



***Moin und Herzlich Willkommen
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, Kokosschaum	
Warme Apfel-Porridge Bowl	12 EUR
Kokosschaum, Granola, Zimt	
Balance Bowl – Dietmars Powerfrühstück	14 EUR
Geröstete Süsskartoffeln, Banane, Trauben und Erdnussmuss auf Joghurt von der James Farm mit Nuss-Crunch	
Apfel-Zimtschnecke	6,50 EUR
New York Croissant Roll	9 EUR
mit Limettensauerrahm und Schwarzkirschmarmelade	
<u>Sauerteig Klub Sandwich</u>	
„Leberkäs´Reloaded“	19 EUR
mit Leberkäse von der <i>Jamesfarm</i> , Cheese, Apfelkrautsalat, Spiegelei, Cornichons, süßem Senf	
„Fish & Ships“	18 EUR
mit Brathering süßsauer, Kimchi-Krautsalat, Eiercreme, Chips	
<u>Open Sauerteig Sandwich</u>	
„Egg in the Hole“	18 EUR
mit Ei, Avocado, Tomaten, gepickelte Zwiebeln und Parmesan	
„Roasted Rainbow“	18 EUR
mit Hummus, gerösteten Gemüsen und milden Ziegenfrischkäse	
Sauerteigbrot „Gourmetstange“	6,50 EUR
mit Salzbutter von der <i>James Farm</i>	
Omelette mit Cheddar	14 EUR
auf Sauerteigbrot mit Salzbutter	
Trüffelomelette mit James Farm Neu-Munster-Käse	20 EUR
auf Sauerteigbrot	
Pata Negra Bellota Iberico Schinken	39 EUR
auf Sauerteigbrot mit Olivenöl	
Geröstete Gemüsesuppe	10 EUR
mit Omega 3 und Kokossahne	

Roots Specials!

Mediterraner Brotsalat	22 EUR
mit milden Ziegenfrischkäse und Hummus	
Beef Teriyaki	27 EUR
Sylter Dexter Beefragout auf Salat mit geschmorter Ananas und Kartoffel-Sesamknödel	
Roots Gemüse Variation	26 EUR
Linsencurry, Honigpastinaken, geschmorte Rote Bete, Kichererbsensalat, Süsskartoffeln, Kimchi und Sesamdressing	
Gemüsefritatta	23 EUR
mit Baby Leaf Salat, Ceasardressing und Parmesan	

Für die Süssen!

Käsekuchen	6,50 EUR
mit Schmorapfel und Sahne	
Schwedeneisbecher 2.0 - Back to the Roots	10 EUR
Vanilleeis, Schmorapfel, Eierlikörsahne, Crumble	

Getränke der 100-Jährigen

Frischer Rote Bete-Karottensaft	5 EUR
Frischer Orangen-Karotten-Apfelsaft	5 EUR
Buttermilch – Rote Bete	5 EUR
THE GOOD LIFE Bio-Shots	6 EUR
Ingwer - Chili -Schärfe trifft Frucht & Vitalität	
Kick Start - Energie-& Vitaminboost	

DETOX BOWLE

mit frischen Früchten, Kräutern und Kokoswasser

1 l / 12 EUR

Protein Shakes (Whey-Protein)

Blaubeer - Bananen Shake	9 EUR
Green Power Matcha Bananen Shake	9 EUR

Kombucha

Scoo	6 EUR
Hibiskus & Apfel / Grapefruit & Hopfen / Ingwer & Limette	
Hausgemachter Kombucha	6 EUR
Solange der Vorrat reicht!	

Sparkling Tea

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

Unsere Osterspezials

Frühlings-Sangria

Ein Klassiker im Roots Style

9 EUR

Van Nahmen Sparkling Juicy Tea

Weisser Tee-Tahiti Vanille-Quitte
mit „ein Fitzelchen Zitrone von Schale“

0,15l / 6 EUR

Soul Drop Sauvignon Blanc

Leichte, prickelnde Frische mit Aromen von grünem Apfel und Citrusfrüchten
ohne Alkohol

0,15l / 7 EUR

0,75l / 27 EUR

Aperitif

Velvet Plum Spritz

Wilde Pflaume auf Cremant

9 EUR

Rootstail

Rosmarinsecco mit Roter Bete

9 EUR

Limoncello Spritz

Mionetto mit Villa Massa Limoncello

9 EUR

Aperitif (alkoholfrei)

Velvet Plum Drop

Wilde Pflaume auf Soul Drop Sauvignon Blanc

9 EUR

Pink Polly

Wermuth & Orange mit Grapefruit Tonic

8,50 EUR

Pollycello Spritz

Yuzu & Zitrone mit Tonic

8,50 EUR

Heisses

...mit Kaffee der Kaffeerösterei Cycle Roasters aus Lübeck und Tee vom Teekontor Keitum

Kaffee Creme	4 EUR
Kaffee mit Schlagsahne	4,50 EUR
Kaffee mit Kokossahne	4,50 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

Bullet Proof Kaffee

der Energie-Kick!

mit MCT-Öl, Cashewmus und Kokossahne

7,50 EUR

Alkoholfreie Getränke

Sylter Tafelwasser 0,5 l laut / leise	5 EUR
Waterkant 0,75 l laut / leise	8 EUR
Waterkant 0,33 l laut / leise	4 EUR
Coca Cola 0,2 l/ Zero 0,2 l	3,50 EUR
Waterkant Apfelschorle 0,33 l	4 EUR
Waterkant Johannisbeerschorle 0,33l	4 EUR
Elephant Pink Grapefruit 0,33 l	4 EUR
Elephant Limette Mint 0,33 l	4 EUR
Elephant Orange 0,33 l	4 EUR

Biere

Helles Pülleken 0,33 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
Maisel & Friends Pale Ale Alkoholfrei 0,33 l	4,50 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