (0.33) 3.8

Mate Chari Tea (0.33) 3.8

Alkoholfreies bio Bier Lammbräu (0.33) 3.8

HEISSE GETRÄNKE

Tee 3.8

- Ostfriesentee (Schwarztee)
- Earl Grey (Schwarztee)
- Grüner Tee
- Schlechtwetter Tee (Kräutertee)
- Bora Bora (Früchteteer)
- Frisch: Minze, Zitrone oder Ingwer

Echter indischer Chai 4.8

Getreidemilchkaffee 4.8

Fairer Kakao 4.8

Fairer Kakao mit Rum 7.5

Hot Toddy 7.5

heißer Ingwer-Zitonen Grogg mit Abuelo Rum

Auf Eis + 0.5

Extra Espresso + 0.5

Abuelo Anejo Rum 2cl + 3

Getränke mit Alkohol

Bier Flensburger 3.0

Pils, Radler (0.33)

Bio Rotwein Dornfelder Spätburgunder

1/4 Liter 5.4 | Flasche 21.0

Aus Deutschland. Saftiger, mittelschwerer und fruchtbetonter Rotwein. Erdbeer- und Himbeernoten im Duft und am Gaumen. Harmonisch süffig und wenig Tannin.

Bio Weißwein WildWein Grauburgunder

1/4 Liter 5.4 | Flasche 21.0

Aus Deutschland. Schöne Frische und Frucht im Mund mit Anklängen von rotem Apfel, Zitrone und weißem Steinobst.

In der Nase komplex und etwas kräuterig.

Nicht so primär fruchtig wie gewohnt, Eindruck von natürlichen Hefen.

Bio Weißwein Grüner Veltliner VivoLoVin

1/4 Liter 5.4 | Flasche 21.0

Aus Österreich. Frischer und klassischer Duft nach Wiesenkräutern.

Am Gaumen cremig und saftig, Zitrusnoten und grüner Apfel.

Füllt den Mund mit erfrischender Leichtigkeit und zarter Säure, die die Frucht sauber trägt.

Bio Roséwein Ohne ChiChi

1/4 Liter 5.4 | Flasche 21.0

Aus Rheinhessen. Tolle Frucht mit animierender

Aromatik nach Erdbeere und Kirsche mit

angenehmer Restsüße. Elegantes Wechselspiel

von gut balancierter Süße und Säure.

Weinschorle 1/4 Liter 4.8

Prosecco (0.1) 3.5

Prosecco auf Eis (0.35) 6.0

+ hausgemachter Ingwersirup 0.5

Lillet Spritz 7.5

Lillet, Prosecco,
Soda, Orange

Lillet Tonic 9

Lillet, Thomas Henry Tonic,
Orangenzeste

Kornern 7.5

Oldesloer Korn, Premium Cola,
Zitrone

Altes Lalaland 8.5

Zubrówka Vodka, Leev Apfelsaft,
Minze

Warszawa Mule 9.5

Zubrówka Vodka, hausgemachte
Ingwerlimonade, Gurke

Oh, wie schön ist Panama 10.5

Abuelo anejo Rum, Zitrone, Zucker

Hamburg Buck 11

Gin Sul mit hausgemachter
Ingwerlimonade und Zitronenzeste

Die Ginflut 12.5

Gin Sul mit Thomas Henry Tonic und Zitronenzeste



Bitte am
Tresen bestellen

HERZHAFTE SPEISEN

Alle unsere Speisen sind von traditionellen Rezepten inspiriert. Alles wird handgemacht, ohne Zusatzstoffe. Unsere Zutaten sind alle vegan und werden verpackungsfrei eingekauft, meistens in bio Qualität. Das Sylter Sauerteigbrot liefern uns die Backgeschwister.

BROTZEIT

11.8

Mache dir dein eigenes Sandwich oder genieße sie wie eine kleine Tapasplatte.
Als Frühstück, für dazwischen oder am Abend.

Brotzeit #1 vom Mittelmeer

Hol dir Sonne auf den Teller: Hummus aus roten Linsen, gegrillte Rosmarin-Paprika und gemischte Oliven, mit Salat, frischen Gurken und Tomaten, dazu 2 Scheiben frisches Sylter Sauerteigbrot.

Brotzeit #2 aus Philly

Inspiziert vom *Philly Cheese Steak Sandwich*: veganer Schmelzkäse, »Pulled Mushrooms« (marinierte, gezupfte und gegrillte Pilze), Pink Pickles (eingelegtes Gemüse), mit Salat, frischen Gurken und Tomaten, und 2 Scheiben Sylter Sauerteigbrot.

Brotzeit #3 von den Kaschuben

Zu Besuch bei Babcia* in Polen: vegane Leberwurst, veganer Kräuterquark (Twaróg), Pink Pickles (eingelegtes Gemüse), mit Salat, frischen Gurken und Tomaten, und 2 Scheiben frisches Sylter Sauerteigbrot. *Babcia poln. für „Oma“

LENTIL PANCAKE BOWL

14.8

Bunt und glutenfrei: 3 Mini-Pancakes aus roten Linsen auf Salat, mit frischen Gurken und Tomaten, dazu gegrillte Rosmarin-Paprika, veganer Kräuterquark und Pink Pickles (eingelegtes Gemüse), garniert mit spanischem Olivenöl.

