

frühlingszeiten



03/2024

Jahreszeiten-Gastronomie
Behringstraße 4
54296 Trier

Tel. 0651 - 99 88 88-1





info@jahreszeiten-trier.de
www.jahreszeiten-trier.de




jahreszeiten
essen · trinken · entspannen

vorspeisen & suppen






vorspeisen

-  **Grüne Oliven** mariniert mit Chilis, Knoblauch, Thymian, Rosmarin, ... 6,00 €
-  **Karamellierter Ziegenkäse** aus der Eifel auf Rucola-Pesto, mit Granatapfel & Walnuss, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 9,50 €
-  **Kichererbsen-Bällchen-Mix**
 - Natur
 - mit gegrillter Paprika & getrocknete Tomaten
 - mit Edamame & Kräuter
 - mit Rote Beete & Ingwer**ein Aroma nach Wahl** 7,80 €
-  **Hausgemachte Quiche** mit Blattspinat & Kirschtomate 9,50 €


krosse zeiten

- Krosses Fladenbrot** aus dem Ofen mit Gouda & Hinterschinken gefüllt, dazu Chilisauce 9,50 €
-  **Krosses Fladenbrot** aus dem Ofen mit Tomate, Mozzarella & Basilikum-Pesto gefüllt 9,50 €


lecker & klein

-  **Portion Pommes frites** - die extra Dicken
 -  mit Ketchup oder Majo 5,50 €
-  **Portion kleine Kartoffeln „Laura“** aus dem Ofen,
 -  mit Gartenkräutern, dazu Aioli₁ 7,50 €
-  **Frischer Maiskolben** mit Olivenöl & grobem Meersalz 6,00 €


frühlingszeiten

-  **Kleiner Frühlingsalat mit Ananas & Granatapfel**, Blattsalate mit Kirsch-Tomate, Gurke, Radieschen, Blattpetersilie & Co., Vollkorn-Croûtons, geröstete Kerne & unser Dressing, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 8,90 €

frühlingsommerherbstwintersuppe





-  **Mulligatawny** – pikante Currysuppe aus Gemüsebrühe, Mango, Ananas, Gemüse, Ingwer, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 8,00 €

unsere frühlingsuppe





-  **Karotten-Ingwer-Suppe** mit Sellerie, Orangensaft, Olivenöl, Honig, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 8,00 €

salate & unser tofu





frühlingsalat mit ananas & granatapfel

- Blattsalate mit Gurke, Kirsch-Tomate, Radieschen & Co.**, Blattpetersilie, Garten-Kresse, Vollkorn-Croûtons, geröstete Kerne & unser Dressing, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl
-  Natur – als Salat 14,90 €
-  mit karamellisiertem Ziegenkäse auf Rucola-Pesto 21,90 €
-  mit gebratenem Tofu - zuvor mariniert, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
-  mit Kichererbsen-Bällchen-Mix, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit Filet vom frischen Lachs, **ein Aroma nach Wahl** 21,90 €
 - mit magerer Putenbrust, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit Hackfleischbällchen vom Lamm, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit Merguez - würzig scharfe Wurst,_{1,2,3,4} **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit kleinem Steak vom Roastbeef, **ein Aroma nach Wahl** 21,90 €


salat von frischen gemüsen - **neu** lauwarm

- Zucchini, Möhre, Champignons, Paprika, Sellerie & Lauch lauwarm, sowie Avocado, Kirsch-Tomate, Blattpetersilie & unser Dressing, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl
-  Natur – als Salat 15,90 €
-  mit karamellisiertem Ziegenkäse auf Rucola-Pesto 22,90 €
-  mit gebratenem Tofu - zuvor mariniert, **ein Aroma nach Wahl** 20,50 €
-  mit Kichererbsen-Bällchen-Mix, **ein Aroma nach Wahl** 20,50 €
 - mit Filet vom frischen Lachs, **ein Aroma nach Wahl** 22,90 €
 - mit magerer Putenbrust, **ein Aroma nach Wahl** 20,50 €
 - mit Hackfleischbällchen vom Lamm, **ein Aroma nach Wahl** 20,50 €
 - mit Merguez - würzig scharfe Wurst,_{1,2,3,4} **ein Aroma nach Wahl** 20,50 €
 - mit kleinem Steak vom Roastbeef, **ein Aroma nach Wahl** 22,90 €


