

MANU



(h)eerlijk eten en drinken

DE MANUKAART herfst & winter

Manu staat voor: Biologische-, Fair Trade-, ecologische-, duurzame-, streek- en ambachtelijke producten en Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen (MVO).

Daarnaast kunnen gasten met een allergie of intolerantie met een gerust hart bij ons eten en drinken. Wij kunnen rekening houden met alle allergieën of intoleranties mits dit vooraf wordt aangegeven.

Koffie



Fair Trade & biologische koffie van Goppion.

Op verzoek verkrijgbaar: decafé, bamboekoffie, met sojamelk en/of een glutenvrij koekje.

Café crème 2,25

Espresso 2,25

ook verkrijgbaar: doppio

Cappuccino 2,50

ook verkrijgbaar: doppio

Koffie verkeerd 2,60

1/3 café crème, 2/3 hete melk

Italiaanse koffie 2,70

café crème met slagroom

Latte macchiato 2,85

espresso met veel melk en schuim, ook verkrijgbaar: doppio

Almond Latte 3,85

Latte met amandelmelk, een bron van vitamine E en calcium

Hazelnut Latte 3,85

Latte met hazelnootmelk. Bevat geen lactose, dierlijke vetten of soja en is een bron van vitamine B2, B12, D en E en calcium

Latte Chai 2,60

La Chouffe koffie 5,95

café crème met la Chouffe koffielikeur en slagroom

Irish Coffee 5,95

café crème, rietsuiker, whisky en slagroom

Gebak

Appeltaart, Cheesecake of Chocolate Brownie 4,00

Gebak van de week de bediening kan u dit vertellen 4,00

Thee



Fair Trade & biologische thee van Numi.

Op verzoek verkrijgbaar: met melk, sojamelk en/of een glutenvrij koekje.

Numi Thee 2,20

English Blend Moroccan Mint Gember Citroen

Ågèd Earl Grey Kamille Citroen Jasmijn (groen)

Rooibos Sinaasappel (wit) Rainforest (groen)

Black Chai Vanille (decafé) Gunpowder (groen)

Yogi Classic 2,25

melange van kaneel, gember, kruidnagel en zwarte peper

Groententhee Tomaat-Mint, 2,60

Wortelcurry of Spinazie

Verse muntthee met honing 2,75

zonder honing -0,15

Verse steranijs-muntthee met honing 2,75

zonder honing -0,15

Rozemarijnthee 2,50

door de stimulerende werking kun je je beter concentreren

Tijmthee 2,50

helpt bij ontstekingen, kou op de borst of maagstoornissen

Citroenmelissethee 2,50

ontspant goed voor stressklachten en spanningen en het ontspant het lichaam

Ijsthee 2,50

gemaakt met ijsblokjes en verse citroen, alle smaken mogelijk



Frisdrank & Zuivel

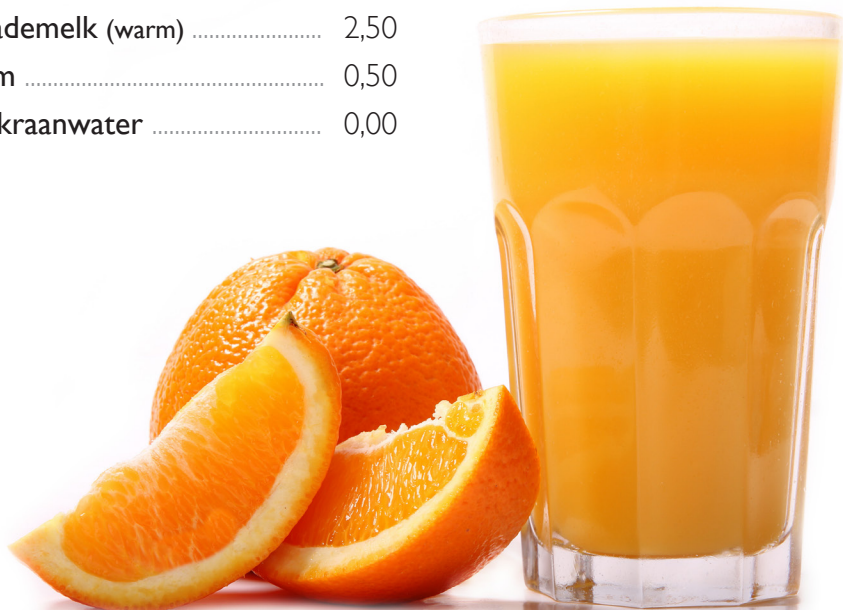
Earth Water Blauw & Rood	2,25
<small>100% van de winst gaat naar waterprojecten in de derde wereld</small>	
Bionade Sinaasappel-Gember & Vlierbessen. <small>minder zoete frisdrank</small>	3,00
Coca Cola	2,25
Coca Cola Light	2,25
Fanta Orange	2,25
Fanta Cassis	2,25
Sprite	2,25
Bitter Lemon	2,25
Tonic	2,25
Schulp Appelsap	2,50
Schulp Cranberry-appelsap	2,50
Volle Melk	2,25
Karnemelk	2,25
Fristi	2,25
Chocomel (koud)	2,25
Chocolademelk (warm)	2,50
Slagroom	0,50
Glaasje kraanwater	0,00

