

GRÜNKOHL & KOHL

GREEN CABBAGE & CABBAGE



Der Kohl ist unschlagbar, was seinen Gehalt an gesunden Inhaltsstoffen betrifft.

Kohl, das sind vor allem jede Menge Vitamine wie C und A, Mineralstoffe wie Eisen, Kalzium, Magnesium und Kalium für ein starkes Herz, außerdem viele wichtige Ballaststoffe für die Verdauung.

100 Gramm Grünkohl enthalten mehr Eisen als die gleiche Menge Schweinekotelett und fast genauso viel Kalzium wie ein Glas Milch. Auch die Folsäure, ein für den Zellstoffwechsel wichtiges B-Vitamin, ist in vielen Kohllarten in hohen Mengen enthalten.

Grünkohlsalat

mit Oliven, Nüssen und getrockneten Tomaten ^{G, H, 3} 12,50
Salad of green cabbage with olives, nuts and sundried tomatoes

Klare Rotkohlsuppe

mit Apfelspänen und Crème Fraîche ^G 5,50
Clear red cabbage soup with apple and Crème fraîche

Sautierter Weiß- und Rotkohl

mit frischen Gnocchi an Maronenschaum und Wildkräutern ^{A1, C, G} 12,50
Sautéed white and red cabbage with fresh gnocchi, sweet chestnuts foam and herbs

Ragout vom heimischen Wildschwein

mit Apfelrotkohl und sautierte Butterspätzle ^{A1, C, G, I} 18,50
Ragout of local wild boar with apple-red cabbage and sautéed butter spaetzle (type of German pasta)

Kasslerrücken

mit Sauerkraut, Salzkartoffeln und körnigem Senf ^{I, J} 16,50
Smoked pork chop with sauerkraut, potatoes and whole grain mustard

Grünkohl Spaghetti

mit Tofu und Mandelsplittern ^{A, E, H, K, F} 10,50
Green cabbage with spaghetti pasta, tofu and slices of almonds

Grünkohl mit Kartoffeln und Mettwurst ^{A, I, J} 12,50

Green cabbage „traditional German style“ with potatoes and sausage

Skrei - Winterkabeljau

auf Champagner Ananaskraut an Pommerysensaum
mit gebratenen Pfannkartoffeln ^{A1, D, G, I, J} 21,00
Skrei (codfish) with Pommery-mustard-sauce, Champagner-pineapple-cabbage and fried potatoes