



**Frisch gekocht und
zu Ihnen geliefert**

EKKE NEKKEPEN

Hartlich Willkamen!

Wi hebbt för elkeen wat in't Pann – good Eten, good Tiet!

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) 25.09.

<i>Gericht 1</i>	Week Kalvs-Gulasch; dorbi Dreihnuddels, Suckern (Zucchini) un drocken Tomaten- smakelig	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Seefohrt-Ragout (Kattfisk, Sepia un Garnelen) in Krustendiersoss; dorbi Dreihnuddels (Spiralnudeln), Suckern un drocken Tomaten – een Droom	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Garfield sien richd' Gemööss-Lasagne mit Bechamelsoss un Tomatensoss un veel Käse - vegetarisch un nix to meckern	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Herbstlich Kürbis-Kramsupp, afienert mit Kürbiskernöl	inkl.
<i>Achteran</i>	Sünnig schokoladig Mousse mit Vanillesoss - för de Sööt-Snackers	

FREITAG (Freedag) 26.09.

<i>Gericht 1</i>	Klass'sche Roulad vun Husumer Rind; dorbi Rootkohl un Soltkartüffeln – dat is ´n Gedicht op den Teller	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Pannfisch na <i>Sylter Oort</i> – dree Slags Fischfilets mit Sennsoss un Bratkartüffeln – de ganz grote Klass'ker	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Vegetar'sche Paprikaschott mit Linsen-Tomaten-Füllung in Tomatensoss; dorbi Bratkartüffeln – ganz ahn Fleesch, bannig good	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Frisch Buurnsalat mit Gurk, Tomat un Paprika mit Schapkes (Schafkäse)	inkl.
<i>Achteran</i>	Melkries mit Süker un Kanel (Zimt)	





SAMSTAG (Sünnavend) 27.09.

<i>Gericht 1</i>	Knusperig Mais-Hähnchenbrust mit Rahmgemööss; dorbi Kartoffelbrei - heel wat good un fix wech	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Seelachsfilet mit Krüüd-Brösel-Krüst un Rahmgemööss; dorbi Kartoffelbrei - frisch Nordseekost	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Suckern-Schipken (Zucchini-Schiffchen) mit Hirse-Füllung op Rahmgemööss; dorbi Kartoffelbrei – veggio, snack di wat	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Aromatsch Pastinaken-Kramsupp mit Snittlauköl	inkl.
<i>Achteran</i>	Echt Friesentort im Schälken – Bläderteig, Slagroom un Ploomus – sünnig lecker.	

DIENSTAG (Dingsdag) 30.09.

<i>Gericht 1</i>	Delikat, schmort Ossenbacken in egen Rööf-Soss; dorbi bunt Möhrngemööss un Petersilien-Kartüffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Week Heilbuttfilet op en Krüüdsoss; dorbi bunt Möhrngemööss un Petersilien-Kartüffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Dinkelspaghettis mit hüsmakt Pesto; dorbi Rispenmaten un een Parmesanchip	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Brokkoli-Kramsupp mit rööst Mandelnblattken.	inkl.
<i>Achteran</i>	Fien Kokoskräm mit Schokolad – een Droom för Schleckermäuler.	

MITTWOCH (Middeweeck) 01.10.

<i>Gericht 1</i>	Grünkohl „Pidder Lüng“, traditschonell mit Kassler, Kokwust un Swienbacken; dorbi Bratkartüffeln un lütte karamellisert Kartüffeln na Braderuper Oort – typisch norddütsch.	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Vegetar'sch kocht Grünkohl „Nis Puk“ mit backen Brokkoli- un Blomkohlrosken; dorbi Bratkartüffeln un lütte karamellisert Kartüffeln na Braderuper Oort	24,00 €
<i>Achteran</i>	Roote Grütt na Sylter Oort mit Vanillesoss un een lütten Korn	inkl.

