

# Speisekarte




## Starter

Saté Spieße vom Huhn mit Erdnussdip 3Stk. oder 6Stk. 8,90€/ 14,90€

Gurkenschiffchen mit Baba Ganoush & orientalischem Beluga- Linsen 13,90€

Tunfisch Tatar mit Guacamole, Meerrettichfrischkäse & Brot 17,90€

Rindercarpaccio mit frittiertem Rucola, Kirschtomaten & Grana Padano 16,50€

„Little pillows“  - gemachte kleine Teigtaschen, gefüllt mit Gemüse, Rindfleisch, asia-Jus 4Stück 8,90€ / 6 Stück 12,90€

„Surf & turf“ Jause mit geräuchertem Bauch, Iberico Salami, Butter & Kräutergarnelen 15,90€

## Main

Gemüse Oktopus, (vegetarisch oder vegan) gebackene Auberginen – Tentakel im Knuspermantel mit Süßsauer – Dip 16,90€

„Iron Cesar“ Spinatsalat/Kirschtomaten/Croutons/Grana Padano//Speck/// oder 2Saté vom Huhn 13,90€//16,90€ ///20,90€

Pasta Salsiccia mit scharfer italienischer Bratwurst & Tomaten Sugo 16,90€

Flammkuchen „Elsässer Art“ mit Creme fraiche, Speck & Zwiebeln 13,90€

Asia Bowl mit Glasnudeln, Edamame, Mango, Rote Beete, Avocado, Spinat, & Thai- Mayo  
mit Sashimi vom Tuna 21,90€ ohne Sashimi 15,90€

Rinderhüftsteak (230-250g) mit Pommes & Sauce Bèarnaise 31,50€

## Sweets

Chocolate – Fudge- Cake mit Marillensorbet 9,50€

Key- lime- pie / San Sebastian Cheesecake je 6,50€

Kugel Eis: Haselnuss / Marillensorbet / Vanille / Schwarzer Sesam /  
Pistazie / Valrhona – Schokolade je 3,00€

## Sides:

Anti- entzündlicher Rotkohl-Rohkostsalat mit Apfel 5,50€

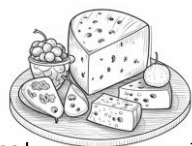
Pommes 4,90€

Süßkartoffelpommes 6,90€

Beilagen Spinat-Salat :4,90€

Kl.Caesar Salat 8,90€

Trüffelmayo 4,50€



Kleine Auswahl:  
Käseteller mit Brot 16,50€  
Schinkenteller mit Brot 16,50€  
Gem. Teller mit Oliven & Brot 28,00€

# Frühstück

**Frischer Orangensaft** 5,50€ 0,2l  
**Mimosa Prosecco & Orangensaft** 8,90€ 0,2l

**Protein Sandwich**  
 mit Rührei, Guacamole 12,50€ Vegie  
 karamellisierten Zwiebeln & Hühnchen 15,50€

**Croque Monsieur frex** 12,00€  
 Brot, Gruyère, Bacon, Spiegelei & Schnittlauch

**Ayurveda Schnitte** 13,90€  
 mit Baba- Ganoush, orientalischen Couscous mit Kreuzkümmel, Tomate, Gurke & ein Spiegelei

**frex Benedict** 14,90€  
 Brot, Lachs, pochiertes Ei, Avocado, Hollandaise

**Croque Caprese** 14,90€  
 mit Knoblauchbrot, Burrata, gebratenen Kirschtomaten, Zwiebeln & Pesto



**Kleine Auswahl:**  
 Käseteller mit Brot 16,50€  
 Schinkenteller mit Brot 16,50€  
 Gem. Teller mit Oliven & Brot 28,00€

**Pancakes - gemacht**  
 Milka- Nuss- Creme  
 oder Ahornsirup dazu Früchte

**Vital Bowl** 11,90€  
 mit Joghurt, Granola, frischen Früchten, Leinsamen & Dattelsirup

**2 Rühreier / Spiegeleier** 10,50€  
 mit Speck 5,90€  
 und Kirschtomaten 7,50€

**Brotkorb** 4,00.- **Scheibe Brot** 1,50.-  
**Butter** 1,50.- **Honig** 2,50.- **Haselnusscreme** 2,50.-  
**Guacamole** 5,50.-  
**Rohschinken** 6,50.- **Bacon** 3,00.- **Käse** 4,50.-



**2er Etagere (ab 2 Personen & mehr)**  
 belegt mit feinem Aufschnitt, graved Lachs, edlem Käse, Shrimp- Cocktail, Guacamole, verschieden Dips, Konfitüre, Butter und Brot  
 p. P. 14,90€

Nach der Allergenekarte, fragt Ihr bitte unser Servicepersonal!