Versgeperste Sappen

	klein	groot
Sinaasappelsap	3,35	4,35
Appelsap	3,35	4,35
Perensap	3,35	4,35
Appel-perensap	3,40	4,40
Appel-wortelsap	3,40	4,40
Wortel-gembersap	3,40	4,40

Cloudies

Paarse Mist	4,35
<small>blauwe bessenpuree met romige melk of sinaasappelsap</small>	
Roze Wolk	4,35
<small>aardbeienpuree met romige melk of sinaasappelsap</small>	
Lila Lucht	4,35
<small>frambozenpuree met romige melk of sinaasappelsap</small>	
Ochtend Glorie	4,35
<small>kersenpuree met romige melk of sinaasappelsap</small>	
Avond Rood	4,35
<small>bosvruchtenpuree met romige melk of sinaasappelsap</small>	



Wijnen, Bieren & Gedistilleerd



Wijnen

The Green Wine Company

The Green Wine Company heeft als doel om met zijn gepassioneerde wijnboeren een uitgebalanceerd ecosysteem in de wijngaarden te creëren. Tussen de wijnranken groeien de bloemen en kruiden, vliegen lieveheersbeestjes en zoemen de bijen. De biologische wijnboer geeft graag de natuur de ruimte. Het levert gezonde wijnranken op die diep wortelen en het beste uit de grond halen.

Airén & Sauvignon Blanc 3,95 per glas 17,75 per fles

Deze droge witte wijn wordt gemaakt van airén, meest voorkomende druif in de regio La Mancha in Spanje. Tot voor kort werd deze druif voornamelijk gebruikt voor de brandy productie. Maar de laatste tijd wordt de druif vaak geassembleerd met de sauvignon blanc die samen met de stroeve en oxidatie gevoelige airén druif een heerlijke rijpe en fruitige wijn met een mooie lichtgele kleur geeft. Deze wijn is heerlijk bij salades, vis of om zomaar van te genieten.

Tempranillo Rosé 3,95 17,75

Gemaakt op de basis van de karaktervolle tempranillo, een blauwe druif met een dikke schil, die behoort tot de meest nobele druivenrassen. Deze druif wordt meestal voor rode wijn gebruikt, maar in dit geval voor een aangename, frisse rosé met een vriendelijk karakter. Deze wijn gaat goed samen met pasta's en geitenkaas.

Tempranillo 3,95 17,75

Deze wijn is gemaakt op basis van de karaktervolle tempranillo druif. Het resultaat is een robijnrode, uitgebalanceerde wijn met rijp bosfruit en kruiden. Deze wijn is heerlijk bij kazen, tapas, rijstschotels en vleesgerechten.

Sweet 3,95 17,75

Deze zoete witte wijn is helder geel van kleur met de geur van exotisch fruit zoals banaan en meloen. Het is een frisse wijn met een zoete zachte afdronk. Deze wijn kan als aperitief worden gedronken en gaat goed samen met desserts.

Prosecco D.O.C. Treviso Pizzolato 9,95

fles 0,375L; 3 glazen

Port: Fonseca Porto Terra Prima 3,95

Bieren

La Trappe Puur 2,65

La Trappe Dubbel 3,30

La Trappe Bockbier 3,95

La Trappe Isid'or 3,95

Westmalle Tripel 3,95

La Chouffe 3,95

Bavaria 0.0% 2,60

Estrella Damm Daura 2,60

indien voorradig

Likeuren, gedistilleerd

Amaretto 4,30

Rum 4,50

Zuidam Jenever Jong of Oud 4,00

Whisky 4,85








Lunch

Tosti's

Kaas	3,75	Ham & Kaas	3,95
Mediterraan Kaas	3,95	Mediterraan Ham & Kaas	4,15
met rode pesto, kappertjes en basilicum		met rode pesto, kappertjes en basilicum	
Geitenkaas	3,95	Brabants Blauwschimmelkaas	4,75
met honing en tijm		met vijgencompote, peer en walnoten	

