



***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 *#auchzumitnehmen* 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.***

Roots Specials!

Tasty Cross Over Bowl

Asia Gurkensalat, Apfelkrautsalat, Kichererbsen-Mango-Salat, Teriyaki-Pilze und Hummus

24 EUR

Grüner Spargel

auf Hummus mit *Jamesfarm*-Grillkäse, Süßkartoffelgnocchi,
Gewürz-Tomaten und Spicy-Sauerteigcrunch

25 EUR

Korma Chicken Curry

Gurkensalat, Minzjoghurt und Naan Brot

26 EUR

Loaded Chips

mit geschmorter Schulter vom Sylter Dexter, Cremespinat und Parmesan

31 EUR

SYMPHATISCHES DUO für 2 Personen

Ein Tisch voller Roots-Leckereien
Lass Dich überraschen!

...dazu

1 Flasche fruchtig frischer Rose-Wein von Markus Meier
und

0,5 l Tafelwasser
für glückliche

89 EUR

(ohne Wein und Wasser 66 EUR)

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 Kokosschaum, Granola und Zimt	13 EUR
Balance Bowl – Dietmars Powerfrühstück	14 EUR
Geröstete Süsskartoffeln, Banane, Trauben, Erdnussmuss auf Joghurt von der James Farm mit Nuss-Crunch	
Apfel-Zimtschnecke	6,50 EUR
New York Croissant Roll mit Limettensauerrahm und Schwarzkirschmarmelade	9 EUR
<u>Sauerteig Klub Sandwich</u>	
„ Leberkäs´ Reloaded “ mit Leberkäse von der <i>Jamesfarm</i> , Cheese, Apfelkrautsalat, Spiegelei, Cornichons, süßem Senf	19 EUR
„ Fischbrötchen Deluxe “ mit Bratheringsfilet, Kimchi-Krautsalat, Eiercreme, Chips	18 EUR
„ Grillbagel “ mit <i>James Farm</i> – Halloumi, grünem Spargel, Rucola und Teriyaki Pilzen	19 EUR
<u>Open Sauerteig Sandwich</u>	
„ Egg in the Hole “ - mit Ei, Avocado, Tomaten, gepickelte Zwiebeln und Parmesan	18 EUR
„ Roasted Rainbow “ - mit Hummus, gerösteten Gemüsen und milden Ziegenfrischkäse	19,50 EUR
Sauerteigbrot „Gourmetstange“ mit Salzbutter von der <i>James Farm</i>	6,50 EUR
Cheddar-Omelette mit geröstetem Sauerteigbrot mit Salzbutter	15,50 EUR
Trüffel-Omelette mit geröstetem Sauerteigtoast, Salzbutter und Spinat	25 EUR
Wagyu-Omelette	29 EUR
mit Vogelsberger Wagyu Schinken, geröstetem Sauerteigtoast und Salzbutter	
<i>Pata Negra Bellota Iberico Schinken</i> mit Sauerteigbrot und Olivenöl	39 EUR
Geröstete Gemüsesuppe mit Omega 3 und Kokossahne	10 EUR

Für die Süßen!

Kuchen des Tages - hausgemacht	6,50 EUR
Schwedeneisbecher 2.0 - Back to the Roots	10 EUR
Vanilleeis, Schmorapfel, Eierlikörsahne, Crumble	
Apfel-Zimtschnecke	6,50 EUR
New York Croissant Roll mit Limetten-Sauerrahm und Schwarzkirschmarmelade	9 EUR
Friesen - Quarksplitter mit Blätterteignusper, Pflaumenmus und süßem Quark	12 EUR
White Affogato / mit Eierlikörsahne	6,50 EUR/8 EUR
<u>Konditoreneis von der Manufaktur Berger</u>	
Tahiti Vanille / Schokolade / Cookies / Weisse Schokolade-Erdbeere / Erdbeere-Balsamico / Himbeer-Hollunder / Mango / Zitrone	4,80 EUR
... und die Schlemmerportion	
Cheesecake-Caramel-Crunch / Sizilianische Pistazie / Spaghettieis	7 EUR

Lieblingsdrinks

Frühlings-Sangria

Ein Klassiker im Roots Style

9 EUR

Bloody Mary „DIY“

Van Nahmen Datterino-Tomatensaft & Wodka im DIY-Style

12 EUR

oder

Virgin Bloody Mary „DIY“

- Alkoholfrei -

9 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

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	
Kurkuma - Superfood & sonniger Geschmack	
Kick Start - Energie-& Vitaminboost	

**Spritzige
DETOX BOWLE**
mit frischen Früchten, Kräutern und Kokos- und Mineralwasser
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 Fl. 0,2l / FL.0,75l	9 EUR/25 EUR
Verbene- Jasmin- Riesling Fl. 0,2 / FL.0,75 l	9 EUR/25 EUR
Rose Darjeeling - Rhabarber 0,75 l	25 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Blå – Jasmin / White Tea / Darjeeling 0,75l	49 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Lysegrøn – Sencha / Green Tea / Citrus 0,75l	49 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Lyserød - Silverneedle / Olong / Hibiskus 0,75l	49 EUR

Heisses

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

Bullet Proof Kaffee

der Energie-Kick-mit MCT-Öl, Cashewmus und Kokossahne

7,50 EUR

Golden Milk

Würzig, wärmend, mit vielen Antioxidantien

6 EUR

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	

Alkoholfreie Getränke

Sylter Tafelwasser 0,5 l laut / leise	5 EUR
Waterkant 0,75 l Sturmflut/Ebbe	8 EUR
Waterkant 0,33 l Sturmflut/Ebbe	4 EUR
Coca Cola 0,2 l / Zero 0,2 l	3,50 EUR
Waterkant Apfelschorle 0,33 l	4 EUR
Waterkant Johannisbeerschorle 0,33 l	4 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 Pilsener Alkoholfrei 0,33 l	4,20 EUR
Maisel`s Weisse Original 0,33 l	4,50 EUR
Maisel`s Weisse Alkoholfrei 0,33 l	4,50 EUR
Maisel & Friends Pale Ale	4,50 EUR
Alkoholfrei 0,33 l	
Veltins Radler 0,33 l	4 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

2024 Grauburgunder Hillview Weingut Stefan Winter 0,15 l / 0,75 l	7 EUR / 28 EUR
2024 Riesling „VV“ Weingut van Volxem 0,15 l / 0,75 l	7 EUR / 29 EUR
2024 Sauvignon Blanc II Weingut von Winning 0,75 l	31 EUR
2024 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