SUPPE

7.0

Serviert mit Sylter Sauerteigbrot, bio Olivenöl aus Spanien. Immer vegan und hausgemacht, die aktuelle Suppe verraten wir Euch am Tresen.

KLEINES GLAS OLIVEN ODER PINK PICKLES

2.8

SCHEIBE SYLTER SAUERTEIGBROT MIT SPANISCHEM OLIVENÖL

2.5

3 MINI - LINSEN PANCAKES STATT BROT

+2

Bei Fragen zu Allergenen, fragt uns. Wir helfen Euch gerne weiter.

SELF-SERVICE

Self-Service

SÜSSE SPEISEN

Alle unsere Speisen sind von traditionellen Rezepten inspiriert. Alles wird handgemacht, ohne Zusatzstoffe. Unsere Zutaten sind alle vegan und werden verpackungsfrei eingekauft, meistens in bio Qualität.

KUCHEN UND GEBÄCK

2.8 - 4.5

Immer vegan und hausgemacht, die aktuelle Auswahl findet Ihr am Tresen.

WARMES PORRIDGE

6.2

Glutenfrei, bio und zuckerfrei. Mit Bauck Hof bio Haferflocken, Feigen, Zimt, Haselnüssen, Voelkel Hafermilch.

CRUMPETS

7.0

Wie Pancakes: 3 warme englische Toastbrötchen mit Ahornsirup und Obst der Saison.

*Voelkel Hafermilch

Als weltweit erster Hersteller bringt Voelkel ab 2021 einen Haferdrink in Demeter-Qualität auf den Markt. Das neue Premiumprodukt in der Haferdrink-Range wurde ermöglicht durch einen im April gefassten Beschluss des Demeter-Verbandes, jetzt auch Pflanzendrinks für die Zertifizierung mit Deutschlands anspruchsvollsten Bio-Siegel zuzulassen. Der für die Herstellung von Haferdrink nötige Einsatz von Enzymen hatte eine Vermarktung unter dem Demeter-Zeichen bislang unmöglich gemacht.

Denn die von Natur aus vegane und laktosefreie Alternative zu Milch wird beim Demeter-Pionier Voelkel aus dem niedersächsischen Wendland ganz bewusst in der 0,75-l-Glas-mehrwegflasche abgefüllt.

Für seinen mild-cremig schmeckenden Haferdrink verarbeitet der Bio-Pionier nur glutenfreien Bio-Vollkornhafer einer heimischen Mühle, Sonnenblumenöl und eine Prise Meersalz. Vollkornhafer ist besonders nähr- und ballaststoffreich und enthält wesentlich mehr Mineralstoffe als zum Beispiel Weizen oder Roggen. Für ein möglichst ursprüngliches Genusserlebnis verzichtet die Naturkostsafterei bei ihrem Haferdrink vollständig auf den Zusatz von Zucker. Eine feine Süße wird auf natürlichem Weg durch Fermentation erreicht.

Die Zero-Waste Philosophie

Wir sind Deutschlands erste zero-waste Gastronomie. Zero-waste bedeutet wir kaufen nahezu alles unverpackt ein: In Mehrwegbehältern oder biologisch abbaubaren oder zu 100% recyclingfähigen Verpackungen, wie z.B. Papierbeutel.

Es bedeutet auch, dass wir alle Speisen von Grund auf frisch zubereiten und das ausschließlich mit hochwertigen und großteils biologischen Zutaten. Bei uns findest du keine Fertigprodukte und keine künstlichen Zusatzstoffe.

Zero-Waste ist ein großer Begriff, fängt aber für jeden Einzelnen schon im Kleinen an. Es gibt bei uns keinen erhobenen Zeigefinger – wir möchten aber ein Vorbild sein für unsere Gäste und andere Gastronomen. Es ist so einfach, Müll zu vermeiden: es beginnt schon beim wiederverwendbaren Strohalm oder dem Mitbringen eines eigenen Bechers für einen Coffee to Go.

Natürlich ist Zero-Waste ein Idealzustand, auf den wir hinarbeiten, aber nicht gänzlich erreichen können. Unser Ziel ist es, den umweltschädlichen und nicht recyclingfähigen Müll zu vermeiden und alles andere wiederzuverwenden.

Warum vegan?

Der Konsum tierischer Produkte ist die Hauptursache für einen Großteil der Umweltschäden, sei es die Waldrodung für den Anbau von Tierfuttermitteln oder die großen Mengen an virtuellem Wasser die in tierischen Produkten enthalten sind. Zudem ist in unseren Augen, das Leid der Tiere für den menschlichen Konsum, ethisch nicht zu rechtfertigen. Daher verzichten wir auf den Einsatz tierischer Erzeugnisse.

Für mehr Infos besuche gerne unseren Blog: www.followthelane.com