Pancakes



# Menu

## Starter

Chicken Saté 3 or 6 pc with peanutbutter dip 8,90€/14,90€

Cucumber boat with baba ghanoush & oriental pearl couscous 13.90€

Tuna tartare with guacamole, horseradish cream cheese & bread 17.90€

Beef carpaccio with fried arugula, cherry tomatoes & Grana Padano 16.50€

Little pillows dumplings stuffed with minced meat, vegetable, with asian beef Jus 4pcs/8,90€ 6psc/12.90€

"Surf & turf" snack with bacon, Iberico salami, butter & herb shrimp 15.90€

## Main

Vegi octopus deep fried breaded eggplant with sweet chilli dip 16,90€

Iron Caesar salad with spinach, cherry tomatoes, croutons, Grana Padano// bacon ///or chicken saté 2pc  
13.90€//16,90€// 20.90€

Pasta salsiccia with spicy Italian sausage & tomato sauce 16.90€

Flammkuchen "Alsatian style" with crème fraîche, bacon & onions 13.90€

Asia bowl with glass noodles, edamame, mango, beet root, avocado, spinach & Thai mayo with sashimi from tuna 21.90€  
without sashimi 15.90€

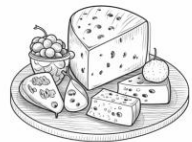
Beef hip steak(230-250g) with fries & sauce bernaise 31.50€

## Sweets

Chocolate - toffee- Cake with apricot sorbet 9.50€

Key- lime- pie / San Sebastian Cheesecake each 6.50€

Scoop ice cream: Hazelnut/apricot sorbet/ dark chocolate/black sesame/pistacio each 3.00€



## Sides:

Fries 4,90€

Sweet potato fries 6,90€

Small spinach salad 4,90€

Small Iron Caesar salad 8,90€

Truffle mayonnaise 4,50€

Raw red cabbage&apple salad 5,50€

## Small Selection:


Cheese platter with bread €16.50

Cured meat platter with bread €16.50

Combined platter with olives & bread €28.00



## Breakfast / Brunch

Fresh orange juice			
<b>Mimosa</b>	5,50€ 0,2l 8,9€ 0,2l		
<b>Protein sandwich</b> with scrambled eggs, guacamole, caramelized onions & chicken	12,50€ Veggie 15,50€	<b>Pancakes</b> and maple sirup <b>or</b> hazelnut creme	11,90€
<b>Croque Monsieur frex:</b> Toasted bread, Gruyère, bacon, fried egg & chives	12,00€	<b>Vital Bowl</b> with yoghurt, granola, fresh fruits & flaxseed	10,50€
<b>Frex Benedict:</b> Toasted bread with salmon, poached egg, Avocado- Hollandaise	14,90€	<b>2 scrambled eggs / fried eggs</b> with <b>bacon &amp; cherry tomatoes</b>	5,90€ 7,50€
<b>Croque Caprese</b> Garlic-rubbed toasted bread with creamy burrata, pan-seared cherry tomatoes, onions & basil pesto	14,90€	<b>Bread basket</b> €4.00, <b>slice of bread</b> €1.50, <b>butter</b> €1.50, <b>honey</b> €2.50, <b>hazelnut cream</b> €2.50, <b>fried egg</b> €3,00, <b>guacamole</b> €5,50, <b>Parma ham</b> €6.50, <b>bacon</b> €3.00, <b>cheese</b> €4.50,	
<b>Ayurveda bread</b> with Baba- Ghanoush, oriental couscous with cumin, tomato, cucamber & ein fried egg	13,90€	<b>Two-Tiered Platter</b> (for 2 people & more) filled with fine spreads, gravlax salmon, premium cheese, shrimp cocktail, guacamole, various dips, jam & butter, and bread <b>€14.90 per person/from 2 Person</b>	
<b>Small Selection:</b> Cheese platter with bread €16.50 Cured meat platter with bread €16.50 Combined platter with olives & bread €28.00			



According to the allergen card, please ask our service staff!

