



Frisch gekocht und
zu Ihnen geliefert

EKKE NEKKEPEN

Hartelk Welkemen, snakest dü sölring?

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 (Türsdai) 27.03.

<i>Gericht 1</i>	Winterklassiker-Roulade vom Husumer Rind (Beest); dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Schmackhaftes Rotbarschfilet auf einer Kräutersoße; dazu gemischte Pilze und Petersilienkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Feine Sellerie Picatta (Sellerie in Parmesan-Ei-Hülle) an einer Kräutersoße; dazu gemischte Pilze (Swaamp) und Petersilienkartoffeln	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Französische Tomatensuppe mit Estragon	inkl.
<i>Achteran</i>	Traditioneller Schokoladenpudding (Pöding) mit Vanillesoße	

FREITAG (Friidai) 28.03.

<i>Gericht 1</i>	Zarte, geschmorte Haxe vom Salzwiesenlamm (Lum) mit Gorgonzolasoße; dazu Blattspinat und Salzkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Gedämpftes Lachsfilet (Laks) im Kräutermantel auf einer fruchtigen Orangensoße; dazu Blattspinat und Salzkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Zwei köstliche, mit Blattspinat (Spinaat) und Schafskäse gefüllte Pfannkuchen; auf einer aromatischen Tomatensoße	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Frischer Bauernsalat (Salaat) mit Gurke, Tomate und Paprika	inkl.
<i>Achteran</i>	Echte Sylter Friesentorte (Kuk) im Schälchen	





SAMSTAG (Seninj) 29.03.

<i>Gericht 1</i>	Wie von Oma (Mootji) gekocht, Hühnerfrikassee (Federtjuch); mit Möhren, Erbsen und Zuckerschoten; dazu aromatischer Basmati-Reis	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Bestes Fischragout aus dreierlei Fischfilets (Fesk); dazu aromatischer Basmati-Reis	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Edles, getrüffeltes Rahmgemüse mit gebratenen Austernpilzen; dazu aromatischer Basmati-Reis	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Winterliche Kürbiscremesuppe „Meuterei auf der Bounty (Kokoscreme mit Schokolade)	inkl.

DIENSTAG (Tissdai) 01.04.

<i>Gericht 1</i>	Delikates, geschmortes Ochsenbäckchen in eigener Jus de rôti; dazu Rosenkohl (Ruusenqual) und Röstkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Fettarmes Zanderfilet auf einer leichten Zitronensoße (Sitroon); dazu Rosenkohl (Ruusenqual) und Röstkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Mit Rosmarin und Honig gebackener Kürbis auf einer leichten Zitronensoße (Sitroon); dazu Röstkartoffeln	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Petrines Gurken-Dill-Salat Omas Vanillepudding (Pöding) mit hausgemachter Erdbeersoße	inkl.

Mittwoch (Winjsdai) 02.04.

<i>Gericht 1</i>	Herrlich zartes Kalbsgulasch; dazu Spiralnudeln (Nuudeln) und buntes Gemüse (Greens)	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Meeresfrüchteragout (Pulpo, Sepia, Garnelen) in Krustentiersoße; dazu Spiralnudeln (Nuudeln) und buntes Gemüse (Greens)	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Garfields reichhaltige Gemüselasagne mit Bechamel, Tomatensoße und viel Käse	24,00 €
<i>Vorweg Achteran</i>	Wärmende Brokkolicremesuppe mit gerösteten Mandeln Nordfriesische Zitronencreme mit Bickbeeren (Hiirbai)	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.



GERICHTE



DIENSTAG (Tissdai) 08.04.

<i>Gericht 1</i>	Husumer Rinderhackbraten (Beestmeet), gefüllt mit mildem Schafskäse auf einer leichten Kräutersoße; dazu Rote Bete mit Balsamico und gebackenen Drillingen	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Zartes Heilbuttfilet auf einer Kräutersoße (Krüürerii-en); dazu Rote Bete mit Balsamico und gebackenen Drillingen	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Spanische Paprika-Tortilla mit hausgemachter (hüsmaaket) Sour Cream; dazu gebackene Drillinge	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Bunter Möhrensalat (Wortelersalaat)	inkl.
<i>Achteran</i>	Tiramisu à la Sebastiano	

Mittwoch (Winjsdai) 09.04.

