

# nur mut

Herzlich willkommen im Begegnungscafé *nur mut*.  
Schön, dass du da bist!

Dieser Ort wurde für dich geschaffen. Es ist ein Ort der Begegnung. Der Nächstenliebe und der Hoffnung. Gutes Essen tut gut. Noch besser tut Mitmenschlichkeit. Niemand muss alleine sein. Das Leben bringt Tiefen und Höhen, Freude und Trauer, Schmerz und Fröhlichkeit. Hier bist du willkommen, du und jede deiner Emotionen.

Habe nur Mut, Teil dieses Begegnungsortes zu sein. Trete mit Menschen in Kontakt, bring deine Ideen ein und fördere durch dein Verhalten Gemeinschaft und Menschlichkeit. Oder sei auch einfach nur da und genieße.

Die Menschen im Ahrtal haben in den letzten drei Jahren Unglaubliches durchlebt. Sie kämpfen Tag für Tag. Auf diesem Weg wollen wir begleiten und uns gegenseitig unterstützen. Wir lachen und weinen zusammen.

Wir sind füreinander da.

## frühstückskarte von 09:00 – 12:00 uhr

***nur mut* ist ein Begegnungsort und kein herkömmliches Lokal.  
Daher ist der Verzehr selbst mitgebrachter Speisen und nicht-  
alkoholischer Getränke gestattet.**

bircher müsli mit apfel und <i>haselnuss</i>	5,3
süßes apfelporridge	4,5
french toast mit honig	
drei scheiben	4
sechs scheiben	5,5
räucherforelle	5
obstsalat	4
nach wunsch mit <i>joghurt</i>	

## das kleine süße

2,5

ein selbstgemachtes süßes *brötchen* | *butter* oder *frischkäse* | *nutella* oder konfitüre oder honig

## das kleine herzhafte

3

eine scheibe selbstgemachtes *vollkornbrot* oder *focaccia* | *käse* oder schinken | *butter* oder *frischkäse*

## großes süßes frühstück

11

selbstgemachtes *vollkornbrot* und süßes *brötchen* | *butter* oder *frischkäse* | *nutella* | konfitüre | honig | *bircher müsli* oder obstsalat mit *joghurt* | frisch gepresster orangensaft 0,1l

## großes herzhaftes frühstück

14

selbstgemachtes *vollkornbrot* und *focaccia* | *butter* oder *frischkäse* | schinken und *käse* | gekochtes ei | tomaten & *mozzarella* | gurken | frisch gepresster orangensaft 0,1l

## deluxe frühstück

21

selbstgemachtes *vollkornbrot* | *focaccia* | süßes *brötchen* | forelle | *käse* | *butter* oder *frischkäse* | *nutella* | konfitüre | honig | tomaten & *mozzarella* | gurken | gekochtes ei | bircher müsli oder obstsalat mit joghurt oder *french toast* | frisch gepresster orangensaft 0,1l

<i>vollkornbrot</i>	1
<i>foccacia</i>	1
<i>süßes brötchen</i>	1,5
<i>butter</i>	0,5
<i>frischkäse</i>	0,5
eine portion <i>käse</i>	3
eine portion <i>schinken</i>	3
tomaten	1
<i>mozzarella</i>	3
gurken	1
gekochtes ei	1
spiegelei	2
rührei	3,5
<i>nutella</i>	0,5
konfitüre	0,5
honig	0,5
<i>joghurt</i>	1,8
frisch gepresster orangensaft 0,3l	4

\*Alle Allergene und Zusatzstoffe sind **fett** und *kursiv* gedruckt. Bei sonstigen Unklarheiten fragen Sie bitte nach der Zusatzkarte. Alle Preise in Euro und inkl. MwSt.