



Frisch gekocht und
zu Ihnen geliefert

EKKE NEKKEPEN

Hartlich Willkamen!

Wi hebbt för elkeen wat in't Pann – good eten, good Tied!

REGIONAL & FRISCH

Wir kochen Dienstag bis Samstag täglich frisch für Sie. Für unsere Gerichte verwenden wir nach Verfügbarkeit regional und ökologisch hergestellte Produkte von hoher Qualität - so schmeckt's uns am besten!

EKKE-NEKKEPEN-SPEZIAL

Unser Spezialangebot für Sie: an **fünf aufeinanderfolgenden (Liefer-) Tagen** genießen Sie ein Gericht nach Wahl, dazu Vorweg und Achteran. Jeden Tag haben Sie die Wahl zwischen drei verschiedenen Gerichten. Kinder bis 5 Jahre essen in dieser Wochenpauschale kostenfrei mit.

Erwachsene
100,00 €

Kinder (6-15 Jahre)
50,00 €

DONNERSTAG (Dunnersdag) 03.07.

Gericht 1	Roastbeef vom Husumer Rind mit Remoulade, grünen Bohnen-un Bratkartüffeln – typisch norddütsch	24,00 €
Gericht 2	Hering wie in ollen Tieden – mit Hausfrauensoß', grünen Bohnen un Bratkartüffeln – as bi Oma to Hus	24,00 €
Gericht 3	Vegetarische Paprikaschote mit Linsen-Tomaten-Füllung in Tomatensoß', dazu Bratkartüffeln - ganz ohne Fleisch, bannig good	24,00 €
Vorweg	Gemischter Salat mit uns' eigen Curry-Dressing – light un lecker	inkl.
Achteran	Echte Friesentorte im Schälchen – Bläderteig, Slagroom un Ploomus – sündig lecker	

FREITAG (Freedag) 04.07.

Gericht 1	Knusprige Maishähnchenbrust op Rahmgemüüs, dorbi Iartapelstapp (Kartoffelbrei) - heel wat good un fix wech	24,00 €
Gericht 2	Seelachsfilet mit Kräuter-Brösel-Kruste op Rahmgemüüs, dorbi Iartapelstapp - frische Nordseekost	24,00 €
Gericht 3	Zucchinischiffchen mit Quinoafüllung op Rahmgemüüs, dorbi Iartapelstapp – veggie, snack di wat	24,00 €
Vorweg	Scharf-nussiger Rucola mit Himbeerdressing un gerösteten Sonnenblumenkernen	inkl.
Achteran	Feine Quarkspeis' mit bunten Waldbeeren – dat laat sik smecken	





SAMSTAG (Sünnavend) 05.07. 17.00 bis 19.00 Uhr Terrasse „Ekke Nekkepen“



Grillbuffet – Heut' geht dat rund! Erwachsene € 30,00 | Kinder (6–15 Jahre) € 12,00

Heute keine Kinderkarte

Mariniertes Schweine-Nackensteak, Bratwurst, Seelachsfilet mit Garnele und Olivenöl, Schafskäse mit Cherrytomaten und Kräutern; dazu Brot, Kartoffelsalat und buntes Gemüse.

Achteran: Rote Grütze na Sylter Art mit Vanillesoß'

Inkl. Getränke ut de Flensburger PLOP!-Familie (Wasser, Frei, Radler-Frei, Malz, Pils, Radler, Dunkel)

MONTAG (Maandag) 07.07. statt Mittwoch

<i>Gericht 1</i>	Schweinerückensteak in Butter gebraten; dorbi Nudeln in Pifferling-Rahm - een Gedicht	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Gebratenes Heilbuttfilet op Nudeln in Pifferling-Rahm - een Droom för Fischliebhaber	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Gebratene Pifferlingen mit Kräutern, Cherrytomaten un Nudeln - veggie, wat för Pilz-Freunde	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Tomaten-Sellerie-Salat - fruchtig, würzig un eenfach good bi allens sündig schokoladige Mousse mit Vanillesoß' - för de Sööt-Snackers	inkl.

DIENSTAG (Dingsdag) 08.07.

<i>Gericht 1</i>	Feiner Kalbstafelspitz mit Meerrettichsoß', dorbi bunte Möhren un Soltkartüffeln – klassisch un lecker	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Flussbarschfilet op Dillsoß', dorbi bunte Möhren un Soltkartüffeln - heel wat besünners	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Gorgonzola un dorre Tomaten - vegetarisch un nix to meckern	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Oma Petrines Gurken-Dill-Salat - ganz frisch un fein Nordfriesische Zitronencreme mit Blaubeeren - sööt un fruchtig	inkl.

MITTWOCH (Middeweek) 09.07. heute geschlossen



Meine Bitte an Sie:

Unterstützen Sie unser nachhaltiges System, indem Sie Ihr benutztes Geschirr reinigen und mit den Deckeln verschlossen wieder in die Isolierboxen legen. Bitte stellen Sie die kompletten Boxen am Folgetag bis 10:00 Uhr vor Ihre Wohnungstür. In unserer Küche geht später alles noch einmal durch unsere Waschstraße.





Donnerstag (Dunnersdag) 10.07.

