



***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

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

Aperitif /Cocktails (alkoholfrei)

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

Roots Specials!

Sommerbowl

mit Erdbeeren, Banane, Gänseblümchen, Cashew-Hafer-Granola und Nussmus 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 cremiger Mango-Kichererbsensalat

24 EUR

Bolognese Bianco

vom Sylter Dexter mit Sylter Kartoffeln, Rucola und Parmesan

26 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 fruchtig-leichter 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	15 EUR
Geröstete Süsskartoffeln, Banane, Trauben, Erdnussmuss auf Joghurt von der James Farm mit Nuss-Crunch	
Schoko-Chia Bowl	17 EUR
Overnight Kokos-Chia mit Mangoragout und Schoko-Protein-Granola	
Apfel-Zimtschnecke	6,50 EUR
<u>Sauerteig Klub Sandwich</u>	
„Leberkäs´ Reloaded“	19 EUR
mit Leberkäse von der <i>Jamesfarm</i> , Cheese, Apfelkrautsalat, Spiegelei, Cornichons, süßem Senf	
„Fischbrötchen Deluxe“ mit Bratheringsfilet, Kimchi-Krautsalat, Eiercreme, Chips	18 EUR
„Grillbagel“ - handmade, gekocht - nicht gedämpft	20 EUR
mit Frischkäse, grünem Spargel, Spiegelei, Rucola und Teriyaki Pilzen	
<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 Salzbuter von der <i>James Farm</i>	7 EUR
Cheddar-Omelette mit geröstetem Sauerteigbrot mit Salzbuter	15,50 EUR
Trüffel-Omelette	25 EUR
mit geröstetem Sauerteigtoast, Käse„Weisser Frieser“ von der <i>James Farm</i> , Spinatrahm, Trüffel und Salzbuter	
Wagyu-Omelette	29 EUR
mit Vogelsberger Wagyu Schinken, geröstetem Sauerteigtoast und Salzbuter	
Pata Negra Bellota Iberico Schinken mit Sauerteigbrot und Olivenöl	39 EUR
Geröstete Gemüsesuppe mit Omega 3 und Kokossahne	10 EUR

Für die Süßen!

Käse-Schmorapfelkuchen	6,50 EUR
Pflaumen-Streuselkuchen	5 EUR
Schwedeneisbecher 2.0 - Back to the Roots	
Vanilleeis, Schmorapfel, Eierlikörsahne, Crumble	10 EUR
Apfel-Zimtschnecke	6,50 EUR
New York Croissant Roll mit Erdbeeren und Limetten-Sauerrahm	11 EUR
„Friesentorte on Ice“ mit Frieseneis aus <i>Toms Eiswerk</i> , Blätterteigknusper und Pflaumenmus	12 EUR
White Affogato / mit Eierlikörsahne	6,50 EUR/8 EUR
<u>Konditoreneis von der Manufaktur Berger</u>	
Tahiti Vanille / Schokolade / Cookie / Weisse Schokolade-Erdbeere / Praline-Nuss	4,80 EUR
Limette-Minze/ Erdbeere-Balsamico / Himbeer-Hollunder / Mango / Zitrone /	
... und die Schlemmerportion Spaghettieis	7 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
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. 0,2l / FL.0,75 l	9 EUR/25 EUR
Rose Darjeling - Rhabarber 0,75l	25 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Blå – Jasmin / White Tea / Darjeling 0,75l	49 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Lysegrøn – Sencha / Green Tea / Citrus 0,75l	49 EUR
Copenhagen Sparkling Tea Lyserød - Silverneedle / Oolong / 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-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

2025 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 Ca dei 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
2022 Villa Pani Barbera Appassimento 0,75 l	35 EUR
2022 Fabelhaft trocken Weingut Niepoort / Douro 0,75 l	38 EUR
2020 Federalist Zinfandel 6 Monate Eichenfass Californien 0,75 l	85 EUR