



MENÜ

ATLANTIC
GRILL & HEALTH
RESTAURANT



PHILOSOPHIE UND GRADLINIGKEIT UNSERER KÜCHE

Wir verfolgen die Kombination aus Grillprodukten und gesunder, nachhaltiger Küche.

Das Ziel ist es, die regionalen Produkte in der Saison zu nutzen und sie modern und pfiffig umzusetzen. Umliegende Bauernhöfe und Zuchten sind die Lieferanten. Darüber hinaus werden wir einige Lebensmittel in der Saison soweit konservieren, dass wir sie auch später nutzen können - durch Einwecken, Trocknen (Dehydrieren), Pickeln, Räuchern.

Weitestgehend verzichten wir auf Zucker und Weizen.
Vollkorn, Honig, Birkenzucker werden die Ergänzungsmittel sein.

Auch bei der Auswahl der Getränke des Atlantic Grill & Health setzen wir auf Produkte aus der Region mit Fokus auf nachhaltigem Anbau.

Die meisten unserer Getränke sind aus Fair'n'Green-zertifizierten oder ähnlich nachhaltig arbeitenden Betrieben. Ihre Herstellungsmethoden lassen unnatürliche Konservierungs- und Schönungsmittel aus und verzichten im Weinanbau auf die vorherrschende Monokultur.

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag – Freitag: 12:00 – 23:00 Uhr
(Küche bis 22:00 Uhr)

Samstag: 12:30 – 23:00 Uhr
(Küche bis 22:00 Uhr)

Sonntag: 12:30 – 22:30 Uhr
(Küche bis 21:30 Uhr)



Health

VORWEG	Superfood Salat oder Superfood Salat für 2 Personen – Family Style Birne – gegrillt, junger Spinat, gekeimter Buchweizen, Leinöl, Granatapfelkerne, Avocado	18 € 32 €
	Ziegenkäse vom Affineur Kober Sellerie aus dem Salzteig, Korinthen, Lauch – roh mariniert	18 €
	Avocado – gestampft aus dem Steinmörser Tomate, Zwiebel süß-sauer, Pfeffer, krause Petersilie, Grillbrot	15 €
DAZWISCHEN	Waldpilz-Essenz Shiitake, Champignons, Buchenpilze, geräucherte Kartoffel	12 €
	Dinkel-Spargel-Risotto Krabben, Staudensellerie, Radieschen, Kräuter	19 €
	Artischocke – gegrillt Ziegenkäse, Rauke, Orange, Couscous, Bärlauch	24 €
MITTENDRIN	Frühlingsgemüse aus dem Garten Gemüse – gegrillt, Auberginenmark, lila Süßkartoffel, Polenta, Ölräuke	24 €
	Saibling vom Plöner See Artischocke – gegrillt, Fenchel, Kartoffel, Liebstöckel	28 €
	Kabeljau aus der Miso-Marinade Grüner Spargel, wilder Brokkoli, Blattspinat, Leinsamen	27 €
DANACH	Veganer Cheesecake Cashewkerne, Nespole, Quinoa-Zartbitter-Crisp	15 €



Grill

MITTENDRIN	Roastbeef vom Norddeutschen Weiderind 180g/250g	26/32 €
	Lammhüfte aus Husum 160g	22 €
	Kalbskotelett aus dem Biopark, Mecklenburg-Vorpommern 300g	37 €
	Bratwurst von der Heidschnucke, Schneverdingen 100g/200g	12/20 €
	Brust vom „Odefey & Töchter“ Weidehuhn 150g	31 €
	Saibling vom Plöner See 140g	22€
	Wildlachs aus der Ostsee 140g	24 €
DAZU	Wilder Brokkoli	Sauce Béarnaise
	Junger Spinat mit Schalotten	Café de Paris Butter
	Gegrilltes Gemüse	BBQ Sauce
	Gemüse-Couscous	Grüne Pfefferrahmsauce
	Röstkartoffeln	Rotweinsauce
	Süßkartoffelpommes	Trüffelmayonnaise
	Kartoffel-Butter-Stampf	Sauce Rouille
	Schnippel-Böhnchen mit Susländer Katenspeck	
	Dinkel-Pilz-Risotto	
		je 5 €



Soul

VORWEG	Spargel-Spieße vom Cassenshof Susländer Katenschinken und Bauch – gegrillt, Panko, Hollandaise	22 €
	Ostsee Wildlachs auf dem Salzstein gebläut Alge, Sesam-Spinat, Ingwer, Dinkelreis	26 €
	Tartar vom Rind Geräucherte Eigelbcreme, Tempura-Sardelle, Zwiebel, Schnittlauch, Grillbrot	25 €
MITTENDRIN	Atlantic Fisch-Eintopf Geschäumte Fischcreme, Krabben, Edelfische, Suppengrün, Grillbrot, Sauce Rouille	32 €
	Beinflisch vom „Odefey & Töchter“ Weidehuhn Karaage, Zitruscreme, Bärlauch-Kartoffel-Stampf, marinierter Rohkostsalat	23 €
	Wiener Schnitzel in geklärter Butter gebraten, lauwarmem Kartoffel-Gurkensalat, Preiselbeeren, Zitrone	28 €
DANACH	Altländer Apfel Amaranth-Berberitzen-Crumble, Honig, Vanille	14 €
	Mehllose Schokoliebelei Holunder-Frosting, Blutorange, Haselnuss	14 €
	Erdbeere & Rhabarber Sauerrahm, Ruby-Schokolade, Kichererbse, Baiser	15 €
	Käse vom Affineur Kober	16 €
	Auswahl von hausgemachtem Eis & Sorbet	je 3,50 €