



***Moin und Herzlich Willkommen
bei uns im ROOTS Sylt!***

.... ein Mix aus Genuss, Haltung und Handwerk. Essen und Trinken denken wir neu - ehrlich, bewusst und mit Liebe zum Detail. Unsere Basis - Gutes Sauerteigbrot [#auchzummitnehmen](#) und ausgewählte regionale Zutaten, sowie Käse und Fleisch u.a. von der *JAMES FARM* in Hörup und Kaffee aus der Lübecker Kaffeerösterei *CYCLE ROASTERS*.

Wir denken zurück um Neu nach Vorn zu schauen –
eben ***Back to the ROOTS***.

Der perfekte Start in den Tag!

Omega 3 Bananen - Blaubeer - Seeds Bowl 14 EUR

Overnight Cereals, Chia-Blaubeerragout, Banane, griechischer Joghurt, Granola

Warme Apfel-Porridge Bowl 12 EUR

Kokosschaum, Granola und Zimt

Apfel-Zimt-Franzbrötchen 3 EUR

Grill – Sauerteig Sandwich

Vegetarisch Röstgemüse, Cheese, Rootskraut, BBQ-Sauerrahm Dip 16 EUR

Pastrami von der *James Farm*, Röstgemüse, Cheese, Rootskraut, BBQ-Sauerrahm Dip 19 EUR

Grilloumi Grillkäse von der *James Farm*, gegrillte Paprika, Rootskraut, BBQ-Sauerrahm Dip 17 EUR

Open Sauerteig Sandwich

„Egg in the Hole“ - mit Ei, Avocado und Parmesan 17 EUR

Avocado - mit Hummus, geschmorter roter Bete und milden Ziegenkäse Crumble 18 EUR

Sauerteigbrot mit Kräuteröl und französischer Butter *oder* veganen Frischkäse 8 EUR

+ **Sweet Pouring** zum Dippen in fruchtige Marmeladen + 9 EUR

+ **marinierte Räucherforelle aus der Dose** + 9 EUR

+ **Kimchi** - 3 Sorten aus unserem Kimchi-Kühlschrank + 7,50 EUR

+ **Omelette mit Cheddar** + 8 EUR

+ **Pata Negra Bellota Iberico Schinken** - Purer Genuss! + 36 EUR

Geröstete Gemüsesuppe mit Omega 3 und Kokosschaum 10 EUR

Roots Gemüse-Tapas – mit Dinkel-Sauerteigbrot 19 EUR

Konditoreneis von der Manufaktur Berger

Tahiti Vanille / Schokolade / weisse Schokolade - Erdbeere / Praline Nuss / Cookies /
Himbeer - Hollunder / Zitrone / Mango / Erdbeer – Balsamico 4,80 EUR

... und die Schlemmerportion

Spaghetti-Eis / Sizilianische Pistazie / Franzbrötchen / Schoko-Salzbrezel 7 EUR

Getränke der 100-Jährigen

Buttermilch-Rote Bete 5 EUR

Ingwer - Shot 4 EUR

Frischer Rote Bete-Karottensaft 5 EUR

Frischer Orangen-Karotten-Apfelsaft 5 EUR

Protein Shakes (Whey-Protein)

Blaubeer - Bananen Shake 8 EUR

Green Power Matcha Bananen Shake 9 EUR

Kombucha

Scoo (Ingwer & Limette / Hibiskus & Apfel / Grapefruit & Hopfen) 5 EUR

Roy - Organic Fermented Tea 5 EUR
(Gurke-Minze / Zitronengras-Minze-Ingwer)

Heissgetränke ...mit Kaffee der Kaffeerösterei Cycle Roasters aus Lübeck

Kaffee Creme	4 EUR
Kaffee mit Schlagsahne	4,50 EUR
Kaffee mit Kokossahne	4,50 EUR
Bullet Proof Kaffee mit MCT-Öl und Cashewmus	7,50 EUR
Flat White*	5,50 EUR
Cappuccino / Chococino*	5 EUR
Latte Macchiato*	5,50 EUR
Espresso /doppelter Espresso	3,50 / 5,50 EUR
Milchkaffee*	5 EUR
Heisse Schokolade *	5 EUR
mit Sahne / mit Rum	+ 0,50 EUR/ + 2 EUR
Frischer Pfefferminz -Tee / Ingwer - Tee	6,50 EUR
Tee vom Kontorhaus Keitum	4,50 EUR

Schwarzer Tee / Sylter Morgen (Grüner Tee) / Rote Grütze / Kamille / Rooibos Vanille

