



***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, Eis aus *TOMS EISWERK* und Kaffee aus der Lübecker Kaffeerösterei *CYCLE ROASTERS*.

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

## Unsere Lieblingsdrinks

### Detox-Bowle



Detox Drink ↗

1 Liter 12,00 €

ERFRISCHEND. NATÜRLICH. GESUND.

Dein Frische-Kick für jeden Tag! ♥

### DIY Virgin Bloody Mary



mit Datterino-Tomatensaft

♥ Mix it your way! ♥

Tomatensaft • Limette • Sellerie • Tabasco  
Worcester Sauce • Gewürz

FRISCH. WÜRZIG. VOLL IM GESCHMACK.

..... 9,00 € .....

### Holunder Schorle



erfrischend  
FRUCHTIG  
& leicht

mit Holunderblüten-  
sirup, Limette  
& Minze

6,50 €

NATÜRLICH. LECKER. ERFRISCHEND.

Perfekt für sonnige Momente! ♥

NATÜRLICHE ZUTATEN. ♥ 100% GENUSS. ♥ ROOTS SYLT.

## Aperitif/Cocktails

<b>Roots -Sangria</b>	9 EUR
<b>Velvet Plum Spritz</b>	9 EUR
Wilde Pflaume auf Cremant	
<b>„DIY“ Bloody Mary</b> zum Selberbauen	12 EUR
<b>Limoncello Spritz</b>	9 EUR
<b>Aperol Spritz</b>	9 EUR
<b>Espresso-Martini</b>	12 EUR
<b>Flat White Martini</b>	12 EUR

## Aperitif /Cocktails (alkoholfrei)

<b>Velvet Plum Drop</b>	9 EUR
Wilde Pflaume auf Soul Drop Sauvignon Blanc	
<b>Pink Polly</b>	8,50 EUR
Wermuth & Orange mit Grapefruit Tonic	
<b>Pollycello Spritz</b>	8,50 EUR
Yuzu & Zitrone mit Tonic	
<b>„DIY“ Virgin Bloody Mary</b> zum Selberbauen	9 EUR

# **Roots Specials!**

## **Sommerbowl**

mit Erdbeeren, Banane, Gänseblümchen, Cashew-Hafer-Granola und Nussmuss auf Joghurt

**18 EUR**

## **„Kein“ Hotdog**

im Sauerteigbrot mit roten eingelegten Zwiebeln, Apfelkrautsalat, Kartoffelcrunch und Barbecue-Sauce

**24 EUR**

## **Spicy Blumenkohl**

Im Naan Brot mit Hummus und cremigen Manko-Kichererbsensalat

**24 EUR**

## **Bolognese Bianco**

vom Sylter Dexter mit Sylter Kartoffeln, Rucola und Parmesan

**28 EUR**

## **Spinatravioli**

mit Sauerteig-Kürbiskerncrunch, geschmorter Rote Bete, Ziegenfrischkäsecrumble

**25 EUR**

## **Erdbeeren im Joghurtschaum**

mit Double Chocolate-Crumble

**12 EUR**

## **SYMPHATISCHES DUO**

### **für 2 Personen**

Ein Tisch voller Roots-Leckereien

Lass Dich überraschen!

...dazu

1 Flasche fruchtiger Wein „Aus dem Garten Eden“ von Markus Meier

und

0,5 l Tafelwasser

für glückliche

**89 EUR**

(ohne Wein und Wasser 66 EUR)

## Der perfekte Start in den Tag!

<b>Omega 3 Bananen - Blaubeer - Seeds Bowl</b>	14 EUR
Overnight Cereals, Chia-Blaubeerragout, Banane, griechischer Joghurt, Granola, Kokosschaum	
<b>Warme Apfel-Porridge Bowl</b>	13 EUR
Kokosschaum, Granola und Zimt	
<b>Balance Bowl – Dietmars Powerfrühstück</b>	15 EUR
Geröstete Süsskartoffeln, Banane, Trauben, Erdnussmuss auf Joghurt von der James Farm mit Nuss-Crunch	
<b>Schoko-Chia Bowl</b>	17 EUR
Overnight Kokos-Chia mit Mangoragout und Schoko-Protein-Granola	
<b>Apfel-Zimtschnecke</b>	6,50 EUR
<b><u>Sauerteig Klub Sandwich</u></b>	
„Leberkäs´ Reloaded“	19 EUR
mit Leberkäse von der <i>Jamesfarm</i> , Cheese, Apfelkrautsalat, Spiegelei, Cornichons, süßem Senf	
„Fischbrötchen Deluxe“	18 EUR
mit Bratheringsfilet, Kimchi-Krautsalat, Eiercreme, Chips	
„Grillbagel“	20 EUR
- handmade, gekocht - nicht gedämpft mit Frischkäse, grünem Spargel, Spiegelei, Rucola und Teriyaki Pilzen	
<b><u>Open Sauerteig Sandwich</u></b>	
„Egg in the Hole“	18 EUR
- mit Ei, Avocado, Tomaten, gepickelte Zwiebeln und Parmesan	
„Roasted Rainbow“	19,50 EUR
- mit Hummus, gerösteten Gemüsen und milden Ziegenfrischkäse	
<b>Sauerteigbrot „Gourmetstange“</b>	7 EUR
mit Salzbutter von der <i>James Farm</i>	
<b>Cheddar-Omelette</b>	15,50 EUR
mit geröstetem Sauerteigbrot mit Salzbutter	
<b>Trüffel-Omelette</b>	25 EUR
mit geröstetem Sauerteigtoast, Käse„Weisser Frieser“ von der <i>James Farm</i> , Spinatrahm, Trüffel und Salzbutter	
<b>Wagyu-Omelette</b>	29 EUR
mit Vogelsberger Wagyu Schinken, geröstetem Sauerteigtoast und Salzbutter	
<b>Pata Negra Bellota Iberico Schinken</b>	39 EUR
mit Sauerteigbrot und Olivenöl	
<b>Geröstete Gemüsesuppe</b>	10 EUR
mit Omega 3 und Kokossahne	

