

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

Herzlich Willkommen

[pro-tee-ah] | /prəʊ.ti.ə/, die Nationalblume Südafrikas

SÜDAFRIKANISCHES ESSEN bedeutet einen farbenfrohen Mix der Kulturen. Vor allem vermischt sich die Kulinarik mit der indischen. Südafrika liebt deftige Currys und Eintöpfe am Kap, Fisch und Meeresfrüchte in den Küstenregionen, ein gutes Stück Fleisch und süße Desserts. Zusammengehörigkeitsgefühl und Heimeligkeit werden großgeschrieben – also machen Sie es sich gemütlich und „geniet jou ete“: Guten Appetit!

APÉRITIFS

Protea Spezial Portwein, Sekt	0,1 l	8 €
L'Ormarins Brut Classique MCC (Schaumwein)	0,1 l	8 €
<i>Noten: Apfel, Zitrusfrüchte</i>	0,75l	49 €
L'Ormarins Brut Rosé MCC (Schaumwein)	0,1 l	8 €
<i>Noten: Erdbeere, rote Kirsche</i>	0,75l	49 €

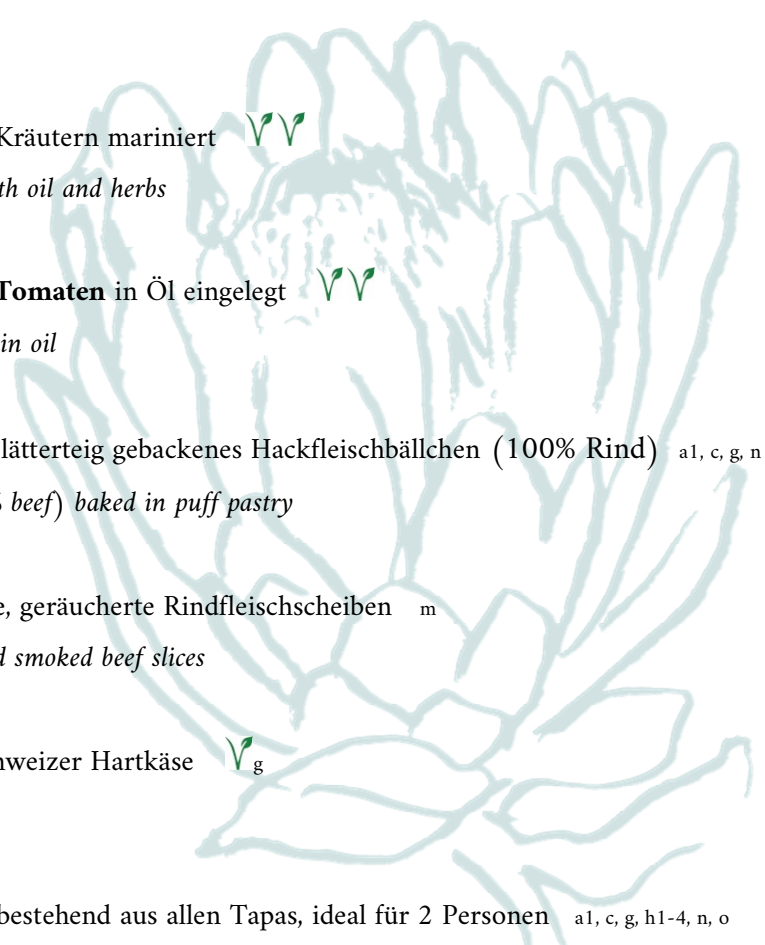
 vegetarisch |   vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

KLEIN DINGETJIES | TAPAS



Südafrikanisches fruchtiges Chutney von „Mrs. H. S. Balls“ 	3,5 €
<i>fruity chutney, imported from south africa</i>	
Masala-Nüsse südafrikanisch gewürzte, geröstete Nussmischung  h1-4	3,5 €
<i>roasted masala nuts</i>	
Oliven in Öl und Kräutern mariniert 	4 €
<i>Olives marinated with oil and herbs</i>	
Halbgetrocknete Tomaten in Öl eingelegt 	4 €
<i>semi-dried tomatoes in oil</i>	
Sausage Roll im Blätterteig gebackenes Hackfleischbällchen (100% Rind)  a1, c, g, n	4 €
<i>minced meat (100% beef) baked in puff pastry</i>	
Pastrami gewürzte, geräucherte Rindfleischscheiben  m	5,5 €
<i>seasoned, pickled and smoked beef slices</i>	
Tete de Moine schweizer Hartkäse 	5,5 €
<i>swiss hard cheese</i>	
Dingetjies-Platte bestehend aus allen Tapas, ideal für 2 Personen  a1, c, g, h1-4, n, o	23 €
<i>platter of all tapas, ideal for 2 people</i>	

