



ROKKE ESSEN



Liebe Rokkeberger, alle unsere Speisen werden von uns frisch und á la minute für euch zubereitet. Daher kann es gerade am Wochenende zu längeren Wartezeiten kommen. Bitte habt Verständnis und genießt einfach die rokkige Atmosphäre.

Wir geben uns außerdem allergrößte Mühe, unsere Produkte von regionalen Biohöfen zu beziehen, um einen gewissen Qualitätsstandard zu halten und eurem Körper und unserer Natur etwas Gutes zu tun.

Hier schmeckt Ihr die Natur!

Rokkefrühstück

Montag- Freitag: 10 - 12 Uhr
Samstag / Sonntag: 10 - 14 Uhr

Rokkes warme / kalte Speisen

Montag- Freitag: 12.15 - 16 Uhr
Samstag / Sonntag: 14.15 - 16 Uhr

Rokkes kleine Karte

Montag - Sonntag 16 - 18.30 Uhr

FRÜHSTÜCK

Unser Brot und unsere Brötchen stammen von der hofeigenen, öko- zertifizierten Gutsbäckerei „Gut Kragenhof“ aus Staufenberg.

MO - FR: 10 - 12 UHR // SA - SO: 10 - 14 UHR

VON DER WURST:

Klein: 7,90€

Salame Milano / Schwarzwälder Schinken / Krustenbraten / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Marmelade / Butter / Bio Brotkorb

Groß: 9,90€

Coppa Stagionata / Ahle Wurst / Salame Milano / Schwarzwälder Schinken / Krustenbraten / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Marmelade / Butter / Bio Brotkorb

VOM KÄSE:

Klein: 7,90€

Pikanter Gouda / Camembert / Le Gruyère / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Marmelade / Butter / Bio Brotkorb

Groß: 9,90€

Ziegenkäse / Manchego / Pikanter Gouda / Camembert / Le Gruyère / Marmelade / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Butter / Bio Brotkorb

DAS GEMISCHTE VOM KÄSE UND DER WURST:

Klein: 7,90€

Pikanter Gouda / Schwarzwälder Schinken / Salame Milano / Camembert / Marmelade / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Butter / Bio Brotkorb

Groß: 9,90€

Le Gruyère / Camembert / Pikanter Gouda / Salame Milano / Coppa Stagionata / Krustenbraten / Marmelade / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Butter / Bio Brotkorb

Vegan: **9,90€**

Frischer Obstsalat mit Müsli und Sojamilch / veganer Käse / Rohkost / Hummus / Marmelade / Margarine / Bio Brotkorb

Für werdende Mamas: **8,90€**

Pikanter Gouda / Gruyere / Krustenbraten / kleiner Obstsalat / Marmelade / Hummus / Hausgemachter Frischkäse / Butter / Bio Brotkorb

Wahlweise dazu:

// Lachs mit Meerrettich	3,50€
// Marmelade	0,60€
// Nutella	0,60€
// Gekochtes Bio- Sonnenei	1,50€
// Leberwurst	1,50€
// Senf	0,50€
// Butter	0,50€
// Obstsalat	3,50€
// Croissant	1,60€
// Bio Brotkorb	1,90€
// Bio Brötchen	0,90€

Mixplatte vom Käse und der Wurst: **p.P. 11,90 €**

Bestelle ab 2 Personen die extragroße Mixplatte
„Gemischtes vom Käse und der Wurst“

Le Gruyère / Camembert / Pikanter Gouda / Salame Milano / Coppa Stagionata / Krustenbraten / Marmelade / Hummus / hausgemachter Frischkäse / Butter / Bio Brotkorb

// Café nach Wahl: Milchkaffee, kl. Cappuccino oder Latte Macchiato

KOMPOSITIONEN **p.P. 16,95€**

Bestell ab 2 Personen die extra große Mixplatte
„Gemischte vom Käse und der Wurst“

Le Gruyère / Camembert / Pikanter Gouda / Salame Milano / Coppa Stagionata / Krustenbraten / Marmelade / Hummus / hausgemachter Frischkäse / Butter / Bio Brotkorb

// Lachs und Meerrettich

// Prosecco 0,1 l

// Frisch gepresster Orangensaft 0,2 l

// Café nach Wahl: Milchkaffee, kl. Cappuccino oder Latte Macchiato



Sonnenei - das regionale Bio-Ei aus ökologischer Überzeugung vom Traditionsbetrieb "Mustergeflügelhof LEONHARD Häde" aus Nordhessen - seit 1927 immer bestrebt nach dem Besten für Tier, Mensch und Umwelt.

