

## Frühstück (bis 14 Uhr)

<b>Süßes Avi</b>	<b>8.2</b>
1 Croissant oder Pain au chocolat, 1 Brötchen, Butter, Konfitüre*, Nutella, Franzbrötchencreme*, Obst	
<b>Käse Avi</b>	<b>13.2</b>
2 Brötchen, Butter, Frischkäse, Obst, Curry-Dattel-Aufstrich*, 3 Sorten Käse vom Backensholzer Hof, Konfitüre*, Tomate-Mozzarella	
<b>Veganes Avi (v)</b>	<b>13.2</b>
2 Brötchen, Tomatenbutter*, Rote Bete Hummus*, Curry-Dattel-Aufstrich*, Avocado, Konfitüre*, Obst	
<b>Avi-Spezial (für 2)</b>	<b>35</b>
4 Brötchen, 2 Croissants, Butter, Obst, Konfitüre*, Bio-Käse vom Backensholzer Hof, Frischkäse, veganer Aufstrich*, Aufschnitt, Mett, Tomate-Mozzarella, Avocado, Franzbrötchencreme*, Rührei, Orangensaft (0,1l)	
<b>Stullen</b>	
Sylter Weißbrot, Wildkräutersalat, Sprossen & Granatapfelkerne	
Tomatenbutter* & Avocado	<b>9.5</b>
Tomatenbutter* & Räucherlachs	<b>9.5</b>
Rote-Bete-Hummus* & Schafskäse	<b>9.5</b>
Alle Frühstücke können auch mit glutenfreien Brötchen/ Brot bestellt werden	
<b>Rührei (2 Landeier)</b>	<b>2.9</b>
<b>mit Sylter Weißbrot &amp; Butter</b>	<b>5.2</b>

<b>Sportliches Avi</b>	<b>8.2</b>
Quark* mit Honig, frisches Obst, Walnüsse, Granola*	
<b>Smoothie Bowl (v)</b>	<b>8.2</b>
Creme aus Banane, Mango, Datteln, Haferdrink & Kokosmilch – getoppt mit Obst & Granola	
<b>Pancakes</b>	<b>9.5</b>
7 kleine Pancakes* mit - Ahornsirup & Obst <u>oder</u> - Nutella & Banane	
<b>Milchreis (v, gf)</b>	<b>5.9</b>
Milchreis mit Apfel, Zimt & Zucker	
<b>Franzbrötchen</b>	<b>1.8</b>
<b>Croissant</b>	<b>1.7</b>
<b>Pain au chocolat</b>	<b>2.2</b>

## Mittags (Mo-FR 11.30-14.30 Uhr)

<b>Quiche</b>	<b>8.9</b>
Gefüllt mit Spinat & Schafskäse, dazu Salat und fruchtiges Avi-Dressing*	
<b>Gegrilltes Sandwich</b>	<b>8.9</b>
Sylter Brot, dazu Salat & Avi-Dressing*	
- Käse & Schinken	
- Tomate & Schafskäse	
- Tomate-Mozzarella	

\* Unsere Aufstriche, Konfitüren, Dips, Dressings &  
Gebäck stellen wir selbst bei uns im Café her

# Getränke

**Kaltes von Fritz Kola 0,2l** 2.6

Kola/ zuckerfrei/ mischmasch/ orange/  
zitrone

Bio Spritz Apfel/ Rhabarber/ Traube

**Wasser 0,33l/ 0,7l** 2.7/ 5.5

Viva con Aqua laut/ leise

**Schorle 0,25l/ 0,45l** 2.6/ 4.7

Maracuja oder Cranberry

## **Bier & Spritzer**

Ratsherrn Pilsener/ Alsterwasser 3.5

Winterhuder Helles 3.7

Aperol Sprizz 0,2l 7.9

**Bio-Smoothies & Shakes 0,45l** 5.5

**Beeten-Power:** Apfel, Karotte, Ingwer,  
Rote-Bete, Papaya, Sellerie, Lucuma\*

**Greens & Co.:** Banane, Grünkohl, Feige,  
Mango, Avocado, Mandeln, Datteln,  
Limette, Erbsenprotein, Petersilie, Minze,  
Weizengras, Gerstengras, Spirulina\*

**Pink Protein:** Acaibeere, Erdbeer,  
Blaubeere, Baobab\*, Himbeer, Agave,  
Hafer

**Cocoa & Coffee:** Banane, Blaubeere,  
Dattel, Kakao, Kaffee, Mandel, Hafer

## **Kaffee**

(aus der Speicherstadt Kaffeerösterei)

Espresso/ doppelt 2.1/ 2.9

Café Crème Tasse/ Becher 2.9/ 3.5

Americano 3.4

Cappuccino Tasse/ Becher 3.1/ 4.1

Latte Macchiato 3.9

- doppelter Shot 4.8

Milchkaffee Becher 3.6

Flat White Glas 3.5

Chai Latte („David Rio“) Glas 4.2

Matcha Latte (ungesüßt) Glas 4.2

Kurkuma Latte Glas 4.2

Schoki Tasse/ Becher 2.9/ 3.5

Kindercappuccino 0.8

Sirup 0.4

Karamell/ Vanille/ Zimt/ Haselnuss/  
Amaretto/ weiße Schoki

## **Winter-Specials:**

Hot chocolate mit Marshmallows 4.3

White chocolate Matcha 4.8

Gerne bereiten wir Euch unsere Heißgetränke  
auch mit koffeinfreiem Espresso, laktosefreier  
Milch oder Oatly Haferdrink (+0.5) zu.

**Bio-Tee von „Trink Meer Tee“** 3.0

„Punkt fünf am Hafen“ – Darjeeling

„Watt denn hier los“ - Earl Grey

„Reizklima“ – Kräutertee mit Meersalz

„Rückenwind“ - Früchtetee (Beeren)

„Wogen glätten“ – grüner Tee