

WILLKOMMEN IN DER OASE!

Mitten in einer Welt, die sich Tag für Tag schneller zu drehen scheint, steht dieses 225 Jahre alte Haus wie ein Symbol für Zeitlosigkeit & Ruhe.

Eine Oase, wie geschaffen für unsere Idee von Gastronomie: ECHT-Genuss auf höchstem Niveau.

- **Wir sind ECHT.** Mit Herz & Seele, echter Gastfreundschaft – und manchmal sogar echten Fehlern. Sorry!
- **Wir kochen ECHT.** Ohne Mikrowelle, Chemie-Zusätze oder Convenience. Einfach, weils besser schmeckt. Auch wenn es mal länger dauern kann...
- **Wir kaufen ECHT.** Vom 1A-Fleisch über Gemüse bis hin zu Strom oder Putzmittel: Nur biologisch, und wann immer möglich, regional und ‚bio‘.
- **Wir lieben ECHT:** Wir versuchen unser Bestes und haben immer ein offenes Ohr für Ihre Wünsche. Sagen Sie uns einfach, wenn etwas nicht so wirkt. Das ist so viel cooler, als später dämliche, fiese Internet-Bewertungen zu schreiben... :)

Wir hoffen, dass Sie die Zeit hier genießen – und am besten kurz mal ganz vergessen.

Ihr
Stefan Strack & das ECHT-Team



vorspeisen & snacks

- ✓ **HUMMUS** 3,90
kichererbsen-kreuzkümmel-püree & brot
- ✓ **AIOLI** mit gemüse-sticks & brot 3,90
- ✓ **MARINIERTE OLIVEN** 3,90
griechischer art mit zwiebeln & petersilie
- ✓ **SÜPPCHEN** kleines schwesterchen 3,90
der saison-suppe (siehe tischaufsteller)
- ✓ **HACKBÄLLCHEN*** mit apfel-chutney^o 6,90
rind oder vegetarisch (gemüse-käse^o)
- ✓ **FRANKFURTER GRÜNE SOBE*** 6,90
tapas-version mit gekochtem ei
- ✓ **OFEN-SCHAFSKÄSE*** mit oliven, 7,90
peperoni, roten zwiebeln und tomaten^o
- ✓ **HALLOUMI-GRILLKÄSE*** mit melone 7,90
- ✓ **ZUCCHINI-ZIEGENKÄSE-TALER*** 8,90
mit zwetschge, walnuss & lavendel-honig
- ✓ **GYROS** mit zaziki^o 9,90
vom kalb oder vegetarisch (halloumi^o)
+ ofenkartoffel & kleiner salat +4,90
- GEGRILLTE GARNELEN** 10,90
in süffiger kräuter-wein-sahnesoße^o
- MEDITERRANER SPIESS VOM GRILL** 12,90
rind & pute, zaziki^o & bunter salat

✓ vegetarisch • gluten o laktose

ei sude wie?

grünzeug

ECHT SALAT 14,90
marinierte putenstreifen auf buntem salat mit
gebratenem gemüse & honig-senf-balsamico

❖ **MEDITERRANER SALAT** 13,90
mit tomate, gurke, paprika, feta°, oliven,
roten zwiebeln & zitronen-vinaigrette

schlemmerplatte

❖ vorspeisen-mix mit hausgemachten antipasti,
hummus, aioli, honig-kartoffeln, apfel-chutney°,
hackbällchen° oder veg. gemüse-käse-bällchen°,
schafskäse° & ofenfrisches baguette 16,90 p.P.

schlemmerplatte deluxe

❖ vorspeisen-mix wie oben beschrieben, **plus:**
zucchini-ziegenkäse-taler° & grüne soße°
ab 2 personen, pro person 21,90

käsefondue

❖ traditionelles fondue° mit riesling & kirschwasser,
brot, kartoffeln, trauben & salat

ab 2 personen je 17,90 | ab 4 personen je 15,90
zubereitung ca. 15min., auch alkoholfrei möglich

toppings

- marinierte rinder-streifen
 - gegrillte garnelen
 - gebackener ziegenkäse°
 - feta° • halloumi°
- +4,50

gerne reichen wir zu allen
hauptspeisen so viel brot
nach, wie sie wünschen.
nicht verzehrtes
brot wird berechnet :)



❖ vegetarisch • gluten ° laktose

ALLERGIE?

infos auf unserer allergen-karte oder unter
www.echt-frankfurt.de/speisekarte

BBQ auf heißem Stein

Grillen Sie selbst direkt am Tisch! Auf 400 Grad heißen Steinen entfalten die Speisen ohne Öl & Fett ihr bestes Aroma. Inklusiv Brot & Salat, Chutney°, Dijon-Senf° & Kräuterbutter°

• RINDERFILET	lady's cut 125g	20,90
	standard 250g	28,90
	extra large 370g	39,90
• RUMPSTEAK	220g	20,90
• PUTEN-BRUST	220g	15,90
• LACHS	200g	17,90
• GARNELEN	8 Stück	16,90
✓ • VEGGI-BBQ	grillkäse halloumi° & gemüse	14,90

TIPP!

GRILL-PLATTE

FÜR HEISSER STEIN ab 2 personen

- MIX rumpsteak, pute, garnelen & halloumi° p.P. 22,90
- SURF & TURF rinderfilet 370g & 8 garnelen p.P. 27,90

gerichte

ECHT STEAK (rinder-filet)

mit pfeffer-parmesan-kruste° & salat-bouquet

- standard 250g 30,90
- lady's cut 125g 22,90

RUMPSTEAK (220g)

mit röstzwiebeln & salat-bouquet

22,90

ENTRECÔTE (rib eye, 300g)

mit kräuterbutter° & salat-bouquet

25,90

GERÄUCHERTES LACHS-FILET (heiß)

mit röstkartoffeln, ofengemüse & dijon-sauce°

19,90

WIENER SCHNITZEL°° (vom kalb)

16,90

- ✓ oder VEGGI-SCHNITZEL°° (gemüse-käse) 15,90
- mit bratkartoffeln°, frankfurter grüne soße° & salat

UNSER FLEISCH VON RIND & KALB
Immer aus deutscher Zucht & Schlachtung.
Für den exzellenten Geschmack gut gereift.

✓ BEILAGE 3,50

- bratkartoffeln°
- honig-kartoffeln
- süßkartoffel-pommes
- mariniertes ofengemüse
- ofenkartoffel mit zaziki°
 - knoblauch-brot°°
- spinat (mit knoblauch)

BEILAGE

ohne hauptspeise 5,-

dessert

servierbereit in ca. 15 min

ORANGEN- CRÈME BRÛLÉE°

mit ingwer-joghurt-eis & weißwein-birne 7,90

SCHOKOKUCHEN°°

frisch gebacken im glas, mit bourbon-vanille-eis 7,90

ZITRONEN-SORBET

auf rheingauer winzersekt 7,90

PANCAKE AUF HEISSEM STEIN°°

mit schoko-sauce & eis ab 2 personen je 6,90

eis & sorbet nicht aus eigener herstellung

✓ vegetarisch • gluten ° laktose