Die erste Portion Brot geht aufs Haus, danach berechnen wir 2€ je Nachbestellung.

 vegetarisch |  vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

VORSPEISEN | STARTERS

- Tagessuppe**    (tagessortenabhängige Allergene bitte beim Service erfragen) 7 €
soup of the day (for allergens depending on the variety, please ask our staff)
- Soweto-Salat** traditioneller Rote-Bete-Salat mit Rotkohl   8 €
traditional beetroot salad with red cabbage
- Boereslaai** südafrikanischer Bauernsalat aus Kohlrabi, Apfel, Radieschen und Cranberry mit Sonnenblumenkernen und Sesam   n 9,5 €
traditional salad of cabbage turnip, apple, radish, cranberries with sunflower seeds and sesame
- Burrata mit Feige und pochierter Rooibos-Birne** und Limetten-Gel  g 11,5 €
burrata with fig and poached rooibos pear and lime jelly
- Cape Malay Pickled Fish** fruchtig eingelegt, mit Blatjang und Belugalinsen a1, d, m 12 €
cape malay style pickled fish with homemade blatjang and beluga lentils
- Garnelensalat** mit Kapstachelbeere, Avocado und Sesam b, n 12,5 €
shrimp salad with cape gooseberries, avocado and sesame



Blatjang ist ein klassisch Südafrikanisches Chutney, das meistens – und auch bei uns
in eigener Produktion – aus getrockneten Früchten, wie z.B. Aprikosen,
hergestellt wird.



 vegetarisch |   vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

HAUPTGÄNGE | MAIN COURSES

Fleisch & Fisch

Pochierter Fang des Tages mit Chakalaka-Gemüse und Zitronenöl  25 €
poached linefish with chakalaka vegetables and citrus oil

Entrecôte (220g) aus Namibia, mit Brokkoli und Polentacreme  32 €
entrecote steak (220g) with broccoli and corn mash

Pasta

Ravioli mit Basilikumfüllung, mit Rosenkohl, Austernpilzen und Maronen    19 €
plantbased basil ravioli with brussels sprouts, oyster mushrooms and chestnuts



 vegetarisch |   vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

HAUPTGÄNGE | MAIN COURSES

Südafrikanische Klassiker

- Kap-malaiisches gelbes Linsen-Kokos-Curry** mit Kräuteröl  18 €
Serviert mit Geelrijs (Reis) und Papadam (frittierter Linsenbohnen-Chip)
yellow lentil and coconut curry, with rice and poppadum
- Lime Butter Chicken** Curry aus mit Joghurt und Limette mariniertem Hühnchen  19 €
Serviert mit Geelrijs (Reis) und Papadam (frittierter Linsenbohnen-Chip)
curry from chicken marinated in yoghurt and limes, with rice and poppadum
- Bobotie** Hackfleischauflauf (100% Rind), serviert mit Geelrijs (Reis) und Blatjang  20 €
slightly fruity minced meat casserole (100% beef), with rice and blatjang
- Durban Curry** würziges Curry aus der Lammkeule 21 €
Serviert mit Geelrijs (Reis) und Papadam (frittierter Linsenbohnen-Chip)
spicy curry made of lamb, with rice and poppadum
- Ochsenbäckchen-Bredie** geschmorter Eintopf mit Champignons und Waldbeeren  25 €
Serviert mit Polentacreme
Traditional ox cheek stew with mushrooms and wild berries, served with corn mash



Kombinieren Sie Ihren Klassiker mit...

- Gurkensalat** *cucumber salad*  1 €
- Würziger Joghurtdip** *spiced yoghurt dip*  1 €
- Chutney** *chutney*  1 €



 vegetarisch |  vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea

restaurant

• südafrikanisches soul food •

DESSERTS

Melkert Milchpudding mit Zimt, serviert mit südafrikanischem Obstsalat  a5, c, g 9 €
traditional milk pudding with cinnamon and fruits

Früchte-Kompott mit Mandeljoghurt-Brûlée-Decke  f, o, h1 9 €
fruit compote topped with almond yoghurt brûlée

Duett von der Tonkabohne aus Mousse und Eiscreme  c, g, h2 9 €
tonka bean duet of mousse and ice cream

