

## DE FOODBAR

Ontbijt/lunch

09.30u. -17.00 u.

**BREAKFAST BOWL****14**

hartig en healthy begin van de dag met bloemkool-kruidenquinoa, een spiegeleitje, gebakken spinazie en courgette, tomaat antiboise, avocado en dukkah

- Vegan met tofu roerei (V)

**AMERICAN PANCAKES (V)****12,50**

met vossenbessencompote, kokosyoghurt, sinoasappel-karamel en haverkoekcrumble

**BANANENBROOD SPECIAL****12**

met honing-kaneel hangop, vossenbessencompote en krokante pecannoten

**SPIEGELEIEREN****14,50**

op zuurdesembrood van Meneer Leffers met kruiden-yoghurt, 'spek' van rijstevél, chili-boter, avocado en dukkah

**BAO BUNS 'STICKY TEMPEH' (V)****14,50**

met komkommerspread, Flow's kimchi, little gem, zwarte knoflookcrème, ingelegde pompoen en cassavechips

**'BROODJE KROKET'****13**

oesterzwamkroketten op briochebrood met truffelmayonaise, rucola, tuinkers en marmelade van sjalot en kastanjechampignons

**CARPACCIO VAN KNOLSELDERIJ****14,50**

op zuurdesembrood van Meneer Leffers met gebakken paddenstoelen, Parmezaanse kaas, winterpostelein, zwarte knofloocrème, geroosterde hazelnoot en truffel-maideira-vinaigrette

- vegan met knoflook-broodcrunch V

**KIMCHI-TOSTI****8,50**

van volkoren desembrood met oude kaas, Flow's kimchi en sriracha veganaise

**FLOW'S TOSTI****9,50**

van volkoren desembrood met geroosterde uiendip, zachte geitenkaas, oude kaas, ingelegde pompoen en citrus-kosho met chili-jam

- extra opties bij kimchi-tosti en Flow's tosti

'Spek' van rijstevél

+ 1,50

Spiegeleitje

+ 1,50

**KIDS**

Voor onze kleine gasten maken we graag iets in overleg. Vraag naar de mogelijkheden.

Extra lunch

Vanaf 12.00 u.

**BIBIMBAP****22,50**

Koreans comfortfood met crispy tofu, kruidenrijst, sojaboontjes, gebakken rode spitskool, gebrande bospeen, shiitake, Flow's kimchi, gochujangsaus en een spiegeleitje

- vegan met tofu roerei V

**MEXICAANSE BONENBURGER****21,50**

op een meergranenbroodje met chipotlesaus, gefrituurde uienringen, spicy avocado, tomatensalsa, cheddar en rode ui compote met friet en limoen-chili veganaise

## DE FOODBAR

Zoet

Vanaf 09.30u.

Bites / snacks

12.00u-21.30u

<b>BROWNIE</b> met misokaramel	5	<b>PAPPADUMS (V)</b> met geroosterde uiendip en tuinkers	6
<b>BANANENBROOD</b> met walnoten en rozijnen	4	<b>ZOETE AARDAPPELFITES (V)</b> met harissa en limoenveganaise	9,80
<b>HAVERKOEK (V)</b> toprecept van Fort Negen, desembakkerij uit Amsterdam	4	<b>BUFFALO BLOEMKOOL WINGS (V)</b> met srirachadip en lavaspoeder	8
<b>ENERGYBALL (V)</b> van cacao, noten, dadels en kokos	3	<b>ARANCINI</b> van pompoenrisotto, bruine boter, salie en gorgonzola met chili-jam - 2 stuks - 3 stuks	7 9,50
<b>SINAASAPPEL-SPECULAASCAKE (V)</b>	4	<b>BITTERBALLEN (6 STUKS) (V)</b> met kruidenmosterd	7,80
<b>LIMOENTAARTJE (V)</b> met citroen en amandel (van Sharp Sharp)	4,80	<b>BOSPADDENSTOELNKROKETJES</b> 6 stuks met truffeldip	9,50
<b>WITTE CHOCOLADETAARTJE (V)</b> met chocolade-karamel en amandel (van Sharp Sharp)	4,80	<b>MINI LOEMPIA'S (8 STUKS) (V)</b> met srirachasaus	7,20
<b>CHEESECAKE IN EEN GLAS</b> witte chocolade cheesecake met gepocheerde peer, gezouten karamelsaus, spekkoeke en krokante pecannoten	10	<b>FLOW'S BORRELGARNITUUR</b> combinatie van bitterballen (4), bospaddenstoelenkroketjes (4) en mini-loempia's (4)	14
<b>APPELCRUMBLE (V)</b> met appel-abrikozencompote, kaneelcrumble en vanilleroom	9,50		
<b>AFFOGATO (V)</b> Dubbele espresso met vegan vanille-ijs	6,6		

