

Unser Frühstücks-Buffer

Warme Speisen: Mini-Bouletten, Mini-Würstchen, Bacon, Grilltomaten, Gemüsepfanne, Pilze
Haferflocken - Gemüsebratlinge

Laktosefreie Ecke:



Butter, Milch 1,5 %, Milch 3,5%,
probiotischer Joghurt, Quark,
Soja Milch,

Eier:

- 8 min Eier
- 5 min Eier
- Eierkuchen mit Apfelmus
- Rührei / Omelette / Spiegelei

mit Speck, Schinken, Kräutern, Paprika,
Tomate, Zwiebeln, Käse oder Pilze

Müsli

- Schokoladen Müsli
- Schokoladen Knusper Müsli
- Früchte Müsli
- Birchermüsli
- Knusper Müsli mit Waldfrucht

- Cornflakes

Cerealien:

- Sonnenblumenkerne
- Backpflaumen
- Aprikosen
- Sesam
- Leinsamen
- Haferflocken
- Chiasamen

Nussmischungen:

- Sportfutter Mix
- Aloha Mix
- Skandinavien Mix

Obst:

- Obstsalat
- Frisches Obst der Saison z.B.
Honigmelone, Wassermelone,
Weintrauben, Ananas, Kiwis



Backwaren:

verschiedene Brötchen aus unserer hauseigenen Bäckerei wie Schusterjunge, Elsässer, Vollkornbrötchen

Vom Ahlbäcker verschiedene Brote wie Vollkorn, Kartoffel-Walnuss-Brot, Roggensauerteigbrot

Plunderstücke, Süßteilchen, Hefezopf, Kuchen der Saison,

(auf Wunsch glutenfreie Brote oder Brötchen)

Marmelade - Faller:

(täglich wechselnd)

wie zum Beispiel:

- Zwetschgenkonfitüre
- Erdbeerkonfitüre
- Pfirsich Maracujakonfitüre
- Zuckerreduzierte Konfitüre
- diverse Honigsorten

Milchprodukte:

- Joghurt 3,5 %
- Magermilchjoghurt 0,01 %
- Magerquark 0,3 %
- Speisequark 40 %

- Bio Milch 1,5 %
- Bio Milch 3,8 %
- Buttermilch

- Butter
- fettreduzierte Butter
- Becel Original
- Becel Vital

Fruchtpürees:

(täglich wechselnd)

- Himbeere
- Schwarze Johannisbeere
- Pfirsich - Maracuja
- Kirsche

Salate:

(täglich
wechselnd)

- Rindfleischsalat (hausgemacht)
- Käsesalat (hausgemacht)
- Eiersalat (hausgemacht)
- Wurstsalat(hausgemacht)
- Usedomer Heringssalat mit Roter Bete (fettreduziert)
- Heringssalat mit Joghurt creme (fettreduziert)
- Geflügelsalat (hausgemacht)
- Tomaten-Mozzarella-Salat mit frischem Basilikum oder Pesto
- Karotten – Orangensalat mit Öl
- Vegetarische Fruchtaufstriche
- Remoulade
- Sahne Meerrettich
- Schmalz
- rote Zwiebeln gewürfelt
- Lauchzwiebeln
- Tomaten
- Gurken
- Paprika

Platten:

(täglich
wechselnd)

- Wurstplatte (Zungenwurst, Filetrotwurst, Leberkäse, Bierschinken, Jagdwurst, Paprikafleischwurst)
- Salamiplatte (Haussalami)
- Geflügelplatte (fettarm) (Putenkochschinken, Geflügelpastete mit Spargel oder Broccoli)
- Schinkenplatte (Lachsschinken (fettarm), Frühstücksschinken, Schwarzwälder Schinken, diverse Kochschinken)
- Bratenplatte (Schweinebraten, Geflügelbraten, Roastbeef)
- Streichwurst (Gutsleber-, feine Leber-, Zwiebelleber-, Zwiebelmett-, Schnittlauchleber-, grobe Streichmettwurst)

Käseplatte:

hoher Fett Anteil

- Gouda 48% (lactosefrei)
- Edamer 40 % (lactosefrei)
- Emmentaler 45 % (lactosefrei)

geringer Fett Anteil

- Glockenzeller 30 %
- Burlander 30 %

Käsebrett:

