

Der Begriff #heimat ist für viele Menschen mit tiefen Gefühlen verbunden – er steht für Geborgenheit, Erinnerungen, Familie und Zugehörigkeit. #heimat ist jedoch nicht nur ein geografischer Ort, sondern auch ein Gefühl, das besonders durch sinnliche Erfahrungen geweckt wird. Eine der stärksten Verbindungen zur #heimat entsteht über den Geschmack: regionale Speisen und kulinarische Traditionen prägen unser #heimat Gefühl oft stärker als wir denken.

Schon in der Kindheit entwickeln wir eine enge Bindung zu bestimmten Gerichten. Die Düfte aus der Küche der Großeltern, das sonntägliche Familienessen oder das Lieblingsgericht an einem besonderen Tag – all diese Erfahrungen verknüpfen wir mit unserer Herkunft. Der Geschmack von Kartoffelsalat wie bei Mama oder von frisch gebackenem Apfelkuchen kann selbst nach vielen Jahren starke Emotionen auslösen.

In der Ferne lebende Menschen berichten oft davon, dass sie ihre #heimat am meisten vermissen, wenn sie ihre traditionellen Speisen nicht mehr finden.

Regionale Gerichte sind mehr als nur Nahrung – sie sind kulturelle Ausdrucksformen. Sie spiegeln die Landschaft, das Klima und die Geschichte einer Region wider. In Süddeutschland sind es Weißwurst, Spätzle oder Maultaschen, die fest zur Identität gehören. In Norddeutschland hingegen spielen Fischgerichte wie Matjes oder Labskaus eine wichtige Rolle. Diese Unterschiede zeigen, wie eng Essen mit regionaler Identität verknüpft ist.

Darüber hinaus stiftet gemeinsames Essen soziale Nähe. Regionale Spezialitäten werden oft bei Festen, Feiern oder im Familienkreis zubereitet und geteilt. Das Kochen nach traditionellen Rezepten ist nicht nur ein Akt der Ernährung, sondern auch der Weitergabe von Kultur und familiären Werten. Wenn eine Großmutter ihre Geheimrezepte an die Enkelkinder weitergibt, lebt nicht nur die kulinarische Tradition fort, sondern auch ein Stück Heimatgefühl.

In einer globalisierten Welt, in der viele Menschen ihre #heimat verlassen oder zwischen verschiedenen Kulturen pendeln, bleibt das heimische Essen oft ein fester Anker. Es erinnert an die eigene Herkunft und schenkt ein Gefühl von Stabilität. Sogar in fremden Ländern kann ein bekanntes Gericht plötzlich Heimatgefühle wecken – ein kleiner, aber bedeutsamer Trost.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass regionale Speisen weit mehr sind als nur kulinarischer Genuss. Sie sind Träger von Erinnerungen, Symbol für Zugehörigkeit und





#heimat Favoriten

**Vom Big Green EGG**

**Flanksteak vom Australischen Weiderind** (a,c,j,l,2) **34,90**

Kräuterbutter | Pfifferlingen | Pommes

**###**

 **GEBACKENE SÜSSKARTOFFEL**

Guacamole | Kokos | Mango

**###**

 **TONKA BOHNEN CRÈME BRULÉE**

Himbeer-Sorbet

**3 Gänge 49 (mit Suppe oder Vorspeise)**

**4 Gänge 59**

 **VORSPEISEN & ZWISCHENGERICHTE**

 **Badischer Rahmkäse** (a,i,j)  **13,90**

 Tomate | Basilikum | Pesto

 **Rote Bete Carpaccio 14**

 Ziegenfrischkäse | Rucola | Walnüsse

 **Roastbeef vom irischen Weiderind** (a,c,j,l,2) **15,90**

Wildkräuter | Meerrettich | Eigelb

**UNSERE SUPPEN**

 **Pfifferlings-Cremesuppe** (a,i,g,2) **9**

Apfel | Croutons

 **auf Wunsch mit gebacknen Hähnchen** (b) **+4,5**



**UNSERE KNACKIGEN SALATE**

**Marktfrische Salate** (1,a,i,j,l)

#heimat-Dressing | Blattsalate | verschiedene Rohkost | Kerne

**als Beilage 7,5 eine große Schüssel 14**

**UND DAZU:**

… karamellisierter Ziegenkäse und geröstete Nüsse (e) **+6**

… Würfel von der Hähnchenbrust (8)  **+7**

… mit Garnelen (b,d) **+14**

…mit Pfifferlingen **+8**

**NATÜRLICH VEGETARISCH**

 **3erlei Semmelknödel** (a,c,g)**19|25**

 Beilagen Salat | Pfifferlingsrahm | Röstzwiebeln

 **NATÜRLICH VEGAN**

 **Kohlrabi-Schnitzel in Leinsamen Panade 19|25**

Rote Bete Sauce | Orangen Chicorée | Pommes Risolées

 **VESPER**

 **Wurstsalat 12,90**(2,3,8,i) **Straßburger Wurstsalat 13,90**(2,3,8,,m,i)

 mit Bauernbrot mit Bauernbrot

**Beilagen zur Wahl: +4,90**

Pommes Frites, Bratkartoffeln



**KLASSISCHE LEIBSPEISEN**

 **Wiener Schnitzel** (a,i,f,c,g) **21|25**

*in Butterschmalz ausgebacken*

 #heimat-Jus | Preiselbeeren | eine Beilage nach Wahl

**Beilagen zur Wahl:**

Pommes Frites, Bratkartoffeln, Kroketten

hausgemachte Spätzle, Speckbohnen, med. Gemüse, kl. Portion Pfifferlinge

 **Zwiebelrostbraten** (a,f,i,1) **24|29**

2erlei Zwiebeln | Speckbohnen | Spätzle

 **Rinderfilet vom Deutschen Weiderind (200g)**(a,f,i,1)  **45**

Sauce Bernaise | geschmorte Tomate | Pomme Dauphine

**AUS BACH & MEER**

 **Bach Forelle Müllerin** (a,g,d,i) **25**

 Mandel-Butter | Pfifferlinge | Salzkartoffeln

 **Lachs-Hecht-Klößchen** (a,c,b,d,i) **16|19**

 Safransauce | Blattspinat | Tagliatelle





 **DESSERTS**



#heimat **LIEBLINGSDESSERT**

 **Pistazien Crème Brûlée**(c,g) **11**

Frisches Erdbeer-Sorbet

Auf Wunsch auch Vegan

 **Café Gourmand** (9,c,g,a) **10**

Kaffee nach Wahl | kleines Dessert | Pralinen

 Kleine **Crème Brûlée 5**

 **Frische Erdbeeren** (c,g) **14**

Selbstgemachtes Vanilleeis | Creme Chantilly

**SELBSTGEMACHTES** #heimat-**EIS**

**Karamel-Fleur de Sel | Brownieeis | Vanilleeis**

**Erdbeersorbet | Himbeersorbet | Basilikumsorbet**

**Pro Kugel Eis / Sorbet 2,5**

**Auf Wunsch mit Schuss 3**

**Wodka, Williams, Schwarzwälder Kirsch, Baileys, Eierlikör, …**