



SELBSTBEDIENUNG. BITTE BESTELLEN SIE AM COUNTER.

SPEISEN

(Küchenzeiten: täglich 9.00 – 15:30)

Kokos & Granola (vegan) Kokosnuss-Joghurt, hausgemachtes Granola ¹² , Beerenkompott, frische Beeren, Haselnuss ⁴	10
Avocadobrot (vegan) FREA-Hausbrot ^{1,2,9} , Avocado, Criolla, Chili, Radieschen, Sesam ¹¹	12
FREA-Sandwich (vegetarisch) FREA-Sandwich-Toast ^{1,9} , frischer Salat, frische Tomaten, hausgemachte Mayonnaise ⁵ , Chili Sauce, zwei Spiegeleier ^{13,14} , Cheddar ¹⁴	13
Pancakes (vegetarisch) Drei Pancakes ^{1,9,14} , Karamellsauce ^{3,12} , Beerenkompott, frische Beeren, Hibiskus, Mascarpone ¹⁴	12
Egg-Drop-Brioche (vegetarisch) FREA-Brioche-Toast ^{1,9,12} , Rührei ^{13,14} Cheddar ¹⁴ , hausgemachter Krautsalat, frischer Salat, Chili-Sauce, hausgemachte Mayonnaise ⁵ , Schnittlauch	14
Focaccia-Toast (vegan) geröstete FREA-Focaccia ^{1,9} , Cashewcreme ¹⁰ , hausgemachter Seetang-Tomaten-Gravlax ⁹ , Rucola, gebratene Kapern, eingelegte Schalotten, Dill, Zitronenvinaigrette	13
Panzanella mit Burratina (vegetarisch) Burratina ¹⁴ , Tomaten, FREA-Focaccia-Croutons ^{1,9} , Basilikum, Balsamico, Zitronen-Vinaigrette, Nektarine	14
Austernpilz-Brioche (vegan) FREA-Brioche-Toast ^{1,9,12} , geröstete Austernpilze ³ , Chimichurri-Mayonnaise ⁵ , frischer Salat, karamellisierte Zwiebeln, geröstete Kirschtomaten	13
Hausbrot Eggs & Cheese (vegetarisch) Geröstetes FREA-Hausbrot ^{1,2,9} , Mozzarella ¹⁴ , Rührei ^{3,13,14} , Margarine ³ , Schnittlauch	12

Extras:

Pochierte Eier ¹³ , je Stück	3,5
Rührei ^{13,14} je 2 Stück	7

(mit jedem Extra kommt eine Scheibe knuspriges Hausbrot.)

*Alle unsere Produkte kommen aus nachhaltigem Anbau.
Unsere Eier kommen aus nachhaltiger Mobilstallhaltung aus dem Lobetal.
Unsere Käse ist nachhaltige italienische Handarbeit.
Wir arbeiten überwiegend mit regionalen und saisonalen Zutaten.
„Gersi“, unsere Kompostiermaschine, verarbeitet alle unsere Reste.*

¹Weizen ²Roggen ³Mandel ⁴Haselnuss ⁵Senf ⁶Sellerie ⁷Walnuss ⁸Soja ⁹Gluten ¹⁰Cashew ¹¹Sesam
¹²Hafer ¹³Ei ¹⁴Laktose

alle Preise in €, inkl. 19% MwSt. / 7% MwSt. außer Haus



SELF-SERVICE. PLEASE ORDER INSIDE AT THE COUNTER.

FOOD

(kitchen opening times: daily 9:00 – 15:30)

Coconut & Granola (vegan) Coconut yogurt, homemade granola ¹² , berry compote, fresh berries, hazelnut ⁴	10
Avocado bread (vegan) FREA house bread ^{1,2,9} , avocado, criolla, chili, radish, sesame ¹¹	12
FREA Sandwich (vegetarian) FREA sandwich toast ^{1,9} , fresh salad, fresh tomatoes, homemade mayonnaise ⁵ , chili sauce, two fried eggs ^{13,14} , cheddar cheese ¹⁴	13
Pancakes (vegetarian) Three pancakes ^{1,9,14} , caramel sauce ^{3,12} , berry compote, fresh berries, hibiscus, mascarpone ¹⁴	12
Egg drop brioche (vegetarian) FREA brioche toast ^{1,9,12} , scrambled eggs ^{13,14} , cheddar cheese ¹⁴ , homemade coleslaw, fresh salad, chili sauce, homemade mayonnaise ⁵ , chives	14
Focaccia toast (vegan) roasted FREA focaccia ^{1,9} , cashew cream ¹⁰ , homemade seaweed tomato gravlax ⁹ , rucola, fried capers, pickled shallots, dill, lemon vinaigrette	13
Panzanella with burratina (vegetarian) burratina ¹⁴ , tomatoes, FREA focaccia croutons ^{1,9} , basil, balsamic, lemon vinaigrette, nectarine	14
Oyster mushroom brioche (vegan) FREA brioche toast ^{1,9,12} , roasted oyster mushroom ³ , chimichurri mayonnaise ⁵ , fresh salad, caramelized onions, roasted cherry tomatoes	13
House bread eggs & cheese (vegetarian) Roasted FREA house bread ^{1,2,9} , mozzarella ¹⁴ , scrambled eggs ^{13,14} margarine ³ , chives	12

Add-ons:

poached egg ¹³ , per piece	3,5
scrambled eggs ^{13,14} , 2 pieces	7

(with every extra we are serving a toasted slice of sourdough bread)

*All our products come from sustainable cultivation.
Our eggs come from sustainable mobile stables in the Lobetal.
Our cheese is sustainable Italian handcraft.
We mainly work with regional and seasonal ingredients.
“Gersi”, our composting machine, processes all our leftovers.*

¹wheat ²rye ³almond ⁴hazelnut ⁵mustard ⁶celery ⁷walnut ⁸soy ⁹gluten ¹⁰cashew ¹¹sesame
¹²oat ¹³egg ¹⁴lactose

all prices in €, including 19% VAT / 7% VAT for take-away



SELF-SERVICE. PLEASE ORDER INSIDE AT THE COUNTER.