- Rügener Bodejunge 60 % (lactosefrei)
- Limburger 40 % (lactosefrei)
- Romadur Leicht 9 % (lactosefrei)
- Rahmromadur 50 % (lactosefrei)
- Harzer Rolle 0,5 % (lactosefrei)
- Deutscher Camembert 45 %
- Bavaria blu 70 %
- Ziegenkäse Chavroux 45 %
- Castello Schnittlauch 71 %
- Castello Pfeffer 71 %
- Frischkäse natur 68 %

Regionaler

Räucherfisch:

- Makrele
- Heringsfilets
- Heilbutt
- Lachs
- Sprotten
- Räucherlachs

(Auf Wunsch reichen wir Ihnen gerne unsere hausgemachte Honig – Senf – Dillsauce)

ingelegter Fisch:

- Rollmops
- Brathering
- Matjesfilet
- Bismarkhering

- Änderungen behalten wir uns vor -

Unser Getränkeangebot für einen guten Start in den Tag...

Kaffee (Frühstückskaffee Quality Gourmet 100 % Arabica Bohnen)

- Cappuccino
- Milchkaffee
- Latte Macchiato
- Espresso



(Die Bohnen für unsere Kaffee Spezialitäten sind Bio zertifiziert und aus ökologischem Anbau)

- **Kaffee entkoffeiniert** von IDEE Kaffee

Café Verde von J.J.Darboven

Aus biologischem Anbau, Ist eine aromatische Komposition erlesener Kaffees aus den besten Anbauregionen.

Kräftige Fülle ergänzen sich hervorragend mit einer Vielfalt an Aromen.

- Tasse Kaffee € 2,60
- Großer Kaffee € 4,80
- Milchkaffee € 3,30

J.J. Darboven

Verde Espresso Barista Bio – ein Hauch von Luxus

Durch seine reine Arabicavon anderen Espresso ab. Das Ergebnis, der in langwieriger Kreation entstandenen erlesenen Mischungen feinsten Provenienzen, ist ein besonders bekömmlicher und ausgewogener Espresso mit vollem, kräftigen Körper und einer erstaunlich stabilen Crema. Durch die im Monsun aufbereiteten Arabica- Bohnen ist dieser Espresso außergewöhnlich mild an Säure und erhält ein feines Aromabouquet.

- Cappuccino € 3,10
- Espresso € 2,80
- Espresso macchiato € 2,90
- Doppelter Espresso € 3,30
- Latte Macchiato € 3,40
- Latte Macchiato mit Aroma € 3,80
- Haselnuss, Schokolade, Vanille oder Karamell
-
-
-



SELECTED TEA SINCE 1823

- Ronnefeldt Tea Caddy®
- Schmeckt wie loser Tee, ist loser Tee- aber fertig portioniert. Durch diese Erfindung von Ronnefeldt, bei der die Portion Tee in einem großem Netz aus natürlichen Fasern steckt, können sich die Blätter voll entfalten und ihr Aroma zu einem erlesenen Genuss freigeben.
- Spring Darjeeling
- Erste Pflückung von den Südhängen des Himalaya.
- Assam Bari
- Ertravaganter Broken mit höchsten Aromawerten: kräftig, würzig, malzig.
- Englisch Breakfast
- Vollmundiger, leicht herber Tee mit prickelndem Flavour aus dem Uva Distrikt.
- Earl Grey
- Vollaromatischer Herbst- Darjeeling mit dem spritzig frischen Aroma der Bergamotte

Morgentau

Die faszinierende Komposition mit großblättrigem Sencha und fein fruchtigen Aromen und Blüten.

Mint & Fresh

Eine entspannte Komposition aus Minze und Zitronengras.

Fruity Camomile

Ein wohltuender Kräutertee mit der leichten Süße von Orangenblüten

Verveine Balance

Die beruhigende Verbene mit ihrer feinen Zitronennote

Creme Orange

Vollmundiger Rooibos aus Südafrika mit cremigem Vanille Aroma

Sweet Berries

Eine beerige Komposition aus Fruchtstücken und echten Säften

Man trinkt Tee,
damit *man den Lärm
der Welt.*
vergisst

Softdrinks

So wird sie gemacht!

BIONADE wird durch ein aufwändiges und patentiertes Verfahren auf natürliche Weise hergestellt und nach eigenem Reinheitsgebot aus Wasser und Malz gebraut. Dass beim Brauen kein Alkohol entsteht, ist einem Enzym zu verdanken, das einen Teil des Zuckers in Gluconsäure, eine milde, organische Säure, umwandelt. Genau diese besondere Art der Herstellung macht unsere BIONADE so einzigartig, denn herkömmliche Limonaden werden hingegen einfach nur aus Wasser, Zucker, Zitronen- oder Phosphorsäure und oft künstlichen Aromen zusammengemischt.