We accept cards from 10€

**"Please note that tips are not included, and your generosity is greatly appreciated!"**



# Getränke

## Soft-Kaffee-Tee-Spritz & Spass

### Soft

<b>Schorlen</b> Maracuja/ Johannes/ Apfel/ Ananas-Kokos/ Holla	4,50€ 0,4l
<b>Cola/ Fanta</b>	3,80€ 0,2l
<b>Spezi</b>	4,80€ 0,5l
<b>Säfte//NektarApfel//</b> Maracuja/ Johannes/ Rhabarber	3,80€ 0,2l
<b>Tafelwasser</b>	6,50€ 1l
<b>Wasser Perlend St. Leonhard</b>	8,50€ 1l
<b>Wasser Still St. Leonhard</b>	8,50€ 1l

### Kaffee

Espresso	3,00€
Espresso Doppio	4,50€
Espresso Coretto	6,50€
Cappuccino	4,00€
Flat White	5,20€
Latte Macchiato	4,50€
Eis Latte Macchiato	4,80€
Milchkaffee	4,90€
Kaffee Crema	4,00€/ gross 5,50€
Chai latte	5,00€
Heiße Schokolade	4,90€
Heiße Ingwer Zitrone	5,50€

### Tee

Früchte/ Grüne/ Bergkräuter/ Kamille/ Minze/ Earl Gray/ Darjeeling/ Masala Chai/ Ayurveda Herb & Ginger	4,50€
---------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------

### Spritz & Spass

<b>Ananas Spritz</b> / Ananaspüree/ Vodka/ roter Pfeffer/ Prosecco/ Soda	9,00€
<b>frex Spritz</b> Basilikum/ Ingwer/ Gin/ Prosecco/ Soda/ Limette	9,50€
<b>Campari Spritz/ Aperol Spritz</b>	7,50€
<b>Sarti Spritz/ Lillet Wildberry Spritz</b>	7,50€
<b>Hugo/ Limoncello Spritz/ Mandarinenspritz</b>	7,50€
<b>Weltraumspezi</b> Averna 6cl & Fanta	9,50€

## Spritz-Aperitif-Weine-Bier

### Apero

<b>Negroni</b> Campari/ Gin/ Martini	12,00€
<b>Marellini Prosecco</b> / mit Pfirsichsorbet	10,50€
<b>Espresso Martini</b> Vodka/ Kahlúa/ Espresso	9,50€
<b>Longdrinks</b>	11,00€

### Bubbles

<b>Brut Dargent</b> Sekt Rosé		42,00€ 0,75l
<b>Crémant</b> de Limoux	8,00€ 0,1l	45,00€ 0,75l
<b>Crémant</b> de Limoux Rosé	8,00€ 0,1l	45,00€ 0,75l

### Weine

#### White

<b>Weissburgunder &amp; chardonnay</b> Boxheimer Hof	8,70€ 0,2l	32,00€ 0,75l
<b>Chardonnay</b> Boxheimerhof/ Rheinhessen	10,00€ 0,2l	38,00€ 0,75l
<b>Sauvignon Blanc</b> Boxheimerhof/ Rheinhessen	11,00€ 0,2l	41,00€ 0,75l
<b>Weissburgunder</b> Boxheimerhof/ Rheinhessen	10,00€ 0,2l	38,00€ 0,75l
<b>Graubugunder (barrique)</b> Boxheimerhof/ Rheinhess	10,00€ 0,2l	38,00€ 0,75l
<b>Riesling „feinherb“</b> Boxheimerhof Rheinhessen	10,00€ 0,2l	38,00€ 0,75l

FÜR FLASCHENWEINE/CHAMPAGNER:

#### FOR WINE-OR CHAPAGNE-BOTTLE

#### Rosé

<b>Maremma</b> Toscana Rosato Bio Cuveé	10,00€ 0,2l	38,00€ 0,75l
-----------------------------------------	-------------	--------------

#### Red

<b>Dornfelder Réserve</b> Boxheimerhof/ Rheinhessen	11,00€ 0,2l	40,00€ 0,75l
<b>Primitivo</b> di Manduria	11,00€ 0,2l	40,00€ 0,75l

### Bier

<b>Helles vom Fass</b> Tergemseer	4,90€ 0,5l
<b>Helles alk.frei</b> Paulaner	4,90€ 0,5l
<b>Paulaner Weissbier</b> hell/ alk.frei	5,10€ 0,5l
<b>Radler</b>	4,90€ 0,5l



## Offene Weine

### **Boxheimerhof Weißburgunder Rheinhessen**

Frisch und fruchtbetont mit Aromen von Apfel, Birne und einer leichten Zitrusnote.  
Elegant und gut ausbalanciert.

**// Passt zu:** Vorspeisen, Fisch, Sommer-Salate

Fresh and fruit-forward with aromas of apple, pear and a hint of citrus. Elegant and well-balanced.

### **Boxheimerhof Weißburgunder Chardonnay Cuvée Rheinhessen**

Harmonie aus Weißburgunder und Chardonnay – cremig, mit Anklängen von gelben Früchten und zarter Frische.

**// Passt zu:** Pasta mit weißer Sauce, Geflügel, Grillgemüse

Harmonious blend of Pinot Blanc and Chardonnay – creamy, with notes of yellow fruits and delicate freshness.