Broodjes

Al onze broodjes worden geserveerd met een frisse salade van mesclum-sla. Standaard op vers gebakken bruin brood, maar ook verkrijgbaar op vers gebakken wit zuurdesem brood, glutenvrij bruin of wit brood of op een ciabatta (meerprijs: 0,75)




Humus			7,25
met humus, komkommer en 'Raz el Hanôut' kruiden			
Eiersalade			7,25
met zongedroogde tomaat, basilicum, mayonaise en pijnboompitjes			
Geitenkaas			7,95
met geitenkaas, vijgencompote en walnoten			
Tomatentapenade			8,95
met een tapenade van wilde cherrytomaat, gegrilde groenten en pistachenootjes op zuurdesembrood			
Olijventapenade			8,95
met een tapenade van zwarte en groene olijven en zongedroogde tomaat en met serranoham en parmezaanse kaas			
Kippendijvlees			9,25
met Italiaanse kruiden en een mayonaise van rode ui, augurk, cajunkruiden en mosterd			
Gerookte Zalm			9,95
met gerookte wilde Sockeye zalm, rode ui, dille, cherrytomaatjes en een frisse citroenmayonaise			
Tunamelt			8,95
met tonijnsalade van kappertjes, paprika, rode ui en mayonaise, met een met jonge kaas oversmolten gebakken eitje			
Ciabatta Brie			8,95
met brie uit de oven, tijm, pijnboompitjes en honing			
Ciabatta Rundercarpaccio			9,95
met roomkaas, pijnboompitjes, balsamicodressing, Parmezaanse kaas, cherrytomaatjes en groene olijven			
Bio Beef Burger			11,95
100% biologische hamburger met een saus van mayonaise, ketchup en rode ui met een gebakken eitje (Ook mogelijk met gebakken aardappeltjes uit de oven, meerprijs: 3,00)			
Kleintjes			4,95
voor de kleintjes hebben wij een broodje jonge kaas of gekookt ei of een pannenkoekje			

Voor bij de Borrel




Bakje Olijven		4,00
Jonge kaas met mosterd		4,00
Tapenade		5,25
portie brood met heerlijke tapenades en kruidenboter:		
Humus		4,75
portie brood met humus met 'Raz el Hanôut' kruiden en komkommer		
Kaasplankje		11,50
met drie soorten kaas met bijlage en versgebakken brood		
Plankje Manu		12,50
een klein soepje, een flammkuchen met tomatensaus en diverse groenten en Parmezaanse kaas, een bakje huisgebrandde nootjes en een portie jonge kaas met mosterd		

Lunch & Diner

Salades



Couscous		12,95
met gegrilde groenten, radijsjes, verse munt, zongedroogde tomaatjes verse tuinkruiden en een basilicumdressing		
Geitenkaas		12,95
met vijgencompote, walnoten, komkommer en tomaat		
Warme Geitenkaas		14,95
met rode kool, appel, sjalotjes en witte wijn		
Zalm		14,95
met gerookte wilde Sockeye zalm, rode ui, kappertjes, verse dille, radijsjes, komkommer, cherytomaatjes en een tuinkruidendressing		

Soepen


Geserveerd met vers gebakken bruin brood of zuurdesembrood, maar ook verkrijgbaar met glutenvrij brood of met een ciabatta (meerprijs: 0,75)			
Tomaat-Basilicum		klein 4,75	groot 5,75
met tomaat, courgette, zongedroogde tomaat en room			
Pompoen-Wortel		4,75	5,75
met gember, knoflook, koriander en room			
Witte gebonden Uien		4,75	5,75
met croutons en verse tuinkruiden			
Soep van de Week		4,75	5,75
Kijk hiervoor op het krijtbord of informeer bij de bediening			