Worauf wir natürlich besonders achten, sind unsere Rohstoffe. Für BIONADE nutzen wir ausschließlich natürliche Rohstoffe in Bio-Qualität und verwenden keinerlei künstliche Zusatzstoffe.

Litschi 0,33l 3,90 €

Unsere exotische BIONADE Litschi ist wirklich ein Erlebnis für sich. Die Frucht, die auch "Liebesfrucht" genannt wird, hat es uns mit ihrem verführerischen Duft und ihrem zarten Fruchtfleisch gleich angetan.

Orange/Ingwer 0,33l 3,90 €

was kommt raus, wenn würzig-warmer Ingwer auf fruchtig-frische Orange trifft? Eine feinherb-fruchtige und nicht zu süße Kombination spannender Geschmacksfacetten: BIONADE Ingwer-Orange!

Kräuter 0,33l 3,90 €

BIONADE Kräuter ist genau die richtige Wahl, wenn Ihr Euch auf ungewöhnliche Weise erfrischen wollt. Denn für einen abwechslungsreichen Genuss braucht es nicht immer Früchte – auch Bio-Kräuter können richtig spannend sein!

Holunder 0,33l 3,90 €

"Unsere Rote" - wie wir BIONADE Holunder bei uns liebevoll nennen – ist die beliebteste Sorte. Das liegt natürlich vor allem am feinherb-fruchtigen Geschmack, aber auch optisch kann man an ihr einfach nicht vorbeischaun.

BIONADE.

Anders erfrischt besser. . .

Säfte

- Orangensaft
- Multivitaminsaft
- Apfelsaft
- Grapefruitsaft
- Tomatensaft

❖ Frisch gepresster Orangensaft
0,2 l 5,00 €

(fragen Sie bitte bei unserem Personal nach)



DAS AHLBECK
— * * * * S —
HOTEL & SPA

Unser Haus-Sekt

Exquisit, Secco Bianco, Vino Frizzante

Sekt – trocken – 11,0 vol

Wasser



Güstrower Schlossquell – Wasser aus
Mecklenburg Vorpommern

Gourmet feinperlig

Das Güstrower Gourmet feinperlig mit angenehm mildem Geschmack ist besonders für alle Feinschmecker als Begleiter zum Essen geeignet.

Gourmet naturelle

Güstrower Gourmet naturelle ist das ideale Getränk ohne Kohlensäure, dafür mit viel Calcium und einem ausgewogenen Magnesiumanteil.

Die spezielle Bodenbeschaffenheit der Region sorgt für ein natürliches Mineralwasser, das besonders ausgewogen mineralisiert ist und über einen sehr niedrigen Natriumgehalt verfügt.

Durch die harmonische Mineralisierung verfügt das Güstrower Mineralwasser über einen angenehm milden

Geschmack. Durch die natriumarme Mineralisierung ist es ideal geeignet für die Herstellung von Säuglingsnahrung, also der perfekte Durstlöscher für die ganze Familie.

Mineralwassergewinnung

Natürliches Mineralwasser beginnt seinen teilweise bis zu Jahrhunderte langen Weg als Oberflächenwasser. Als Regen trifft es auf den Boden und sickert besonders tief durch die verschiedensten Gesteins- und Kiesschichten.

Dabei wird es gereinigt und Reichert sich mit Mineralien und gegebenenfalls Kohlensäure an. Trifft das Wasser auf eine undurchdringliche Schicht – z. B. aus Lehm – sammelt es sich in vielen Jahrzehnten nicht selten zu riesigen Wasserreservoirien.

Es ist das Gespür der Geologen und das Können der Bohrmeister, in nichtselten mehreren Hundert Metern Tiefe ein Wasservorkommen zu entdecken, das genau über ein Mineralien Spektrum verfügt, das den Qualitätsvorstellungen des Verbrauchers entspricht. Dies ist auch bei Güstrower Schlossquell der Fall.

Liebe Gäste,

gerne stellt Ihnen unser Küchen- Team ein Lunchpaket zusammen mit belegten Brötchen aus unserer hauseigenen Bäckerei, frischen Obst und Erfrischungsgetränken.

- kleines Lunchpaket 8,50€
- großes Lunchpaket 13,50€

Ihr Team vom Hotel

„DAS AHLBECK Hotel & SPA“

Stand 27.08.18