DRINKS

COFFEE (dark roasted classic espresso with 80% Arabica and 20% Robusta)			
Espresso // single / double		2,5	/ 3
Espresso Macchiato // single / double		3	/ 3,5
Americano // 0,25l		3	
extra milk		1	
Cappuccino // 0,15l		4,2	
Flat white // 0,15l		4,5	
Cortado // 0,15l		4,3	
Latte macchiato // 0,25l		4,7	
Hot chocolate // 0,25l		4,5	
Mocha coffee // 0,25l	4,7		
Warm milk // 0,15l		2,5	
*decaf		+ 0,7	
*milk of choice: oat milk ^{9,12} , almond milk ³ , coconut-rice milk, cow milk ¹⁴			
TEA			
Matcha latte // 0,4l		5,5	
Homemade chai tea latte // 0,3l		5	
Homemade tumeric latte // 0,3l		5	
Pot of tea // 0,5l		5	
peppermint, green tea, assam, Earl Grey, chamomile, lemon verbena, fruit tea (rosehip, hibiscus, apple, currant), garden herbs (caraway, elderberry, lemon balm), fresh ginger			
WASSER / SOFTS			
Still/Sparkling // Viva Con Agua		0,3l	0,7l
Ostmost, different sorts // 0,33l		2,5	5
ChariTea, different sorts // 0,33l	4	4	
LemonAid, different sorts // 0,33l		4	
Fritz Bio Kola // 0,33l	4	4	
Matchaty (matcha pear iced tea) // 0,33l		4,5	
Orange juice		4	
FRESHLY SQUEEZED JUICE			
Health Kick // carrot, apple, ginger		0,3l	6
BEER			
Edelpils Zzzisch // Lammsbräu, Neumarkt, 4,7%		0,33l	4,5
EdelHell // Lammsbräu, Neumarkt, 5,0%		4,5	
Radler // Lammsbräu, Neumarkt, 2,5%		4,5	
Non-alcoholic // Lammsbräu, Neumarkt, 0,0%		4,5	
WINE & SPARKLING WINE			
Riesling Sekt b. A. Brut Piccolo // Dr. v. Bassermann-Jordan, Rheinland-Pfalz		0,2l	0,375l
Riesling trocken // „Dr. v. Bassermann-Jordan“ Rheinland-Pfalz 2022		12	16
APERITIF			
Mondino Spritz		0,2l	14

all wines contain sulfites

all prices in €, including 19% VAT



SELBSTBEDIENUNG. BITTE BESTELLEN SIE AM COUNTER.

GETRÄNKE

KAFFEE (dunkel gerösteter klassischer Espresso mit 80% Arabica und 20% Robusta)			
Espresso // einfach / doppelt		2,5	/ 3
Espresso Macchiato // einfach / doppelt		3	/ 3,5
Americano // 0,25l		3	
Milch dazu		1	
Cappuccino // 0,15l		4,2	
Flat White // 0,15l		4,5	
Cortado // 0,15l		4,3	
Latte Macchiato // 0,25l		4,7	
Heiße Schokolade // 0,25l		4,5	
Kaffee Mocha // 0,25l		4,7	
Warme Milch // 0,15l		2,5	
*Decaf		+ 0,7	
*Milchauswahl: Hafermilch ^{9,12} , Mandelmilch ³ , Kokos-Reismilch, Kuhmilch ¹⁴			
TEE			
Matcha Latte // 0,4l		5,5	
Hausgemachter Chai Tee Latte // 0,3l		5	
Hausgemachter Kurkuma Latte // 0,3l		5	
Kännchen Tee // 0,5l		5	
Pfefferminze, Grüner Tee, Assam, Earl Grey, Kamille, Zitronenverbene, Früchtetee (Hagebutte, Hibiskus, Apfel, Johannisbeere), Gartenkräuter (Kümmel, Holunder, Melisse), frischer Ingwer			
WASSER / SOFTS			
Still/Sprudel // Viva Con Agua		0,3l	0,7l
Ostmost, verschiedene Saftschorlen // 0,33l		2,5	5
ChariTea, verschiedene Sorten // 0,33l	4	4	
LemonAid, verschiedene Sorten // 0,33l		4	
Fritz Bio Kola // 0,33l	4	4	
Matchaty (Matcha-Birne-Eistee) // 0,33l		4,5	
Orangensaft		4	
FRISCH GEPRESSTER SAFT			
Health Kick // Karotte, Apfel, Ingwer		0,3l	6
BIER			
Edelpils Zzzisch // Lammsbräu, Neumarkt, 4,7%		0,33l	4,5
EdelHell // Lammsbräu, Neumarkt, 5,0%		4,5	
Radler // Lammsbräu, Neumarkt, 2,5%		4,5	
Alkoholfrei // Lammsbräu, Neumarkt, 0,0%		4,5	
WEIN & SEKT			
Riesling Sekt b. A. Brut Piccolo // Dr. v. Bassermann-Jordan, Rheinland-Pfalz		0,2l	0,375l
Riesling trocken // „Dr. v. Bassermann-Jordan“ Rheinland-Pfalz 2022		12	16
APERITIF			
Mondino Spritz		0,2l	14

alle Weine enthalten Sulfite

alle Preise in €, inkl. 19% MwSt.