Rührei von drei Sonnen- Eiern mit Bio Körnerbrot und hausgemachtem Frischkäse:

- mit frischen Kräutern 3,90€
- mit Tomate und Käse 5,20€
- mit Speck 5,20€
- mit Ziegenkäse 5,40€
- mit Nordseekrabben 5,60€

Rokke Paris „Das kleine Süße“ 7,90€

Frischer Obstsalat mit Honig / Marmelade / Pikanter Gouda / Butter / 1 Croissant / 1 Biobrötchen

// Café nach Wahl: Milchkaffee, kl. Cappuccino oder Latte Macchiato

Rokke Yoga 5,90€

Joghurt mit frischen Früchten / Müsli / Honig / Himbeersoße

Rokke Yoga Special: 7,90€

Joghurt mit frischen Früchten / Müsli / Honig / Himbeersoße / 1 Biobrötchen / Frischkäse / pikantem Gouda

Rokke Vital 7,90€

Frischer Obstsalat mit Honig / Le Gruyère / Hausgemachter Frischkäse / 1 Biobrötchen

1 frisch gepresster Saft deiner Wahl:

// Orangensaft

// Karotte / Apfel / Ingwer

// Karotte / Orange / Ingwer

// Gurke / Apfel / Ingwer



SPEISEN	PREISE
Mo.- Fr. 12 - 16.00 Uhr / Sa. - So. 14 - 16.00 Uhr	
ROKKES TARTE - Knusprig gebackener Flammkuchen	
ELSASS	6,50€
Rahm / Speck / Rote Zwiebeln	
CAPRESE	7,20€
Rahm / Tomate / Mozzarella / Pesto	
MEATLESS (Wahlweise Vegan mit Olivenöl statt Rahm)	7,20€
Zucchini / Karotte / Rucola / Paprika	
FINN	8,50€
Rahm / Thunfisch / Mozzarella / Tomate / Rote Zwiebel	
HONEY GOAT	8,90€
Ziegenkäse / Rahm / Honig / Rote Zwiebel / Nussplitter	
ROKKSJ	8,90€
Rahm / Lachs / Meerrettich / Apfel / Kräuter	
 SANDWICHES	
Mozzarella / Salami / Paprika	4,20€
Spicy Thuna / Mozzarella / Tomate	4,50€
Camembert / Preiselbeeren / Rucola	4,50€
Serrano / Tomate / Mozzarella / Pesto	4,95€
Ziegenkäse / Honig / Rucola	4,95€



SUPPEN (Zu allen Suppen servieren wir eine Scheibe Biobrot mit Frischkäse)

Marokkanische Linsensuppe (vegan) 4,90€

Linsen / Zitrone / Curry / Kurkuma

Pürierte Erbsensuppe (auf Wunsch vegan) 5,50€

Erbsen / Creme Fraiche / Muskat

Hessische Kartoffelsuppe 5,90€

Speck / Kartoffeln / Lauchzwiebeln / Creme Fraiche

SALATE

Rokke (auf Wunsch vegan) 7,90€

Kichererbsen / Schafskäse / getrocknete Tomaten / Rotkraut /
Frühlingszwiebeln / Honig / Olivenöl / Balsamico

Rucco (auf Wunsch vegan) 8,90€

Rucola / Tomatenwürfel / Schafskäse / Rotkraut /
Balsamico-Honig-Senf-Dressing

Athen 7,90€

Tomaten / Gurke / Zwiebel / Schafskäse / Oliven / Oregano / Olivenöl / Zitrone

KUMPIR

**Gestampfte Ofenkartoffel mit Käse, Salz und Butter an Bohnen, Mais und Rotkraut
wahlweise mit:**

- Sour Creme 6,90€

- Schafskäse / Gurke / Tomate / Paprika 8,50€

- Tomate / Mozzarella / Pesto 8,50€

- Kichererbsen / Schafskäse / Tomate / Curry 8,90€



1. mit Farbstoff (en) / 2. mit Konservierungsstoffen / 3. mit Antioxidationsmittel / 4. mit Geschmacksverstärker (n) / 5. mit Schwefeldioxid / 6. mit Schwärzungsmittel / 7. mit Phosphat / 8. mit Milcheiweiß / 9. koffeinhaltig / 10. Chininhaltig / 11. mit Süßungsmittel / 12. enthält eine Phenylalaminquelle (ist bei Süßungsmittel Aspartam anzugeben) / 13. gewachst (wenn die Oberfläche von frischen Früchten damit behandelt wurde) / 14. mit Taurin / 15. mit Nitritpökelsalz