## Für die Süßen!

<b>Käse-Schmorapfelkuchen</b>	6,50 EUR
<b>Pflaumen-Streuselkuchen</b>	5 EUR
<b>Schwedeneisbecher 2.0 - Back to the Roots</b>	10 EUR
Vanilleeis, Schmorapfel, Eierlikörsahne, Crumble	
<b>Apfel-Zimtschnecke</b>	6,50 EUR
<b>New York Croissant Roll</b>	11 EUR
mit Erdbeeren und Limetten-Sauerrahm	
„Friesentorte on Ice“	12 EUR
mit Frieseneis aus <i>Toms Eiswerk</i> , Blätterteigknusper und Pflaumenmus	
<b>White Affogato / mit Eierlikörsahne</b>	6,50 EUR/8 EUR
<b><u>Konditoreneis von der Manufaktur Berger</u></b>	
Tahiti Vanille / Schokolade / Cookie / Weisse Schokolade-Erdbeere / Praline-Nuss	4,80 EUR
Limette-Minze/ Erdbeere-Balsamico / Himbeer-Hollunder / Mango / Zitrone /	
<b>... und die Schlemmerportion</b>	7 EUR
Spaghettieis	

## Getränke der 100-Jährigen

<b>Frischer Rote Bete-Karottensaft</b>	5 EUR
<b>Frischer Orangen-Karotten-Apfelsaft</b>	5 EUR
<b>Buttermilch – Rote Bete</b>	5 EUR
<b>THE GOOD LIFE Bio-Shots</b>	6 EUR
<b>Kurkuma</b> - Superfood & sonniger Geschmack	
<b>Kick Start</b> - Energie-& Vitaminboost	

### **Spritzige DETOX BOWLE**

mit frischen Früchten, Kräutern und Kokos- und Mineralwasser

1 l / 12 EUR

## Protein Shakes (Whey-Protein)

<b>Blaubeer - Bananen Shake</b>	9 EUR
<b>Green Power Matcha Bananen Shake</b>	9 EUR

## Kombucha

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

## Sparkling Tea

<b>Kloos Sparkling Tea</b> hell Fl. 0,2 l	8 EUR
<b>Van Nahmen Sparkling Juicy Tea</b>	
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
<b>Copenhagen Sparkling Tea Blå</b> – Jasmin / White Tea / Darjeeling 0,75l	49 EUR
<b>Copenhagen Sparkling Tea Lysegrøn</b> – Sencha / Green Tea / Citrus 0,75l	49 EUR
<b>Copenhagen Sparkling Tea Lyserød</b> - 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

<b>Kaffee Creme</b>	4 EUR
<b>Kaffee mit Schlagsahne</b>	4,50 EUR
<b>Kaffee mit Kokossahne</b>	4,50 EUR
<b>Flat White*</b>	5,50 EUR
<b>Cappuccino / Chococino*</b>	5 EUR
<b>Latte Macchiato*</b>	5,50 EUR
<b>Espresso /doppelter Espresso</b>	3,50 / 5,50 EUR
<b>Milchkaffee*</b>	5 EUR
<b>Heisse Schokolade *</b>	5 EUR
mit Sahne / mit Rum	+ 0,50 EUR/ + 2 EUR
<b>Frischer Pfefferminz -Tee / Ingwer - Tee</b>	6,50 EUR
<b>Tee vom Kontorhaus Keitum</b>	4,50 EUR
Schwarzer Tee / Sylter Morgen (Grüner Tee-Mango) /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
Roots Hollunderschorle 0,33 l	6,50 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
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
SOUL DROP Sauvignon Blanc -alkoholfrei- Fl. 0,75 l	27 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