

INHALT

| | |
|----------------------------|---|
| DIE INSEL IM NORDEN | 6 |
| SYLT KULINARISCH ENTDECKEN | 8 |

REZEPTE 13

| | |
|--|----|
| Selleriesuppe mit Gremolata und Pumpnickel-Croûtons | 14 |
| Wellenreiter-Stulle Steak und Lachs | 16 |
| Geröstete Blumenkohl-Knoblauch-Suppe | 18 |
| Nordische Poke-Bowl mit Matjes und Pulled Beef | 20 |
| Gegrillte Salzheringe mit Sylter Grillkartoffeln | 22 |
| Gegrillte Miesmuscheln mit Salami und Estragon-Butter | 24 |
| Lammrücken mit Wildgarnelen an Ofenkartoffeln | 28 |
| Blätterteigküchlein mit Maronen und Ziegenkäse auf Pilzrahm | 30 |
| Scholle mit Schmorgurken | 32 |
| Rinderfilet mit Bacon-Rosmarin-Butter und Pilzrahm auf krossen Kartoffeln | 34 |
| Gegrillter Hummer mit Zitrone und Koriander | 36 |
| Spinat-Crêpes mit Bohnenpüree, Pilzen, Zwiebeln und Kresse | 38 |
| Wolfsbarsch mit gegrilltem Steckrübensalat | 40 |
| Sylter Linsensuppe mit Schwein und Kaisergranat | 42 |

| | |
|---|----|
| Platte, geröstete Kartoffeln mit Apfel, Kresse und Avocado | 44 |
| Gefüllte Ente mit Maronen und Rotkohl | 46 |
| Knusprig gebratener Zander auf zweierlei Pastinakenpüree | 48 |
| Wirsingintopf mit Räuchertofu | 50 |
| Rosa Kalbsleber mit Bratapfel-Zwiebel- Gemüse | 52 |
| BBQ-Austern mit gebeiztem Lamm | 54 |
| Buntes Röstgemüse mit cremiger Polenta | 56 |
| Bunter Blumenkohl mit Joghurtsauce und Crunch-Topping | 58 |
| Schweinefilet in der Senfkruste | 60 |
| Rotbarsch-Kebab | 62 |
| Surf-and-Turf-Tatar | 64 |
| Warme Beeren mit Kokosblütenzucker und Granola | 68 |
| Gebrannter Flan von der Tonkabohne | 70 |
| Rote-Bete-Schokoladenkuchen | 72 |
| Apfelkuchen mit Vanille und Dattelkaramell | 74 |
| Pancakes mit gerösteten Beeren und Mascarponecreme | 76 |