Malva-Pudding in Sirup getränkter Kuchen mit Vanillesoße und Vanilleeis  a1, c, g, h2 9 €
syrup cake with custard and vanilla ice cream

HEIßGETRÄNKE

Espresso 3 €
Espresso Doppio 3,5 €
Cappuccino klein/groß 3,5 / 4 €
Flat White 4 €
Kaffee Latte 4 €
Latte Macchiato 4,5 €
Kaffee Crema 3 €
Americano 3 €
Tee schwarz, grün, Rooibos, Früchtetee, Pfefferminz 4 €

 vegetarisch |  vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

GETRÄNKE | DRINKS

Unsere hausgemachten Durstlöscher

Zitronen-Minz-Limonade	0,4 l	5 €
<i>lemon mint lemonade</i>		
Pfirsich-Maracuja-Limonade	0,4 l	5 €
<i>peach passion fruit lemonade</i>		
Mango-Johannisbeer-Limonade	0,4 l	5 €
<i>mango cassis lemonade</i>		
Rooibos-Apfel-Eistee	0,4 l	5,5 €
<i>rooibos and apple iced tea</i>		

Alkoholfrei

Acqua Morelli Wasser Flasche sprudel/Still	0,75 l	7,5 €
<i>bottle of Acqua Morelli water with / without gas</i>		
Acqua Morelli Wasser sprudel/still	0,2 l	3,5 €
<i>Acqua Morelli water with / without gas</i>		
Coca Cola / Cola Zero	0,2 l	3,5 €
<i>coke / diet coke</i>		
Ginger Beer	0,2 l	3,5 €
<i>ginger beer</i>		
Thomas Henry Bitter Lemon	0,2 l	3,5 €
<i>thomas henry bitter lemon</i>		
Franziskaner Weißbier (alkoholfrei)	0,5 l	4,5 €
<i>wheat beer, alcohol free</i>		
Apfel- / Orangensaft oder -Schorle	0,3 l	4 €
<i>Apple or orange juice or spritzer</i>		
Thomas Henry Tonic Water	0,2 l	3,5 €

 vegetarisch |   vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

GETRÄNKE | DRINKS

Alkoholisch

Windhoek Lager Bier aus Namibia	4%	0,33 l	4,8 €
<i>namibian lager beer</i>			
BRLO Apfelsider	4,5%	0,33 l	5,5 €
<i>brlo apple cider</i>			
Franziskaner Weißbier	5%	0,5 l	4,5 €
<i>wheat beer</i>			

Dessertweine, Gin & Digestifs

Holden Manz Good Sport Portwein	17,5%	4 cl	5 €
<i>Shiraz Trockenfrüchte, Eiche, Vanille</i>			
Allesverloren Vintage Portwein	19,5%	4 cl	5 €
<i>Tinta Barocca, Souzao, Pontac Holz, Beeren, Nuss</i>			
Bon Courage Noble Late Harvest gekühlter Likörwein		4 cl	6 €
<i>Welschriesling Honig, Pfirsich, Aprikose</i>	10,5%		
Wilderer Rose Water Gin floral	43%	4 cl	7 €
Amarula Cremelikör mit Eis	17%	4 cl	5,5 €
Johnnie Walker Scotch Whisky	40%	4 cl	6 €
Mirabellenwasser	40%	4 cl	5,5 €
Haselnussschnaps	30%	4 cl	7 €

🌱 vegetarisch | 🌱🌱 vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

WEIßWEIN



Barista Chardonnay	0,15l	5,8 €
<i>Sanfte Aromatik von Citrus, Pfirsich und Vanille, wenig Holz</i>	0,75l	26 €
Buitenverwachting Sauvignon Blanc	0,15l	7 €
<i>Stachelbeere, Gras und grüne Paprika – sehr klassisch mit saftiger Frische</i>	0,75l	34 €
Lievland Chenin Blanc	0,15l	7,5 €
<i>Weich und rund, mit schöner Frucht und Frische</i>	0,75l	36 €
Empfohlen zu: Lime Butter Chicken		
Springfontein Ulumbaza Sauvignon Blanc, Chardonnay, Pinotage	0,15l	8,5 €
<i>Saftig frisch mit Zitronen- und Melonenaromen, leicht mineralisch</i>	0,75l	39 €
Delheim Staying Alive südafrikanischer Riesling	0,15l	8,5 €
<i>Aromen von grünem Apfel und Limette, leicht ledrig im Abgang</i>	0,75l	39 €
Cape of Good Hope Altima Sauvignon Blanc	0,15l	8,5 €
<i>Kräftig und lebendig mit aromatischer Frucht und Citrusnoten, wenig Säure</i>	0,75l	39 €
Empfohlen zu: Fang des Tages		
Fynbos Suid Chenin Blanc	0,15l	9,8 €
<i>Frische Citrusfrucht und weißes Steinobst, lebendig aber samtig</i>	0,75l	48 €