<i>Gericht 1</i>	Köstliche Spanferkelhaxe (Swinmeet) auf eigener Soße; dazu Sauerkraut und Bratkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Saftiges Steinbeißerfilet aus Dänemark; auf einer Dillsoße mit Sauerkraut (Süürkual) und Bratkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Dinkelspaghetti (di Spageti) mit hausgemachtem Pesto; mit confierten Cherry-Rispen-Tomaten	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Steckrübensüppchen (Rööv) nach „Föhrrer Art“	inkl.
<i>Achteran</i>	Rote Grütze nach Sylter Art mit Vanillesoße	

FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE



Alle Kindergerichte inkl. Vorweg und Achteran		12,00 €
<i>Seeräuberteller</i>	Hausgemachte Fischstäbchen mit Gemüse des Tages und Kartoffelpüree	
<i>Möwenteller</i>	Hausgemachte Chicken Nuggets mit Gemüse des Tages und Kartoffelpüree	
<i>Der kleine Italiener</i>	Nudeln (Nuudel) mit Bolognese und Parmesan	
<i>Die süßen Kleinen</i>	Reibekuchen mit Apfelmus	
<i>Die süßen Großen</i>	Apfelpfannkuchen mit Zimt und Zucker	

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.**





Donnerstag (Türsdai) 03.04.

<i>Gericht 1</i>	Original Flensburger Sauerfleisch (Swin) mit frischer hausgemachter Remoulade; dazu grüne Bohnen und Bratkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Von Vaddern geliebte, aromatische Heringsfilets (Jering) mit Nordfriesischer Hausfrauensoße; dazu grüne Bohnen (Green Buanen) und Bratkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Herzhafte, mit Linsen und getrockneten Tomaten gefüllte Paprikaschote (Spaans Peeper) in Tomatensoße; dazu Bratkartoffeln	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Gesunde (sün), würzige Karotten-Ingwer-Suppe	inkl.
<i>Achteran</i>	Seelenwärmer Milchreis (Risbrii) mit Zucker und Zimt	

FREITAG (Friidai) 04.04.

<i>Gericht 1</i>	Knusprige Maishähnchenbrust auf Schwarzwurzeln in Rahm (Fleten); dazu wohlschmeckender Kartoffelbrei (Iartapelbrii) – Hex Hex!	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Aromatisches Seelachsfilet unter einer Kräuter-Brösel-Kruste auf Schwarzwurzeln in Rahm; dazu wohlschmeckender Kartoffelbrei	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Zucchinischiffchen (Suchiinii) mit Quinoafüllung unter einer Kräuter-Brösel-Kruste, auf Schwarzwurzeln in Rahm; dazu wohlschmeckender Kartoffelbrei	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Frischer gemischter Salat mit Currydressing	inkl.
<i>Achteran</i>	Cremige Quarkspeise mit Waldfrüchten	

SAMSTAG (Seninj) 05.04.

<i>Gericht 1</i>	Saftiger Krustenbraten vom Schleswiger Schwein (Swinbraar) auf grüner Pfeffersoße; dazu Senf-Möhren und Petersilienkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 2</i>	Schmackhaftes Flussbarschfilet auf grüner Pfeffersoße (Peeper-Saus); dazu Senf-Möhren und Petersilienkartoffeln	24,00 €
<i>Gericht 3</i>	Gebackener Auberginenfächer mit Deichkäse gratiniert, auf grüner Pfeffersoße; dazu Petersilienkartoffeln	24,00 €
<i>Vorweg</i>	Aromatische Pastinken-Creme-Suppe (Möörwortel)	inkl.
<i>Achteran</i>	Mousse au Chocolat „Le Festival“	

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.