<i>Gericht 1</i>	Meisterhafte Spareribs mit BBQ-Glasur, dorbi Bratkartüffeln - eenfach wat för de Grill-Lüüd	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Pannfisch na „Sylter Art“ – dreierlei Fischfilets mit Senfsoß' un Bratkartüffeln - de absolute Klassiker	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Span'sch Paprika-Omelett mit huusmaakt Sour Cream un Bratkartüffeln - snack di wat, ganz ohne Fleesch	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Krautsalat na Olli sien Mudder ehr Recept ut Lüneborg – echt norddüütsch klassischer Vanillepudding mit fruchtiger Erdbeersoß' – för Jung un Oolt	inkl.

FREITAG (Freedag) 11.07.

<i>Gericht 1</i>	Geschmorte Salzwiesenlamm-Haxe mit Gorgonzolasoß', dorbi Blattspinat un Soltkartüffeln - wat för Feinsnackers	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Lachsfilet ut Norwegen im Kräutermantel op Orangensoß', dorbi Blattspinat un Soltkartüffeln - fruchtig un fein	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Zwei gefüllte Pfannkoken mit Blattspinat und Schafskäse auf Tomatensoß' - vegetarisch un heel wat goodes!	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Grüner Salat mit Paprikadressing ut sanft garten Schoten –lecker un fix wech Frischer Obstsalat - bunt, vitaminreich un eenfach good för de Lüüd	inkl.

SAMSTAG (Sünnavend) 12.07. 17.00 bis 19.00 Uhr Terrasse „Ekke Nekkepen“



Grillbuffet – Heut' geht dat rund! Erwachsene € 30,00 | Kinder (6–15 Jahre) € 12,00

Heute keine Kinderkarte

Mariniertes Schweine-Nackensteak, Bratwurst, Seelachsfilet mit Garnele und Olivenöl, Schafskäse mit Cherrytomaten und Kräutern;
dazu Brot, Kartoffelsalat und buntes Gemüse.

Achteran: Rote Grütze na Sylter Art mit Vanillesoß'

Inkl. Getränke ut de Flensburger PLOP!-Familie
(Wasser, Frei, Radler-Frei, Malz, Pils, Radler, Dunkel)

WER IST EKKE NEKKEPEN?



Ekke Nekkepen ist, laut Sylter Sagenschatz, ein Meermann, der mit seiner Frau Rahn in den Gewässern rund um die Insel auf dem Meeresboden lebt.

Die Geschichte um Ekke Nekkepen erzählt, wie er sich in die schöne Sylterin Inge von Rantum verliebte und sie, als Rahn alt wurde, heiraten wollte. Inge weigerte sich, löste das Rätsel seines geheimen Namen - Ekke Nekkepen - und konnte dadurch der Hochzeit mit ihm entgehen. Ekke Nekkepen wurde sehr ärgerlich und lässt seither seiner Wut in Form von Sturmfluten freien Lauf.

GERICHTE



DIENSTAG (Dingsdag) 15.07.

<i>Gericht 1</i>	Huusmaakt Frikadellen vom Husumer Rind, dorbi Nudelsalat mit Erbsen, Möhren un Mais - typisch Nordfriesland	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Huusmaakt Seelachsfrikadellen, dorbi Nudelsalat mit Erbsen, Möhren un Mais - wat besünners vun de Küst	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Huusmaakt Hirsefrikadellen, dorbi Nudelsalat mit Erbsen, Möhren un Mais - veggie un wat anners för'n Snack!	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Feldsalat mit leichtem Balsamico-Dressing - aromatisch un lecker	inkl.
<i>Achteran</i>	Feine Kokoscreme mit Schokolade - een Droom för Schleckermäuler	

MITTWOCH (Middeweek) 16.07.

<i>Gericht 1</i>	Zartes Filet vom Schleswiger Schwein, sous-vide gart, mit Zwiebeljus, frischen Pfifferlingen un Soltkartüffeln - wat för'n feinen Snack	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Steinbeißerfilet aus Dänemark auf Dillsauce mit frischen Pfifferlingen und Soltkartüffeln - so schall dat sünd	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Blumenkohlröschen mit Bröselbutter, dorbi frische Pfifferlinge un Soltkartüffeln - för all, de nix mit Fleesch mööt hebbt	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Bunter Möhrensalat - fruchtig, knackig un wat för'n Vitaminkick	inkl.
<i>Achteran</i>	Schokoladenpudding mit Vanillesoß' - wat för echte Leckermüüs	

FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE



Alle Kindergerichte inkl. Vorweg und Achteran		12,00 €
<i>Seeräuberteller</i>	Huusmaakt Fischstäbchen mit Gemüse vun't Dag un Iartapelstapp	
<i>Möwenteller</i>	Huusmaakt Chicken Nuggets mit Gemüse des Tages und Kartoffelbrei	
<i>Der kleine Italiener</i>	Nudeln mit Bolognese un Parmesan	
<i>Die süßen Kleinen</i>	Reibekoken mit Appelmus	
<i>Die süßen Großen</i>	Appelpfannkoken mit Kanel (Zimt) un Sucker	

Essen wie die Großen

Kinder können auch eine kleinere Portion der Gerichte aus der regulären Karte bestellen:

<i>Hauptgericht (Kinderportion)</i>	12,00 €
-------------------------------------	---------

**Wir behalten uns Änderungen, je nach Verfügbarkeit der Frischwaren, vor.
Nur für Hausgäste des Ferienzentrums Wenningstedt.**