

Als Mitgliedsbetrieb der Regional – Initiative „Ebbes von Hei!“ sind wir stets bemüht, unsere Produkte aus der Region zu beziehen, wir pflegen einen regen Kontakt zu unseren Produzenten und erweitern unsere Produktpalette stetig. Wenn aufgrund hoher Nachfrage Engpässe bei unseren Lieferanten entstehen, sind wir stets bemüht, gleichwert-



damit's Hunsrück bleibt

igen Ersatz aus der Region zu beschaffen. Um die Verbundenheit mit der Region in Zukunft noch weiter sichtbar zu machen, haben wir nun ein eigenes Label. Dies erklärt an der ein oder anderen Stelle, unsere Umstellungen und Neuerungen, um unnötige Verpackungen und Lieferwege zu vermeiden, Ressourcen & Energie zu sparen und den Hunsrück, unsere Heimat, auch für zukünftige Generationen erlebenswert zu halten.

Bei uns finden Sie neben den Lebensmitteln fast ausschließlich regionale Getränke befreundeter Produzenten oder von Mitgliedern der Regionalinitiativen der Saar-Hunsrück- Region „Ebbes von Hei“ und „SooNahe“:

Viez, das Kultgetränk aus der Reinsfelder Viezgarage, frisch gezapft:

Viez	0,25 l	3,00 €	0,5 l	4,90 €
Viezschorle	0,25 l	2,80 €	0,5 l	4,50 € (Viez-Cola, Viez-Limo)

Aus der Weinmanufaktur Kasel, am unteren Lauf der Ruwer:

Traubenschorle aus der Kaseler Weinmanufaktur	0,25 l	3,50 €	0,5 l	6,50 €
---	--------	--------	-------	--------

Einfach Lecker von Schwollener! (nur in der 0,5 l Lecker – Flasche)

Lecker Apfelschorle	0,5 l	4,50 €		
Lecker Cola-Mix	0,5 l	4,50 €	Lecker Iso-Fit	0,5 l 4,50 €

Limonade von Schwollener im Glas

Orangenlimo	0,25 l	2,50 €	Zitronenlimo	0,25 l	2,50 €
Orangenlimo	0,5 l	4,50 €	Zitronenlimo	0,5 l	4,50 €

Beachten Sie unsere Weinkarte, die nur Weine von Mosel, Saar & Ruwer beinhaltet!

Aus der Mineralwassermanufaktur St. Nikolaus – Quelle im Naturpark Saar - Hunsrück

St. Nikolaus still, als Vollmondwasser.... Bei Vollmond abgefüllt	1,0 l	7,80 €
St, Nikolaus still, Bergkristall über einen Bergkristall gefiltert	1,0 l	7,80 €
St. Nikolaus feinperlig aus Quellwasser vom Erbeskopf	0,25 l 2,20 €	1,0 l 7,80 €

Biere des Nationalpark-Partners Kirner Brauerei:

Helles Landbier	0,3 l	3,80 €	Helles Landbier	0,4 l	4,60 €
Kirner alkoholfrei (Flasche)	0,33 l	3,00 €	Kirner Radler alkoholfrei	0,33 l	3,00 €
Weizen vom Faß, naturtrüb	0,3 l	3,20 €			
Weizen vom Faß, naturtrüb	0,5 l	4,80 €	Weizen alkoholfrei (Fl.)	0,5 l	4,50 €

Kaffeespezialitäten der Rösterei Pauli Michels, Weiskirchen

Tasse Kaffee	2,60 €	Espresso	2,40 €
Latte Macchiato	3,60 €	Milchkaffee	3,60 €
Cappuccino	3,00 €		



Da Kaffee bekanntlich nicht im Hochwald wächst, haben wir für Partner, wie die Kaffeerösterei Pauli Michels, bei Ebbes von Hei! den Begriff des Genußpartners geschaffen. Produkte, die fair angebaut werden und dadurch gut zu Ebbes von Hei passen, tragen ein eigenes Label.

Wir kennen unsere Metzger, Bauern und Produzenten alle persönlich!

Wir vertrauen ihnen seit Jahren, und wissen, dass Sie nur nach neuesten Erkenntnissen schlachten und verarbeiten. Deswegen essen wir gerne und mit gutem Gewissen ihr Fleisch. Nachgemachte vegetarische oder gar vegane Alternativen kommen bei uns nicht auf den Tisch. Wer also kein Fleisch mag, dem empfehlen wir mit gutem Gewissen frischen Fisch aus den Weihern der Familie Windsberger oder unsere vegetarischen Flammkäse der Familie Jaschok sowie die roten Linsen aus dem Bliesgau. Es gibt also für Jeden „Ebbes“. Daher wird man bei uns vergeblich nach künstlich hergestellten Imitaten suchen. Auch dies ist Bestandteil der Philosophie von „Ebbes von Hei“. Ein Schnitzel besteht aus Fleisch und nicht aus Tofu. Bei uns kommt auch nichts aus der Tüte...

