

**Unsere Mission** ist es, das köstlichste, wirklich nahrhafte Essen zu kochen. Wir lassen uns von Küchen auf der ganzen Welt inspirieren und vertiefen unser Wissen bei jedem Bissen.

Unser Essen ist nährstoffreich und frei von raffiniertem Zucker und Mehl. Wir backen, kochen, räuchern, und fermentieren alle Zutaten vor Ort und feiern die Saison in jedem Gericht.

Wir streben nach einem zirkulärerem Nahrungsmittelsystem mit reintegrierten Nebenprodukten und wiederentdeckten alten Zutaten. Dies führt zu mehr Vielfalt, weniger Abfall und höheren Nährwertprofilen.

Wir arbeiten nur mit lokalen und globalen Lieferanten zusammen, die unsere Vision und unsere Werte bei der Gestaltung einer guten Zukunft der Lebensmittel teilen.

Wir kreieren ausgewogene Gerichte, die die Darmgesundheit fördern und unser Mikrobiom unterstützen, indem wir Präbiotika, Probiotika, ballaststoffreiche Lebensmittel und fermentierte Zutaten verwenden.

@wearehermanns

## Mittagessen 12:00-15:30

<b>Papardelle mit Romesco Soße</b> (G, N, Sl, Vg) Reichhaltige Paprika- und Tomatensauce, geröstete Mandeln, Pilze der Saison und Pangrattato	10,5
<b>Gegrillte Fisch des Tages</b> (F,S) Gedünstete Adzuki-Bohnen, Topinambur-Chips und frische Kräuter	12,5
<b>Mariniertes Freilandhähnchen vom Grill</b> (Sy) Cremiges Karottenpüree, sautiertes Saisongemüse und gepuffter Buchweizen	13,5
<b>Burrata, Rote Beete, Fenchel, Apfel &amp; Brokkoli</b> (L, N, Sl, Sm) Burrata aus Weidemilch mit salzgebackenem, fermentiertem, geröstetem und sautiertem Gemüse, serviert mit fermentiertem Honig und reduziertem Balsamico	12,5
+ <b>Fisch des Tages</b> (F)	3,5
<b>Pulled Jackfrucht-Burger</b> (G, Sf, Sj, Sl, Sm, Vg) Aktivkohle Emmerbrötchen, Krautsalat, Knoblauch-Aioli, serviert mit Kartoffel- oder Kichererbsen-Pommes	14,5
<b>Saisonale Gemüsesuppe</b> (Sl, S, Vg) Reichhaltige Gemüsebrühe, Saisongemüse, Daikon Ají & Brot	8
<b>Beilagen</b>	
Kleiner Salat mit hausgemachtem Dressing (Sf, Sl, V)	4
Fermente des Tages (E, L, N, Sj, Sl, V)	3,5
Gebratenes Saisongemüse (Vg)	4

## Ganztägig 9:00-17:00

<b>Gegrilltes französisches Sandwich</b> (G, L, S, Sl) 7,5 Mit Gruyère, rotem Zwiebelchutney, Petersilie auf Dinkelbrot	
<b>Bananenbrot</b> (G, E, N, V) 3,9 + <b>Fruchtkompott und Granola</b> 2,9	
<b>Apfel- und Preiselbeerporridge</b> (N V) 5,5 Bio-Haferflocken, karamellisierte Bratäpfel und Preiselbeeren, Zimt und Kardamon, geröstete Kerne	
<b>Granola aus Nüssen und Kernen</b> (G, N, Sm, V) 4,9 Ahornsirup, Bio-Hafer, viele Kerne und Nüsse, serviert mit Vollmilch oder Hafermilch	

## Bäckerei

<b>Schokoladen-Espressokuchen</b> (G, E, L, V) 3,9 Kamut- und Dinkelmehl, Zuckerrüben, Freilandeier und ungefilterte Ahorncreme	
<b>Apfelstreuselkuchen</b> (E, L, N, V) 3,9 Mandel-, Hafer- und Tigernussmehl, Freilandeier und Kokoszucker	
<b>Käsekuchenbrownie</b> (E, L, N, G, V) 4,5 Kamutmehl, Kokoszucker, Bio-Bitterschokolade, Freilandeier und hausgemachte Beeren-Marmelade	
<b>Karottenkuchen</b> (N, Vgn) 3,9 Cashewnusscreme, Reis- und Hafermehl, Walnüsse und Kokoszucker	
<b>Okarakruste Kürbiskuchen</b> (E, G, L, N, Sj, V) 3,9 Okaramehl, Agave, Walnüsse und Freilandeier	



