

Speisekarte



Starter

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

Zucchinicarpaccio mit Trüffelöl, Grana Padano, Kirschtomaten & Brot 12,90€

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

Rindercarpaccio mit frittiertem Rucola, Kirschtomaten & Grana Padano 16,90€

„Little pillows“  gemachte kleine „Wan Tans“ ausgebacken, gefüllt mit Rindfleisch & Asia Dip / 4 Stück 8,90€ / 6 Stück 12,90€

„Surf & turf“ Jause mit geräuchertem Bauch, Iberico Salami, Butter & Kräutergarnelen 16,90€

Main

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

„Iron Cesar“ Spinatsalat, Kirschtomaten, Croutons, Grana Padano /Speck oder 2Saté vom Huhn 15,90€/ 17,90€ / 21,90€

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 Fjord-Lachs im Sesam Mantel 21,90€ ohne Sashimi 15,90€

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

Sweets

Chocolate – Fudge- Cake mit Marillensorbet 9,90€

frozen Angel, frittiertes Engelshaar, Peanutbutter, Macha Eis und Pistaziencreme 12,50€
Key- lime- pie / San Sebastian Cheesecake je 6,50€

Kugel Eis: Macha / Marillensorbet /gesalzene Caramel/ Schwarzer Sesam /
Pistazie / Valrhona – Schokolade je 3,00€

Sides:

Pommes 4,90€

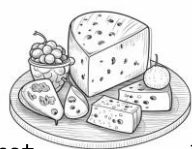
Süßkartoffelpommes 6,90€

Beilagen Spinat-Salat :4,90€

Kl. Iron Caesar Salat 8,90€

Trüffelmayo 4,50€

Krupuk mit Dip 5,90€



Kleine Auswahl:
Käseteller mit Brot 17,50€
Schinkenteller mit Brot 17,50€
Gem. Teller mit Oliven & Brot 29,50€

Frühstück

Slow Juicer detox (Apfel, Spinat, Sellerie, Ingwer) 7,90€ 0,2l
Frischer Orangensaft 5,50€ 0,2l
Mimosa Prosecco & Orangensaft 8,90€ 0,2l

Protein Sandwich
 mit Rührei, Guacamole 13,50€ Vegie
 karamellisierten Zwiebeln & Hühnchen 17,50€

Croque Monsieur frex
 Brot, Grana Padano, Bacon, Spiegelei & Schnittlauch 14,90€

Ayurveda Schnitte
 mit Baba- Ganoush, orientalischen Couscous mit 14,90€
 Kreuzkümmel, Tomate, Gurke & ein Spiegelei

frex Benedict 16,90€
 Brot, Lachs, pochiertes Ei, Avocado, Hollandaise

Croque Caprese
 mit Knoblauchbrot, Burrata, 16,90€
 gebratenen Kirschtomaten, Zwiebeln & Pesto



Kleine Auswahl:
 Käseteller mit erlesenem Käse & Brot 17,50€
 Schinkenteller mit Brot 17,50€
 Gem. Teller mit Oliven & Brot 29,50€

Pancakes  - gemacht
 Milka- Nuss- Creme
 oder Ahornsirup dazu Früchte 12,90€

Vital Bowl 11,00€
 mit Joghurt, Granola, frischen Früchten, Leinsamen
 & Dattelsirup

2 Rühreier / Spiegeleier
 mit Speck 6,00€
 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** 5,50.-



2er Etagere (ab 2 Personen & mehr)
 belegt mit feinem Aufschnitt, graved Lachs,
 edlem Käse, Shrimp- Cocktail, Guacamole,
 verschiedenen Dips, Konfitüre, Butter und Brot
 p. P. 15,90€

Nach der Allergenekarte, fragt ihr bitte unser Servicepersonal!



Menu

Starter

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

Zucchini carpaccio with truffle oil, grana padano, cherry tomatoes and bread 12.90€

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

Beef carpaccio with fried arugula, cherry tomatoes & Grana Padano 16.90€

Little pillows wan tan stuffed with minced meat, vegetable, with sweet chilli dip 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€

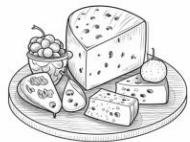
Iron Caesar salad with spinach, cherry tomatoes, croutons, Grana Padano// bacon ///or chicken saté 2pc
14.90€//17,90€///21.90€

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 Salmon with
sesame 21.90€ without sashimi 15.90€ (a bite spicy)