Diner vanaf 17:00 uur

Koude Voorgerechten

- Tapenade** 5,25
portie brood met heerlijke tapenades en kruidenboter 
- Zalmparpaccio** 12,95
van gerookte wilde Sockeye zalm, met rode ui, dille, frisse citroenmayonaise en een salade met mesclunsla
- Rundercarpaccio** 11,75
met Parmezaanse kaas, pijnboompitjes, cherytomaatjes, olijven, balsamicodressing en een salade met mesclunsla
- Hertencarpaccio** 12,50
met hazelnoot, zwarte olijven, cherytomaatjes, cranberrysaus en een salade met mesclunsla
- Rode Bietencarpaccio** 9,95
met walnoot, geitenkaas, cherytomaatjes, frisse dressing en een salade met mesclunsla 

Warme Voorgerechten

- Wildsoep** 5,95
romig gebonden wildbouillon met gebakken bospaddenstoelen en tuinkruiden
- Champignons** 9,95
gevuld met Mediterrane groenten en gorgonzola, gebakken in witte wijn 
- Gamba's** 10,50
in de oven gebakken met olijfolie, knoflook, tijm en versgebakken ciabattabrood
- Beef Kecap Manis** 10,50
dun gesneden rundvlees, gemarineerd in zoete kecap manis sojasaus en gebakken in de oven, met pijnboompitjes en gebakken bospaddestoelen



Diner vanaf 17:00 uur



Hoofdgerechten

Al onze hoofdgerechten worden geserveerd met verse seizoensgroenten, een aardappelgarnituur en een bakje salade met mesclunsla, tenzij anders vermeld

Wraps, Kaas & Flammkuchen

- Wrap Ei** 11,95
met eiersalade van ei, zongedroogde tomaat, bieslook en mayonaise, pijnboompitjes en mesclunsla, geserveerd met een frisse salade 
- Wrap Tonijn** 12,95
met tonijnsalade van kappertjes, paprika, rode ui en mayonaise en mesclunsla, geserveerd met een frisse salade
- Wrap Geitenkaas** 12,95
met vijgencompote, appel, walnoten en mesclunsla, geserveerd met een frisse salade 
- Kaasfondue** 17,95
met Zwitserse kaas, Parmezaanse kaas en witte wijn, geserveerd met brood en diverse groenten 
- Onbeperkt Flammkuchen** 15,50
met tomatensaus, diverse groenten en Parmezaanse kaas (ook mogelijk met vlees of vis, meerprijs v.a. 3,50) 

Veganistisch

- Bospaddenstoelenragout** 16,95
geserveerd met hete bliksem en verse seizoensgroenten 
- Groentencurry** 16,95
geserveerd met wilde rijst en verse seizoensgroenten 
- Pasta Vergeten Groenten** 16,95
100% maïspasta en een romige saus met witte wijn en vergeten groenten, geserveerd met een bakje salade 
- Humus Burger** 14,95
met een frisse salade, tomaat, tomatenketchup en rode ui 

Vis

- Pasta Zalm** 16,95
Fettuccine all'Uovo (of op verzoek 100% maïspasta) met wilde zalmfilet en een romige saus met witte wijn, rode ui, courgette, pijnboompitjes en cherrytomaatjes, geserveerd met een bakje salade
- Schol** 19,95
met paprika gevulde scholfiletrolltjes met een lichte saus met groene en zwarte olijven en zongedroogde tomaat





Diner vanaf 17:00 uur

Hoofdgerechten

Vlees

Parelhoen	21,95
een parelhoenfilet met een krokant korstje uit de oven, gevuld met Mediterrane groenten	
Hert	23,95
medium gebakken hertenbiefstuk met een stoofpotje van hert en koude cranberrysaus, geserveerd met bijpassend wild garnituur	
Everzwijn	22,95
medium gebakken everzwijn racks met rodwijnsaus en gebakken bospaddenstoelen, geserveerd met bijpassend wildgarnituur	
Bio Beef Burger	15,95
hamburger met een gebakken ei, mesclunsla en een mayonaise met ketchup en rode ui	
Kogelbiefstuk	19,95
medium gebakken kogelbiefstuk met Gorgonzolasaus	

Nagerechten

Kaasplankje	 11,50
met drie soorten kaas met bijlage en versgebakken brood	
Chocoladetaartje	 8,95
met een gesmolten kern van chocolade en met vruchtensaus en slagroom	
Ijscoupe	 8,95
heerlijke ijscombinaties van Professor Grünschnabel	
Tarte Tatin	 9,95
met gecaramelliseerde peer, een bol ijs en slagroom	
Irish Coffee	5,95
Spanish Coffee	5,95
Jamaican Coffee	5,95
Italian Coffee	5,95
La Chouffe Coffee	5,95
Kiss of Fire	5,95