quinoa-basmati-salat

- angemacht mit veganer Wasabi-Majo., dazu Edamame, Avocado, Sprossen, Tomate, Gurke, Radieschen, Garten-Kresse, Granatapfel, Petersilie, Erdnüssen, ... dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl_{1,3}
-  Natur – als Salat 14,90 €
-  mit karamellisiertem Ziegenkäse auf Rucola-Pesto 21,90 €
-  mit gebratenem Tofu - zuvor mariniert, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
-  mit Kichererbsen-Bällchen-Mix, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit Filet vom frischen Lachs, **ein Aroma nach Wahl** 21,90 €
 - mit magerer Putenbrust, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit Hackfleischbällchen vom Lamm, **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit Merguez - würzig scharfe Wurst,_{1,2,3,4} **ein Aroma nach Wahl** 19,50 €
 - mit kleinem Steak vom Roastbeef, **ein Aroma nach Wahl** 21,90 €

unser tofu


-  **Gebratener Tofu** - zuvor mariniert mit frischen Kräutern, Zitronengras, Sojasauce, ... **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 15,90 €

frühlingsommerherbstwinternudeln

-  **Frische Bandnudeln mit hausgemachtem Basilikum-Pesto**, Strauch-Tomaten, Lauch & wahlweise mit gehobeltem Parmesan an Rucola, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl ₂ 16,60 €

nudelklassiker

- Bandnudeln mit Sauce Bolognese**, Kräutern & gehobeltem Parmesan an Rucola, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl ₂ 16,60 €

-  **Bandnudeln mit "Grünkern-Bolognese"**, frischer Thymian, Rosmarin, Gemüse, Tomaten, Knoblauch & wahlweise mit gehobeltem Parmesan, an Rucola, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl ₂ 16,60 €

feuer & flamme

Wir grillen unsere Köstlichkeiten schonend und mit Liebe. Um mit saftigen, auf den Punkt gegarten Leckereien zu verwöhnen, ist oftmals ein anschließendes Garen oder Ruhen im Ofen von Vorteil.

wasser

Unsere Fische stammen aus geprüften Zuchten oder zählen zu den nicht gefährdeten Arten. Sie werden naturbelassen nur mit Zitrone oder Limette, frischen Kräutern, Meersalz und Pfeffer gewürzt.

- Frische Forelle** vom Forellengut Rosengarten / Trassem, im Ganzen gegrillt, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 21,50 €

- Filet vom frischen Lachs** aus norwegischer Zucht (ASC-Siegel), auf der Haut gegrillt, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 24,90 €

erde

Unser Fleisch stammt möglichst aus artgerechter Haltung und von regionalen Züchtern. Gegrillt wird es pur – nur mit Meersalz, Pfeffer und frischen Kräutern gewürzt.

- Frische Putenbrust** mit Meersalz & buntem Pfeffer, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 17,00 €

- Steak vom Eifelschwein** mit Kruste von Kürbis- und Sonnenblumen-Kernen, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 17,00 €

- Hackfleischbällchen** vom Lamm mit frischen Kräutern, am Spieß, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 17,50 €

- Argentinisches Beef** - Black Angus, Roastbeef von freilaufenden Rindern, reif - marmoriert - zart, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl 24,90 €







frühlingszeiten

- Merguez** - würzig scharfe Wurst vom Lamm & Rind, mit Kreuzkümmel, Paprika, Knoblauch, Harissa, **ein Aroma nach Wahl**, dazu jahreszeiten-Brot & Olivenöl _{1,2,3,4} 16,50 €

neu



wählen sie zu fisch oder fleisch

(Ausschließlich zu Hauptgängen)


-  **Kleine Kartoffeln „Laura“** aus dem Ofen, mit frischen Gartenkräutern 3,50 €
-  **Pommes frites** - die extra Dicken 3,50 €
-  **Bandnudeln** mit Olivenöl & Schnittlauch 3,50 €
-  **Frisches Gemüse** aus der Pfanne 4,50 €
-  **Frischer Maiskolben** mit Olivenöl & grobem Meersalz 4,50 €
-  **Kleiner Salat**, Blattsalate mit Tomate, Gurke & Co. 4,00 €


wählen sie ihr aroma

frühlingszeiten

-  **American-Style-Barbecue-Sauce** ₅ inkl.
-  **Tomaten-Dattel-Chutney** inkl.

-  **Butter „Café de Paris“** mit Senf, Kapern, Cognac, ... inkl.

-  **Kräuter-Öl** mit Rosmarin, Thymian, Ingwer, ... inkl.

-  **Aioli**, dezente Knoblauchmajo ₁ inkl.

-  **Vegane Wasabi-Majo** _{1,3} inkl.

-  **Wasabi & Sojasauce** _{1,2,3} inkl.

-  **Chilisauce** süß – scharf inkl.

-  **Tapenade** - Olivenpaste, mit Knoblauch, Kräutern, ... inkl.

-  **Dijon-Senf** grob & fein ₂ inkl.

-  **Sauce Béarnaise** mit frischem Estragon inkl.

-  **Würzige Sauce von Erdnüssen** mit Sojasauce & Chilis inkl.

