



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) 07.11.

| | | |
|------------------|---|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Klopse „Königsberger Art“ vom Husumer Rind (Beest); dazu gebackene Rote Bete und Salzkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Klopse „Königsberger Art“ vom Heilbutt; dazu gebackene Rote Bete und Salzkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Aromatische gebackene Rote Bete auf einer Kapernsoße; gefüllt mit Ziegenkäse und Honig (Höning), dazu Salzkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Vorweg</i> | Schmackhafter bunter Möhrensalat | inkl. |
| <i>Achteran</i> | Bickbeeren auf erfrischender Zitronencreme | |

FREITAG (Friidai) 08.11.

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





SAMSTAG (Seninj) 09.11.

| | | |
|----------------------------|--|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Klassische Roulade vom Husumer Rind mit Rotkohl und Kartoffelgratin | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Leicht und köstlich: Rotbarschfilet auf Kräutersoße mit gemischten Pilzen und Kartoffelgratin | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Sellerie Picatta (Sellerie in Parmesan-Ei-Hülle); an einer Kräutersoße mit gemischten Pilzen und Kartoffelgratin | 24,00 € |
| <i>Vorweg Achteran</i> | Potage de tomate à l'estragon, Tomatensuppe mit Estragon Bounty (Kokoscreme mit Schokolade) | inkl. |

DIENSTAG (Tissdai) 12.11.

| | | |
|----------------------------|---|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Zartes Schweinefilet Sous-Vide; an einer Zwiebeljus, dazu Rahmgemüse und Kartoffelpüree | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Seelachsfilet unter einer Kräuter-Brösel-Kruste; dazu Rahmgemüse und Kartoffelpüree | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Mit Quinoa gefüllte Zucchini-Schiffchen unter einer Kräuter-Brösel-Kruste; dazu Rahmgemüse und Kartoffelpüree | 24,00 € |
| <i>Vorweg Achteran</i> | Scharf-Nussiger Rucola mit Zitronendressing und Sonnenblumenkernen Cremiger Vanillequark mit Zimtäpfeln | inkl. |

Mittwoch (Winjsdai) 13.11.

| | | |
|------------------|--|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Grünkohl „Pidder Lüng“, traditionell mit Kassler, Kochwurst und Schweinebacke (Swin); dazu Bratkartoffeln und kleine karamellisierte Kartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Vegetarisch gekochter Grünkohl „Nis Puk“; mit gebackenem Brokoli- und Blumenkohlröschen, dazu Bratkartoffeln und kleine karamellisierte Kartoffeln | 24,00 € |
| <i>Achteran</i> | Rote Grütze „Sylter Art“ mit Vanillesoße; un achteran 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 (Türsdai) 14.11.

| | | |
|----------------------------|---|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Traditionelles Hühnerfrikassee (Federtjüch), wie von Oma (Mootji) gekocht; mit Möhren, Erbsen und Zuckerschoten, dazu aromatischer Basmati-Reis | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Köstliches Fischragout aus dreierlei Fischfilets (Fesk); dazu aromatischer Basmati-Reis | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Getrüffeltes Rahmgemüse mit gebratenen Austernpilzen; dazu aromatischer Basmati-Reis | 24,00 € |
| <i>Vorweg Achteran</i> | Herbstliche Kürbiscremesuppe, verfeinert mit Kürbiskernöl Weihnachtlicher Spekulatius-Pudding | inkl. |

FREITAG (Friidai) 15.11.

| | | |
|----------------------------|---|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Flensburger Sauerfleisch (Swin) mit frischer Remoulade; dazu grüne Bohnen und Bratkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Vadderns Lieblingsgericht: Aromatische Heringsfilets (Jering) mit Hausfrauensoße; dazu grüne Bohnen (Green Buanen) und Bratkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Mit Linsen und getrockneten Tomaten gefüllte Paprikaschote in pikanter Tomatensoße; dazu Bratkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Vorweg Achteran</i> | Frischer hausgemachter Gurken-Dill-Salat Errötende Jungfrau – Friesisches Buttermilchdessert | inkl. |

SAMSTAG (Seninj) 16.11.

| | | |
|-------------------------|--|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Uromas Krustenbraten vom Schleswiger-Schwein mit Ofengemüse und Petersilienkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Feines gebratenes Flussbarschfilet auf einer Zitronensoße; dazu Ofengemüse und Petersilienkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Schlotziges Steinpilzrisotto; mit confierten Cherry-Rispen-Tomaten und Parmesanchip | 24,00 € |
| <i>Wat acherrön</i> | Wärmende Brokkolicremesuppe mit gerösteten Sonnenblumenkernen Cremiger Schokoladenpudding mit Vanillesoße | 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.

GERICHTE



DIENSTAG (Tissdai) 19.11.

| | | |
|----------------------------|---|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Geschmorte zarte Ochsenschäbchen in eigener Jus de rôti; dazu Steckerüben Gemüse und Röstkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Pannfisch nach „Sylter Art“, dreierlei Fischfilets mit klassischer Senfsoße und Röstkartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 3</i> | Reichhaltige Gemüselasagne; mit Béchamel, Tomatensoße und viel Käse | 24,00 € |
| <i>Vorweg Achteran</i> | Frischer gemischter Salat mit Currydressing Milchreis mit Zimt und Zucker | inkl. |

Mittwoch (Winjsdai) 20.11.

| | | |
|------------------|--|---------|
| <i>Gericht 1</i> | Grünkohl „Pidder Lüng“, traditionell mit Kassler, Kochwurst und Schweinebacke (Swin); dazu Bratkartoffeln und kleine karamellierte Kartoffeln | 24,00 € |
| <i>Gericht 2</i> | Vegetarisch gekochter Grünkohl „Nis Puk“; mit gebackenem Brokoli- und Blumenkohlröschen, dazu Bratkartoffeln und kleine karamellierte Kartoffeln | 24,00 € |
| <i>Achteran</i> | Rote Grütze „Sylter Art“ mit Vanillesoße; un achteran een lütten Korn | inkl. |

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.**