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



Small Selection:

Cheese platter with bread €17.50

Cured meat platter with bread €17.50

Combined platter with olives & bread €29.50

Sweets

Chocolate – toffee– Cake with apricot sorbet 9.90€

frozen Angel – kadayif, peanutbutter, macha ice, pistacio cream 12,50€

Key– lime– pie / San Sebastian Cheesecake each 6.90€

Sides:

Fries 4,90€

Sweet potato fries 6,90€

Small spinach salad 4,90€

Small Iron Caesar salad 8,90€

Truffle mayonnaise 4,50€

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



Breakfast / Brunch

Slow Juicer (apple, celery, spinach, ginger)	7,90€ 0,2l		
Fresh orange juice	5,50€ 0,2l		
Mimosa	8,9€ 0,2l		
		Pancakes and maple sirup or hazelnut creme	12,90€
		Vital Bowl	
Protein sandwich with scrambled eggs, guacamole, caramelized onions & chicken	13,50€ Veggie 17,50€	with yoghurt, granola, fresh fruits & flaxseed	11,00€
		2 scrambled eggs / fried eggs	6,00€
Croque Monsieur frex: Toasted bread, Gruyère, bacon, fried egg & chives	14,90€	with bacon & cherry tomatoes	7,50€
Frex Benedict: Toasted bread with salmon, poached egg, Avocado- Hollandaise	16,90€	Bread basket €4.00, slice of bread €1.50, butter €1.50, honey €2.50, hazelnut cream €2.50, fried egg €3,00 guacamole €5,50, Parma ham €6.50, bacon €3.00, cheese €5.50,	
Croque Caprese Garlic-rubbed toasted bread with creamy burrata, pan-seared cherry tomatoes, onions & basil pesto	16,90€		
		Two-Tiered Platter	
Ayurveda bread		(for 2 people & more)	
with Baba- Ghanoush, oriental couscous with cumin, tomato, cucumber & ein fried egg	13,90€	filled with fine spreads, gravlax salmon, premium cheese, shrimp cocktail, guacamole, various dips, jam & butter, and bread	
		€15.90 per person/from 2 Person	
		According to the allergen card, please ask our service staff!	



Small Selection:
Cheese platter with bread €17.50
Cured meat platter with bread €17.50
Combined platter with olives & bread €29.50



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

Schorlen Maracuja/ Johannes/ Apfel/ Ananas-Kokos/ Holla	4,50€ 0,4l
Cola/ Fanta	3,90€ 0,2l
Spezi	4,80€ 0,5l
Säfte//NektarApfel// Maracuja/ Johannes/ Rhabarber	3,90€ 0,2l
Tafelwasser	6,50€ 1l
Wasser Perlend Aqua Morelli	8,50€ 0,75l
Wasser Still Aqua Morelli	8,50€ 0,75l

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

Ananas Spritz/ Ananaspüree/ Vodka/ roter Pfeffer/Prosecco/ Soda	9,50€
frex Spritz Basilikum/ Ingwer/ Gin/ Prosecco/ Soda/ Limette	10,50€
Campari Spritz/ Aperol Spritz	8,50€
Sarti Spritz/Lillet Wildberry Spritz	8,50€
Hugo/ Limoncello Spritz/Mandarinenspritz	8,50€
Weltraumspezi Averna 6cl & Fanta	9,50€

Spritz-Aperitif-/Weine-Bier

Apero

Negroni Campari/ Gin/ Martini	12,00€
Marellini Prosecco/ mit Pfirsichsorbet	10,50€
Espresso Martini Vodka/ Kahlúa/ Espresso	10,50€
Longdrinks	12,50€

Bubbles

Brut Dargent Sekt Rosé		42,00€ 0,75l
Crémant de Limoux	8,50€ 0,1l	48,00€ 0,75l
Crémant de Limoux Rosé	8,50€ 0,1l	48,00€ 0,75l

Wine

White

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

FÜR FLASCHENWEINE/CHAMPAGNER:

FOR WINE-OR CHAPAGNE-BOTTLE

Rosé		
Studio Miraval Cote de Province	10,00€ 0,2l	38,00€ 0,75l

Red

Domfelder Réserve Boxheimerhof/ Rheinhessen	11,00€ 0,2l	40,00€ 0,75l
Primitivo di Manduria	11,00€ 0,2l	40,00€ 0,75l

Bier

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

Festern im Frex:

Für Geburtstage oder Firmenevents
einfach nachfragen!