- Kräftige Bratenjus** mit Portwein & Lorbeer inkl.



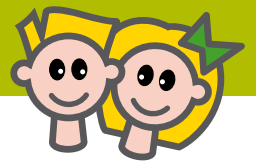
= vegetarisch



= vegan

Zusatzstoffe:

1. mit Farbstoff 2. konserviert 3. mit Antioxydationsmittel 4. mit Nitritpökelsalz 5. mit Rauch



süssezeiten

- 🌿 **Crumble vom frischen Rhabarber** mit Rohrzucker, dazu Bourbon-Vanilleeis
 - müssen Sie echt probieren - 9,90 €
- 🌿 **Veganer Crumble vom fischen Rhabarber** mit Rohrzucker, dazu Apfel-Sorbet (ohne Butter)
 - müssen Sie echt probieren - 9,90 €
- 🌿 **Panna cotta** mit echter Bourbon-Vanille, wahlweise mit Himbeer-, Blaubeer- oder Mango-Püree 8,90 €

lehrlingszeiten

Zu jeder Jahreszeit präsentiert ein Auszubildender unseren Gästen sein Gericht. Im Frühling verwöhnt unser Auszubildender im 3. Lehrjahr, Achmed Sie mit einem

Mascarpone-Crème

mit Rhabarber-Erdbeer-Kompott, dazu Granola-Crunch (Haferflocken) 9,90 €

eiszeiten

- 🌿 Bourbon-Vanilleeis, Erdbeer-Eis, Schokoladen-Eis oder Joghurt-Waldbeere-Eis
 die Kugel 2,50 €
- 🌿 Schlagsahne 1,00 €
- 🌿 Schokoladensauce 1,00 €
- 🌿 Himbeer-Püree 1,50 €
- 🌿 Blaubeer-Püree 1,50 €
- 🌿 Mango-Püree 1,50 €
 zweite große Kugel Eis + 2,50 €

unsere kuchen von tante moni

- 🌿 **Apfelkuchen** 4,20 €
- 🌿 **Russischer Zupfkuchen** 4,20 €
- 🌿 **gebackener Käse-Kuchen** 4,20 €
- 🌿 **Schoko-Kirsch-Kuchen** 4,20 €

Zusatzstoffe:

1. mit Farbstoff 2. konserviert 3. mit Antioxydationsmittel 4. mit Nitritpökelsalz 5. mit Rauch

Clean Food: pur – rein – natürlich

bei uns mit sehr wenigen, unvermeidbaren Ausnahmen – purer Genuss, abseits von künstlichen Zusatzstoffen, Geschmacksverstärkern & Co.

Wir verarbeiten und grillen frische Lebensmittel, die Zubereitung kann etwas Zeit in Anspruch nehmen. Wir bitten um Ihr Verständnis, falls es etwas länger dauert.

Allergene: Auf Nachfrage informieren wir Sie gerne über verwendete Allergene in unseren Speisen. Eine schriftliche Dokumentation kann jederzeit eingesehen werden.

getränke – siehe Getränkekarte

Viele Getränke gibt's für euch
auch im kleinen Glas 0,1l 1,20 €

frühlingslimo für kinder

Traubensaft, Apfelsaft
 mit frischer Orange & Sprite 4 3,50 €

extra lecker – bis einschl. 12 Jahre

- 🌿 **kleiner Kindersalat** – Blattsalate mit Tomate, Gurke, Vollkorn-Croûtons, ... – unser Dressing schmeckt den meisten Kindern echt gut - 4,50 €
- 🌿 **frisches Gemüse** aus der Pfanne, z.B. Zucchini, Möhre, Champignons, ... 4,50 €
- 🌿 **Portion Pommes** – die extra Dicken
🌿 rot oder/und weiß 5,50 €
- 🌿 **frischer Maiskolben** mit Olivenöl & grobem Meersalz 6,00 €
- 🌿 **Bandnudeln** mit Olivenöl 7,00 €
- Bandnudeln** mit Sauce Bolognese & Käse 9,50 €
- 🌿 **Bandnudeln** mit „Grünkern-Bolognese“ & wahlweise mit Käse 9,50 €
- Nuggets von der Putenbrust** am Apfelspieß mit Pommes frites & Ketchup 10,90 €

Ihr könnt gerne Pommes mit Nudeln tauschen.

süssezeiten

- 🌿 **eine große Kugel Eis** mit vielen bunten Smarties ₁ 3,60 €
- 🌿 **eine große Kugel Eis** mit Haribo-Goldbären ₁ 3,60 €
- zweite große Kugel Eis**
🌿 Bourbon-Vanilleeis, Erdbeer-Eis, Schokoladen-Eis oder Joghurt-Waldbeere-Eis + 2,50 €