Sie wollten immer schon mal sehen, wo das Getreide wächst, die Rinder grasen oder der Wein reift? Ebbes von Hei- Partner haben nichts zu verstecken und empfangen Sie nach vorheriger Absprache gerne! Oder Sie machen sich auf den Weg mit unserem Picknickbike. Eine Einkaufstour mit dem Rad durch den Hunsrück ist mit unseren gespeicherten Tourennavis kein Problem! So haben wir derzeit z.B. die Käsetour zum Bornwiesenhof, die Weintour zur Kaseler Winzergenossenschaft „Vom Hochwald zum Kaseler Nies’chen“ oder auch die große Saarland – Rundtour zu unseren Produzenten für Sie aufgezeichnet.

Will man eher in der Nähe bleiben, empfehlen sich die Picknicktouren zum Teufelskopf oder in den Osburger Hochwald. Hier sieht man, auf welchen Streuobstwiesen die Apfelbäume der Viezgarage stehen und kann an den schönsten „Gehaichnisbänken“ Pause machen. Mit dem vorher gepackten Picknickbike, natürlich mit regionalen Produkten.



Sollten Sie evtl. gegen bestimmte Rohstoffe allergisch sein, legen wir Ihnen gerne unsere Übersicht der enthaltenen Allergene vor. Grundsätzlich verwenden wir keine Zusatzstoffe, sondern setzen unsere Saucen selbst an und verarbeiten frische Produkte von uns bekannten Lieferanten. Zum Einsatz kommt nur 630er Dinkelmehl von Stefan Marx / Mandern. Das Dinkelmehl können auch Sie auf der Wagner – Mühle in Sommerau oder im Dorfladen Mandern sowie im REWE Timo Pick in Kell erwerben. Sowohl unsere Spätzle als auch unsere Bratkartoffeln werden mit Dörrfleisch im Ansatz frisch gebraten und zum Schluß mit frischer Butter abgerundet. Sollten Sie also eine vegetarische Beilage bevorzugen, empfehlen wir die Röstinchen.... Kartoffeln spielen übrigens als Beilage besonders im Herbst die größte Rolle in der Postküche: Seit über 25 Jahren gehen in den beiden mittleren Oktoberwochen die Kartoffeltage über die Bühne. Hier heißt es 14 Tage lang „Ran an die Kartoffel“. Die sonntäglichen Kartoffelbuffets sind das Highlight der Veranstaltungsreihe, unter der Woche gibt es „Krompern“, wie der Hochwälder sagt, à la carte. Auch in diesem Jahr freuen wir uns, zu den Kartoffeltagen wie gewohnt unsere beliebten Buffets anbieten zu können. Man sieht und trifft sich wieder, im Herbst, in der Post! Spätestens! Familie Krämer und die Mannschaft der Postküche



SUPPEN

Tomaten – Basilikumsuppe 6,80 €

Hausgemachte Zwiebelsuppe mit Käsecrouûton 7,20 €

SALATE

mit unserem beliebten Hausdressing, püriert, laktosefrei
aus Rapsöl, Apfelessig, süßem Senf, Basilikum und Zwiebeln

Beilagensalat, gerne auch vorab: 4,90 €

Frühlingssalat

mit gegrillter, marinierter Hähnchenbrust 17,50 €

**Frühlingsalat mit Schnitzelstreifen
vom Hunsrückschwein** 16,50 €

Frühlingssalat mit gegrilltem Bornwieser Flammkäse
und hausgemachtem Pfirsich-Chutney 16,50 €

SCHWEINEFLEISCH

aus der Metzgerei Schmitt / Mandern

Gegrilltes Schweinsteak

mit frischem Champignonrahm und Pommes frites 19,50 €

Schinderhannes – Schnitzel

mit kräftiger Zwiebel – Biersauce, Bratkartoffeln 18,50 €



Schwabenpfännchen (3 Schweinemedallions vom Grill)
in frischem Champignonrahm, dazu hausgemachte Spätzle
aus Manderner Dinkelmehl 22,50 €

RINDFLEISCH

**Rumpsteak vom
Hochwälder Weiderind momentan leider nicht verfügbar!!**

FISCH VOM FORELLENHOF TRAUNTAL

Gegrilltes Börfinker Zweierlei

(Lachsforellen- & Regenbogenforellenfilets)

mit Kartoffelröstinchen und frischem Rahmgemüse,
dazu Kräuterdip 22,80 €

KINDERTELLER

Paniertes Hähnchenbrust-Schnitzelchen

mit Pommes & Ketchup / Mayo 9,50 €

HÄHNCHENBRUST

vom Geflügelhof Lausberg / Niederstedem bei Bitburg

Hähnchenbrustschnitzel

mit Tomaten und Käse überbacken,

auf Bandnudeln vom Geflügelhof Rock 18,50 €

Marinierte Hähnchenbruststreifen

mit gegrilltem Bornwieser Flammkäs‘, Pfirsich-Chutney

& Kartoffel – Röstinchen 18,50 €

Radlerstreifen

Marinierte Hähnchenbruststreifen vom Grill

mit Bratkartoffeln & Kräuterdip 18,50 €

Rahmschnitzel

mit hausgemachten Spätzle und Rahmsauce 18,50 €

DIES & DAS

Hunsrück pur (vegetarisch)