Avond

17.00u-21.00u

# DE FOODBAR

## Bites / starters

<b>PAPPADUMS (V)</b> met geroosterde uiendip en tuinkers	6
<b>ZOETE AARDAPPELFRITES (V)</b> met harissa en limoenveganaise	9,80
<b>BUFFALO BLOEMKOOL WINGS (V)</b> met srirachadip en lavaspoeder	8
<b>ARANCINI</b> van pompoenrisotto, bruine boter, salie en gorgonzola met chili-jam	
- 2 stuks	7
- 3 stuks	9,50
<b>GEROOKTE BOSPEEN</b> met kerrie-crème, witlof en knoflook-broodcrunch	8
<b>BAO BUNS 'STICKY TEMPEH' (V)</b> met Flow's kimchi, little gem, komkommerspread en zwarte knoflookcrème	
- 2 stuks	13
- 3 stuks	18

<b>CHINESE PANNENKOEKJES (V)</b> met hoisin jackfruit, paksoi, komkommer, wasabi, zoetzure rettich, citroen-uien crunch en sesamveganaise	
- 2 stuks	13
- 3 stuks	18

<b>CARPACCIO VAN KNOLSELDERIJ</b> met gebakken paddenstoelen, Parmezaanse kaas, winterpostelein, zwarte knoflookcrème, geroosterde hazelnoot en truffel-maideira-vinaigrette	13
---	----

**To share** voor 4 personen 44,50

**Keuze uit :**  
4 Bao buns 'sticky tempeh' of  
4 Chinese pannenkoekjes met  
- Pappadums  
- Buffalo bloemkool wings  
- Gerookte bospeen

Extra bao bun of chinees pannenkoekje 6

Avond

17.00u-21.00u

# DE FOODBAR

## Hoofdgerechten

- BIBIMBAP** 22,50  
Koreans comfortfood met crispy tofu, kruidenrijst, sojaboontjes, gebakken rode spitskool, gebrande bospeen, shiitake, Flow's kimchi, gochujangsaus en een spiegeleitje  
- vegan met tofu roerei (V)
- SCHNITZEL VAN KNOLSELDERIJ** 24,50  
met chow chow relish, gebakken groene kool, bbq-jus en gepofte krieltjes in de schil met mosterdvinaigrette
- INDIASE KORMA** 25,50  
met geroosterde bloemkool, zoete aardappelcrème, lizensalade, komkommer-raita, radicchio, peren-relish en huisgemaakt naanbrood  
- vegan met komkommerspread
- WINTERSE HACHEE** 25,50  
van aubergine en bospaddenstoelen met een pasteitje, aardappel-knolraapmousseline, gestoofde rode kool en appel-vanillecrème
- MEXICAANSE BONENBURGER** 22,50  
op een meergranenbroodje met chipotlesaus, gefrituurde uienringen, spicy avocado, tomatensalsa, cheddar en rode ui compote met friet en limoen-chili veganaise

## Sweets

- CHEESECAKE IN EEN GLAS** 10  
witte chocolade cheesecake met gepocheerde peer, gezouten karamelsaus, spekkoek en krokante pecannoten
- APPELCRUMBLE (V)** 11  
met appel-abrikozencompote, kaneelcrumble, vanille-ijs en vanilleroom
- KOFFIE-HAZELNOOTPARFAIT** 11  
met schuim van tonkabonen, vossenbessen-compote en browniecrumble
- AFFOGATO (V)** 6,60  
Dubbele espresso met vegan vanille-ijs

## DE FOODBAR

### Koffie

#### Van Bocca Coffee Roasters

Soulmate Brazilian coffee: dark chocolate, nuts, sweetBoerenmelk van Heerlijk van Dichtbij uit Midden Delfland

Koffie	3,30
Espresso	3,30
Dubbele espresso	4,20
Cappuccino	4,20
Cortado	4,20
Flat white	4,60
Espresso macchiato	3,60
Latte macchiato	4,70
Extra shot espresso + € 0.90	

### Iced coffee

- Cold brew van Bocca's Soulmate koffie met koffiesiroop en ijsblokjes	3,80
- Iced cappuccino Koffiesiroop + € 0,50	4,40
- Espresso tonic met sinaasappel	4,90

### Hot specials

**SPICY DARK CHOCOLATE** 4,90  
Heerlijk pittig en verwarmend met rauwe cacao, specerijen en rijstmelk  
- extra shot espresso + € 0,90

**MATCHA LATTE** 5,20  
Romig en umami door de Japanse gemalen groene theeblaadjes met jouw favoriete melk

**GOLDEN MILK** 5,20  
De healthy combinatie van specerijen zoals kurkuma, zwarte peper en kaneel met jouw favoriete melk

**CHAI LATTE** 5,30  
Verwarmende Aziatische theedrank met o.a. kardemom, kruidnagel, kaneel en gember met jouw favoriete melk  
- dirty chai (met een shot espresso) + € 0,90