### **Boxheimerhof Chardonnay Rheinhessen**

Ausdrucksstarker Chardonnay mit Aromen von reifem Apfel, Vanille und einer sanften Butternote.

**// Passt zu:** Gebratenem Fisch, Hähnchen, Risotto

Expressive Chardonnay with aromas of ripe apple, vanilla and a gentle buttery note.

### **Boxheimerhof Sauvignon Blanc Rheinhessen**

Belebend und aromatisch – Duft nach Stachelbeere, Zitrus und frischen Kräutern.

**// Passt zu:** Meeresfrüchten, Ziegenkäse, asiatischen Gerichten

Vibrant and aromatic – scents of gooseberry, citrus and fresh herbs.

### **Boxheimerhof Grauburgunder Rheinhessen**

Vollmundig und würzig mit Noten von reifer Birne, Mandel und einer dezenten Rauchnote.

**// Passt zu:** Deftigen Vorspeisen, Schweinefleisch, Pilzgerichten

Full-bodied and spicy with notes of ripe pear, almond and a subtle smoky hint.

### **Boxheimerhof Riesling Feinherb Rheinhessen**

Fruchtig-ausgewogener Riesling mit Aromen von Pfirsich, Apfel und einer milden, belebenden Säure.

**// Passt zu:** Leicht gewürzten Speisen, Geflügel, asiatischer Küche

Fruity and balanced Riesling with aromas of peach, apple and a mild, refreshing acidity.

## Specials

### Kuchen Sa und So zwischen 12-16.30Uhr

Stück Kuchen 4,50€

Kaffee/Capuccino+Kuchen 7,20€

Kuchen+Cremant 0,1l blanc/ rose 9,90€

Kuchen+Espresso Martini 12,90€

### Karaoke demnächst!!!

### Muttertagsbrunch 10.05.2026 10-17.00Uhr

### Halloween 31.10 ab 17.00Uhr

### Feiern im Frex:

Für Geburtstage oder Firmenevents  
einfach nachfragen!

## Frex Signatures

# Cocktails

- **Skinny Pinacolada** spicy Rum, Passoa, Amaretto, Limette , Kokos-Ananas-Saft, Passionsfruchtmark, Spicy Ananas 14,50€
- **Dirty Kathy** Rum, Johannesbeer, Gingerbeer 12,50€
- **Nasty Misha** Rum, Litschi, Apfel 12,50€
- **Frex sour** spicyRum , Orange, Granatapfel, Zitrone, Eiweiss 13,50

## Classics

- **Espresso Marinti** Vodka, Kalua, Zuckersirup, Espresso 10€



# Speisekarte

## Starter

Saté Spieße vom Huhn mit Erdnussdip 3Stk. oder 6Stk. 8,90€/ 14,90€

Gurkenschiffchen mit Baba Ganoush & orientalischem Perl- Couscous 13,90€

Tunfisch Tatar mit Guacamole, Meerrettichfrischkäse & Brot 17,90€

Rindercarpaccio mit frittiertem Rucola, Kirschtomaten & Grana Padano 16,50€

Sardinen mit Olivenöl, Zitrone & Brot, in der Dose serviert 9,90€

„Surf & turf“ Jause mit geräuchertem Bauch, Iberico Salami, Butter & Kräutergarnelen 15,90€

## Main

Cesar Salat Romanasalat/Kirschtomaten/Croutons/Grana Padano/Speck oder 2Saté vom Huhn 13,90€/16,90€ /20,90€

Pasta Salsiccia mit scharfer italienischer Bratwurst & Tomaten Sugo 16,90€

Flammkuchen „Elsässer Art“ mit Creme fraiche, Speck & Zwiebeln 13,90€

Asia Bowl mit Glasnudeln, Edamame, Mango, Rote Beete, Avocado, Spinat, & Thai- Mayo  
mit Sashimi von Tuna 21,90€ ohne Sashimi 15,90€

Rinderhüftsteak (230-250g) mit Pommes & Sauce Bèarnaise 31,50€

## Sweets

### Kleine Auswahl:

Käseteller mit Brot 16,50€  
Schinkenteller mit Brot 16,50€  
Gem. Teller mit Oliven & Brot 28,00€

Chocolate – Fudge- Cake mit Marillensorbet 9,50€

Key- lime- pie / San Sebastian Cheesecake je 6,50€

Kugel Eis Haselnuss 2,50€ Marillensorbet 2,50€ Vanille mit Kürbisöl 3,00€

### Sides:

Pommes 4,90€  
Süßkartoffelpommes 6,90€  
Beilagen Salat :4,90€  
Kl.Caesar Salat 8,90€  
Trüffelmayo 4,50€