**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) 02.10.

<i>Gericht 1</i>	As vun Oma kaakt: Hünnerfrikassee mit Möhrn un Erbsen un Suckerschoten; dorbi aromatsch Basmati-Ries	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Best Fischragout ut dree Slags Fischfilets; dorbi aromatsch Basmati-Ries – so schall dat sünd	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Fien tröffelt Rahmgemööss mit Krüüd-Saitlingen; dorbi aromatsch Basmati-Ries.	24,00 €
<i>Vorweg</i> <i>Achteran</i>	Krämig Selleriesupp – dat schmeckt bannig goot Vanill-Quark mit Kaneläppeln	inkl.

FREITAG (Freedag) 03.10.

<i>Gericht 1</i>	Schmort Soltwies' n-Lammhax mit Gorgonzolasoss; dorbi Blattspinaat un Soltkartüffeln – wat för Feinsnackers	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Lachsfilet ut Norwegen im Krüüdermantel op Orangensoss; dorbi Blattspinaat un Soltkartüffeln – fruchtig un fien	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Twee füllte Pannkoken mit Blattspinaat un Schapkes op Tomatensoss – vegetar'sch un heel wat Gootes!	24,00 €
<i>Vorweg</i> <i>Achteran</i>	Scharp-nussig Rucola mit Himbeer-Dressing un röst'te Sünnenblumenkernen Mousse au Chocolat „Le Festival“ - na en Rezept ut de GEW an de Côte d'Azur	inkl.

SAMSTAG (Sünnavend) 04.10.

<i>Gericht 1</i>	Knackig Kustbraden vun Schleswiger Swien; dorbi gemischte Pilzen un Soltkartüffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Flussbarschfilet op Snittlauksoss; dorbi gemischte Pilzen un Soltkartüffeln – heel wat besünners	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Schwiizer Kartüffelröst mit Pilzen in Rahmsoss	24,00 €
<i>Vorweg</i> <i>Achteran</i>	Französch Tomatensupp mit Estragon – dat schmeckt würzig un krüüdig Klass'scher Vanillpuddig mit fruchtig Erdbeersoss – för Jung un Oolt	inkl.

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.



DIENSTAG (Dingsdag) 07.10.

<i>Gericht 1</i>	Smakig Spanfarken-Hax op egen Soss; dorbi Sauerkraut un Bratkartüffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Steinbeißerfilet ut Dänemark op Zitronensoss mit Sauerkraut un Bratkartüffeln – so schall dat sün	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Backen Auberginen-Fächer upmaakt mit'n Deickäs; dorbi Bratkartüffeln	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Steckrüben-Süppken na <i>Fööer Oort</i>	inkl.
<i>Achteran</i>	Früchtig Orangenkräm mit Schokoraspeeln	

MITTWOCH (Middeweek) 08.10.

<i>Gericht 1</i>	Grünkohl „ <i>Pidder Lüng</i> “, traditschonell mit Kassler, Kokwust un Swienbacken; dorbi Bratkartüffeln un lütte karamellisert Kartüffeln na Braderuper Oort – typisch norddüütsch.	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Vegetar'sch kocht Grünkohl „ <i>Nis Puk</i> “; mit backen Brokkoli- un Blomkohlrösken; dorbi Bratkartüffeln un lütte karamellisert Kartüffeln na Braderuper Oort	24,00 €
<i>Achteran</i>	Roote Grütt na <i>Sylter Oort</i> mit Vanillesoss un een lütten Korn	

FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE



Alle Kindergerichte inkl. Vorweg und Achteran 12,00 €

<i>Seeräuberteller</i>	Huusmaakt Fischstäbken mit Gemöös vun't Dag un Kartüffelbrei
<i>Möwenteller</i>	Huusmaakt Chicken Nuggets mit Gemöös vun't Dag un Kartüffelbrei
<i>Der kleine Italiener</i>	Nuddels mit Bolognese un Parmesan
<i>Die süßen Kleinen</i>	Reibekoken mit Appelmus
<i>Die süßen Großen</i>	Appel-Pannkoken mit Kanel un Süker

Essen wie die Großen

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

Hauptgericht (Kinderportion) 12,00 €

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