ROSÉ

Fynbos Suid Pinotage, Chenin Blanc	0,15l	8,5 €
<i>Kräftiger und seriöser Rosé, mit fruchtig-frischer Säure</i>	0,75l	39 €
Empfohlen zu: Ravioli		
La Motte Vin de Joie Grenache, Mourvèdre, Cinsault, Shiraz	0,15l	6 €
<i>Bouquet von Pfirsich, Nektarine und Erdbeere, knackige Frische</i>	0,75l	28 €

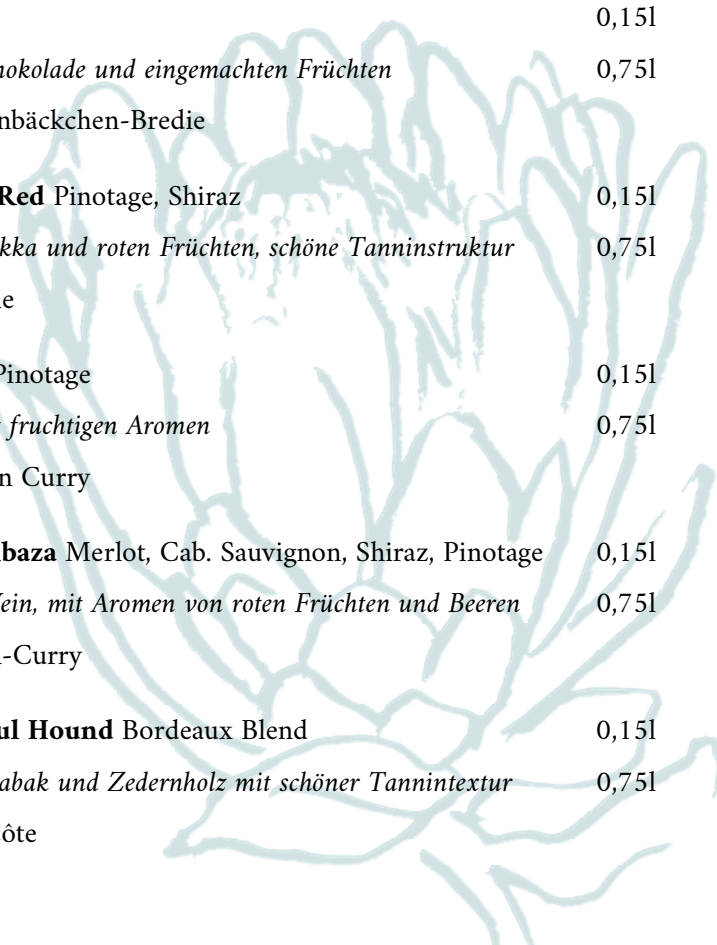
 vegetarisch |  vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

ROTWEIN



Neil Ellis Short Left Cabernet Sauvignon, Grenache, Cinsault	0,15l	5,5 €
<i>Kräftiger Wein mit Noten von Schokolade und Beeren, leicht erdig</i>	0,75l	25 €
Barista Pinotage	0,15l	7 €
<i>Aromen von Kaffee, Schokolade und eingemachten Früchten</i>	0,75l	34 €
Empfohlen zu: Ochsenbäckchen-Bredie		
Laborie Impossible Red Pinotage, Shiraz	0,15l	7 €
<i>Kräftige Noten von Mokka und roten Früchten, schöne Tanninstruktur</i>	0,75l	34 €
Empfohlen zu: Bobotie		
Kanonkop Kadette Pinotage	0,15l	8,5 €
<i>Vollmundig kräftig, mit fruchtigen Aromen</i>	0,75l	39 €
Empfohlen zu: Durban Curry		
Springfontein Ulumbaza Merlot, Cab. Sauvignon, Shiraz, Pinotage	0,15l	8,5 €
<i>Weicher und leichter Wein, mit Aromen von roten Früchten und Beeren</i>	0,75l	39 €
Empfohlen zu: Linsen-Curry		
Mulderbosch Faithful Hound Bordeaux Blend	0,15l	8,5 €
<i>Kräftige Aromen von Tabak und Zedernholz mit schöner Tannintextur</i>	0,75l	39 €
Empfohlen zu: Entrecôte		

Wussten Sie schon...?