*mit Kuh- oder Hafermilch

Alkoholfreie Getränke

Sylter Tafelwasser 0,5 l laut / leise	5 EUR
Magnus 0,75 l laut / leise	8 EUR
Magnus 0,25 l laut / leise	3,50 EUR
Coca Cola 0,2 l/ Zero 0,2 l	3,50 EUR
Proviant Apfelschorle 0,33 l	4 EUR
Vio Rhabarberschorle 0,25 l	3,80 EUR
Elephant Pink Grapefruit 0,33 l	4 EUR
Elephant Limette Mint 0,33 l	4 EUR
Elephant Mandarine 0,33 l	4 EUR

Biere

Helles Pülleken 0,33 l	4 EUR
Veltins Helles Lager 0,275 l	4 EUR
Veltins Pilsener Alkoholfrei 0,33 l	4,20 EUR
Maisel's Weisse Original 0,33 l	4,50 EUR
Maisel's Original Alkoholfrei 0,33 l	4,50 EUR
Veltins Radler 0,33 l	4 EUR

Aperitif

Rootstail	9 EUR
Rosmarinsecco mit Roter Bete	
Lemoncello Spritz	9 EUR

Aperitif (alkoholfrei)

Pink Polly	8,50 EUR
Wermuth & Orange mit Grapefruit Tonic	
Pollycello Spritz	8,50 EUR
Yuzu & Zitrone mit Tonic	

Sparkling Tea (alkoholfrei)

Kloos Sparkling Tea hell Fl. 0,2 l	8 EUR
Van Nahmen Sparkling Juicy Tea-Weisser Tee-Tahiti Vanille-Quitte 0,15l / 0,75l	6 EUR/25 EUR
Van Nahmen Sparkling Juicy Tea - Verbene- Jasmin- Riesling 0,75 l	25 EUR
Van Nahmen Sparkling Juicy Tea - Rose Darjeeling - Rhabarber 0,75 l	25 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Blå – Jasmin / White Tea / Darjeling	49 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Lysegrøn – Sencha / Green Tea / Citrus	49 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Lyserød - Silverneedle / Olong / Hibiskus	49 EUR

Pet Nat - *Pétillant Naturel* (natürlich prickelnd)

Pet Nat Winner Sektmanufaktur c-Kloss weiß 0,75 l	26 EUR
Pet Nat Winner Sektmanufaktur c-Kloss rose 0,75 l	26 EUR
2024 Pet Nat von Nico Espenschied Weiße Sause Scheurebe 0,75 l	39 EUR

Winzersekt / Crémant / Champagner

Menger-Krug Sekt Rose 0,1 l / Fl. 0,75 l	7,50 EUR / 39 EUR
2003 KAITUI Sauvignon Blanc Sparkling Markus Schneider 0,1 l / 0,75 l	7,50 EUR / 40 EUR
Gratien & Meyer Crémant de Loire Brut 0,1 l / Fl. 0,75 l	7,50 EUR / 40 EUR
Alfred Gratien Brut Champagner Fl. 0,375 l	65 EUR
Alfred Gratien Brut Champagner Fl. 0,75 l	115 EUR
Alfred Gratien Rose Champagner Fl. 0,75 l	130 EUR
Champagne Ruinart Rose Fl. 0,375 l	80 EUR
Champagne Ruinart Rose Fl. 0,75 l	145 EUR

Weisswein

2023 Grauburgunder Weingut Thörle 0,15 l / 0,75 l	7 EUR / 28 EUR
2023 Riesling „VV“ Weingut van Volxem 0,15 l / 0,75 l	7 EUR / 29 EUR
2023 Sauvignon Blanc II Weingut von Winning 0,75 l	31 EUR
2023 Lugana Bianco Weingut Cad die Frati Lambor 0,75 l	39 EUR
2023 Weisser Burgunder „Royale“ Weingut von Winning 0,75 l	40 EUR
2021 Chardonnay „Bodygard“ Weingut Dau / Kalifornien 0,75 l	95 EUR

Roséwein

2024 Rose „Win Win“ Weingut von Winning 0,15 l / 0,75 l	8 EUR / 31 EUR
2024 Miraval Rose trocken ,Weingut Miraval / Provence 0,75 l	60 EUR

Rotwein

2023 Primitivo Puglia Prodigio del Sole/Apulien 0,15 l / 0,75 l	6,50 EUR / 26 EUR
2022 Merlot trocken Weingut Bender/ Pfalz 0,15 l / 0,75 l	7 EUR / 29 EUR
2023 Villa Pani Barbera Appassimento 0,75 l	35 EUR
2022 Fabelhaft trocken Weingut Niepoort / Duoro 0,75 l	38 EUR
2020 Federalist Zinfandel 6 Monate Eichenfass Californien 0,75 l	85 EUR