**Ernährungshinweise:** E: Ei, F: Fisch, K: Krustentiere, G: Gluten, L: Laktose, Lp: Lupine, M: Mollusken, N: Nüsse, S: Sellerie, Sf: Senf, Sj: Soja, Sl: Sulfite, Sm: Sesam, V: Vegetarisch, Vg: Vegan

**Our mission** is to make delicious and truly nourishing food. We draw inspiration from kitchens around the world, deepening our knowledge with every bite.

We create balanced dishes that promote gut health and support our inner ecosystem by utilising prebiotics, probiotics, fiber-rich foods and fermented ingredients.

We strive for a more circular food system with reintegrated byproducts and rediscovered ancient ingredients, leading to more diversity, less waste and higher nutritional profiles.

We serve nutrition-packed food free-from refined sugars and flours. We bake, cook, smoke, cure and ferment everything in-house, and celebrate the seasons in every dish.

We support local and global suppliers that share our vision and values in shaping a good future of food.

@wearehermanns

## Lunch 12:00-15:30

<b>Romesco Sauce Papardelle</b> (G, N, Sph, V) Rich red pepper and tomato sauce, toasted almonds, seasonal mushrooms, and pangrattato	10,5
<b>Grilled Fish of the Day</b> (C, F) Stewed adzuki beans, Jerusalem artichokes crisps, and fresh herbs	12,5
<b>Free-Range Grilled Marinated Chicken</b> (Sy) Creamy carrot purée, sautéed seasonal vegetables, and puffed buckwheat	13,5
<b>Burrata, Beetroot, Fennel, Apple &amp; Broccoli</b> (L, N, S, Sph) Grass-fed burrata with salt-baked, fermented, roasted, and sautéed vegetables served with a fermented honey and balsamic reduction	12,5
+ Add fish of the day (F)	3,5
<b>Pulled Jackfruit Burger</b> (G, M, S, Sph, Sy, Vgn) Activated charcoal emmer bun, coleslaw, garlic aioli, served with potato or chickpea fries	14,5
<b>Seasonal Vegetable Soup</b> (C, Sph, Vgn) Rich vegetable broth, chunky seasonal vegetables, daikon aji & bread	8
<b>Sides</b>	
Small Salad with Homemade Dressing (M, Sph, V)	4
Ferments of the Day (E, L, N, Sph, Sy, V)	3,5
Sautéed Seasonal Vegetables (Vgn)	4

## All Day 9:00-17:00

<b>Grilled French Onion Sandwich</b> (G, C, L, Sph) 7,5 Gruyère, red onion chutney, parsley on spelt bread
<b>Banana Bread</b> (G, E, N, V) 3,9 + Add fruit compote and granola 2,9
<b>Apple and Cranberry Porridge</b> (N, V) 5,5 Organic oats, caramelised roasted apples and cranberries, cinnamon and cardamon toasted seeds
<b>Nuts and Seed Granola</b> (G, N, S, V) 4,9 Maple syrup, organic oats, lots of seeds and nuts, served with whole-milk or oat milk

## Bakery

<b>Chocolate Espresso Cake</b> (G, E, L, V) 3,9 Kamut and spelt flour, sugar beet, free range eggs, and unfiltered maple cream
<b>Apple Crumble Cake</b> (E, L, N, V) 3,9 Almond, oat, and tiger nut flour, free range eggs, and coconut sugar
<b>Berry Jam Cheesecake Brownie</b> (E, L, N, G, V) 4,5 Kamut flour, coconut sugar, organic dark chocolate, free range eggs, and homemade jam
<b>Carrot Cake</b> (N, Vgn) 3,9 Cashew nut cream, rice and oat flour, walnuts, and coconut sugar
<b>Okara Crust Pumpkin Pie</b> (G, N, Sy, E, L, V) 3,9 Okara flour, agave, walnuts, and free range eggs



**Dietary Info:** C: Celery, Cr: Crustaceans, E: Eggs, F: Fish, G: Gluten, L: Lactose, Lpn: Lupin, MI: Molluscs, M: Mustard, N: Nuts, S: Sesame, Sy: Soy, Sph: Sulphites, V: Vegetarian, Vgn: Vegan