Breite Bandnudeln vom Geflügelhof Rock / Perl

mit Tomatensauce, dazu gegrillter Bornwieser Flammkäs‘ 16,50 €

Bornwieser Flammkäs‘ - Burger (vegetarisch)

mit Flammkäs‘, Pfirsich-Chutney & Rohkost

im Sommerauer Brioche-Brötchen 11,50 €

Hähnchenburger

Paniertes Schnitzel vom Eifel-Hähnchen mit Tomaten und Käse im

Brioche-Brötchen aus der Sommerauer Mühle 12,80 €

Krompern (Kartoffeln) vegetarisch ...

5 Kartoffelröstinchen aus Morscholzer Krompern

mit hausgemachtem Dip 7,80 € mit Pfirsich – Chutney 8,50 €

Keller Kirmesspätzle

Hausgemachte Spätzle aus Manderner Dinkelmehl,

mit gekochtem Schinken und Käse im Pfännchen 10,50 €

Flammkuchen aus der Sommerauer Mühle

mit Schmand, Speck, Zwiebeln & Käse 9,50 €

FrISChe Pfifferlinge mit

Rauchfleisch & Zwiebeln geschwenkt,

Kartoffelröstinchen & Salatgarnitur 16,50 €

APPETITMACHER ... Ebbes davor

Ruwer – Secco aus der Kaseler Weinmanufaktur

Glas 3,80 € Flasche 18,50 €

mit Weinbergspfrischlikör oder Holunderblütensirup 4,50 €

Palzemer Crémant ganze Flasche 22,50 €

Weingut Kellerhof, Bernhard Boesen, Palzem / Obermosel

Für Träumer & Helden

Sinnlich, süß & sündig ist dieser Moselriesling als Apéritif

aus dem Weingut Nick Köwerich / Leiwen 5 cl 3,50 €

Hausapéritif

Holunderblütensirup & Campari mit Ruwer-Riesling-Secco

aus der Kaseler Weinmanufaktur 0,2 l 5,80 €

Wermut Spritz von der Nahe

die regionale Martini-Alternative, auf Eis 5 cl 5,00 €

Kab‘ Zero spritz!

Alkoholfreier Secco von der Ruwer

mit einem Spritzer Holunderblütensirup

Glas 0,2 l 4,90 €



SCHON PROBIERT?

Eis aus der Birkenfelder Eiswerkstatt

in wechselnden Sorten, je nach Jahreszeit

1 Kugel 1,70 2 Kugeln 3,20 3 Kugeln 4,80

Stellen Sie sich Ihren Eisbecher selbst

zusammen und wählen Sie „Ebbes für drauf“

Sahne 0,60 € Schokosauce 0,50 €

Erdbeersauce 0,50 € Eierlikör... 0,80 €

Nußsirup & Krokant... 1,50 €

UNSERE EISBECHER

Müsli - Becher

3 fruchtige Eiskugeln aus der Eiswerkstatt

mit Sahne, Erdbeersauce und hausgebackenen

Müslikrachern sowie Hafercrunch

aus der Sommerauer Mühle 8,50 €

Cookie-Becher

3 Kugeln (Nußig, Vanille und Schokoeis) mit

hausgebackenen Hunsrück-Cookies und Sahne,

Schokosauce, Karamellsauce & Krokant 8,80 €

Die Müslikracher & Cookies halten halten wir in der
Regiobox unten am Radweg und natürlich auch im
Restaurant für Euch parat...100 gr. 3,20 €

Kaffeekränzchen...

3 Kugeln Eis aus der Eiswerkstatt, mit Sahne

und Kaffee Crème 7,60 € oder Cappuccino 7,90 €

Brettchen für Verliebte

2 x 3 Kugeln (unsere aktuellen 6 Sorten)

mit Sahne & Schokosauce 9,80 €

EBBES HINTERHER

Brände von Jücker, Paschel

Kräuterbrand, Silberner Kammerpreis 3,00 €

Mirabellen- und Zwetschgenbrand (Silber) 3,50 €

Schlehenlikör (Silberner Kammerpreis) von Jücker 3,50 €

Brände vom Kellerhof / Palzem

Williams 3,50 € Himbeer 3,50 €

Mirabelle 3,50 € Apfel – Edelbrand 3,50 €

Alter Elbling – Weinbrand 3,50 €

Aus der Hunsrücker Genußmanufaktur

Hunsrücker Kräuterhannes 3,00 €

Walnußlikör & Vanille Kirschlikör 3,00 €

Die Brände & Liköre unserer Partnerbetriebe haben
wir auch in kleinen Flaschen im Verkauf