Alle unsere Weine kommen aus Südafrika und können auch für Zuhause mitgenommen werden. In der Vinothek nebenan bieten wir noch viele weitere südafrikanische Weine an – Rotweine von dort können auch jederzeit im Restaurant verköstigt werden, dann allerdings nur flaschenweise.

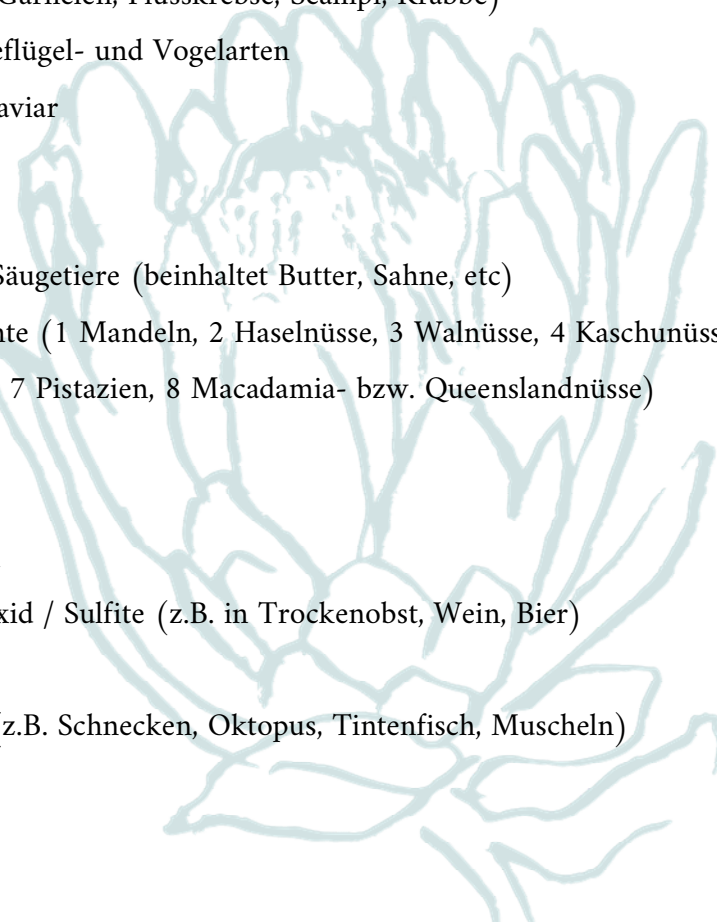
 vegetarisch |  vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00

theProtea restaurant

• südafrikanisches soul food •

ALLERGENE

- 
- Glutenthaltiges Getreide (1 Weizen, 2 Roggen, 3 Gerste, 4 Hafer, 5 Dinkel) **A**
 - Krebstiere (Garnelen, Flusskrebse, Scampi, Krabbe) **B**
 - Eier aller Geflügel- und Vogelarten **C**
 - Fisch und Kaviar **D**
 - Erdnüsse **E**
 - Sojabohnen **F**
 - Milch aller Säugetiere (beinhaltet Butter, Sahne, etc) **G**
 - Schalenfrüchte (1 Mandeln, 2 Haselnüsse, 3 Walnüsse, 4 Kaschunüsse, 5 Pecannüsse, 6 Paranüsse, 7 Pistazien, 8 Macadamia- bzw. Queenslandnüsse) **H**
 - Sellerie **L**
 - Senf **M**
 - Sesamsamen **N**
 - Schwefeldioxid / Sulfite (z.B. in Trockenobst, Wein, Bier) **O**
 - Lupine **P**
 - Weichtiere (z.B. Schnecken, Oktopus, Tintenfisch, Muscheln) **R**

Bitte beachten Sie, dass wir Spureninhalte nicht immer angeben können, wenn wir mit Produkten arbeiten, die diese ebenfalls nicht angeben. Kreuzkontaminationen können wir aufgrund unserer kleinen Küche trotz hoher Hygienestandards leider nicht zwingend ausschließen. Bitte informieren Sie uns bei schwerwiegenden Unverträglichkeiten (z.B. Zöliakie).

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer

 vegetarisch |  vegan

Di-Sa 17:00-22:30 (Mo+So Ruhetag) | Küchenschluss 21:30 | Mittagstisch Fr 12:00-14:00