## DE FOODBAR

### Onkruidenthee

Heerlijke melanges van de onkruiden van Wilder Land

**OPKICKER BLEND** 4,20  
Paardenbloem, weegbree, salie, venkel, goudsbloem

**OFFLINE BLEND** 4,20  
Kamille, karwij, lindebloesem, vlierbloesem en rozenblad

**BOSWANDELING BLEND** 4,20  
Moerasspirea, dropplant, dennennaald, vlierbes, guldenroede

### Verse thee

**MUNT EN SALIE** 4,40

**GEMBER EN SINAASAPPEL** 4,40

**CITROENTIJM** 4,40

### Biologische thee van Sander

**LADY GREY** 3,80  
Heerlijke, aromatische zwarte thee uit China gegeurd met olie van de bergamotcitroen. Met extra veel toegevoegde korenbloemen, deze geven de thee een wat zachtere en zoetere smaak.

**BI LUO CHUN** 4,20  
Mooie groene thee met een fris grassige smaak. Van een vroege pluk en bestaande uit fijn blad en veel topjes, die zichtbaar zijn als witte naaldjes.

**JASMIJNPARELS** 4,60  
Groene thee die na de pluk in kleine parels gerold worden, waarna er jasmijnbloesem tussen wordt gelegd. Dit proces wordt 5 keer herhaald met als resultaat een heerlijk geurende en smaakvolle jasmijnthee.

**WHITE PHOENIX** 4,20  
Mooie witte thee uit China (Yunnan). Thee met jong blad en veel topjes van de theeplant, wat alleen gedroogd is en verder niet bewerkt. Volle en frisse thee.

**RWANDA RUKERI** 3,80  
Een heerlijke aromatische zwarte thee van de Rwandese theeplantage Sorwatha

**ROOIBOS NEEDLE** 3,80  
Rooibos komt in verschillende kwaliteiten, afhankelijk van de verhouding tussen de needles en twijgjes. Deze versie bestaat voornamelijk uit needles, vandaar de zuivere en pure smaak.

**GABA OOLONG** 4,40  
Oolong thee is gedeeltelijk geoxideerd en deze Oolong is vervolgens medium geroosterd wat zorgt voor een subtiel roosterrandje.

## DE FOODBAR

### Sappen

<b>SUNNY ORANGE</b>	5,20
Wortel, sinaasappel, citroen, gember	
<b>RED BOOST</b>	5,20
Biet, appel, wortel en limoen	
<b>GREEN DETOX</b>	5,20
Bleekselderij, komkommer, spinazie, appel, citroen	
<b>TOMATO</b>	5,20
Tomaat, wortel, bleekselderij, paprika	

### Smoothies

<b>GREEN POWER</b>	6
Spinazie, boerenkool, ananas, komkommer, gember, appel	
<b>BERRY-BEET</b>	6
Bosvruchten, biet, banaan en kokosmelk	
<b>SUPER CHOCOLATE</b>	6
Rauwe cacao, pindakaas, banaan, blauwe bessen, amandelmelk	

### Lemonades

Limonade van munt en citroen glas / karaf	4,40 / 17,50
Limonade van bosvruchten, honing, limoen en citroentijm glas / karaf	5,20 / 19,50

### Iced tea/coffee

<b>ICED TEA</b>	
- Hibiscus en grapefruit	4,90
- Groene jasmijn en limoen	4,90
<b>ICED COFFEE</b>	
- Cold brew van Bocca's Soulmate koffie met koffiesiroop en ijsblokjes	3,80
- Iced cappuccino	4,40
Koffiesiroop + € 0,50	
- Espresso tonic met sinaasappel	4,90

### Bruisend fris

Kombucha wisselende smaak   250 ml.	5,50
Afri cola   330 ml.	4,40
Tonic   200 ml	4,20
Ginger beer   200 ml	4,20
Pineapple soda   200ml	4,20
Passion mama   330ml	5
Bruisend water Marie Stella Maris   250 ml.	3,50
Bruisend water Marie Stella Maris   750 ml.	7,20
Niet bruisend:	
Appelaere appelsap   200 ml.	3,60

### Mocktails

<b>SPICED ORANGE SODA 0.0</b>	8
Siroop van sinaasappelschil en -sap met citroensap, specerijen en bruiswater	
<b>GINGER BEER 0.0</b>	7,50
met limoen, appel en munt	

## DE FOODBAR

### Bieren met alcohol

**PILSENER BRAND (5%)** 3,60  
Krachtig van smaak, zacht in afdronk en heerlijk verfrissend

**BLOESEM BLOND**  
Gebrouwen Door Vrouwen (6.2%)  
6,60  
Een fris blond bier gebrouwen met vlierbloesem, licht zoet en lekker fruitig

**WEIZEN** Delftse Brouwers (5,1%) 5,80  
Verfrissend en doordrinkbaar met zachte fruitige tonen

**IPA** Brouwerij 't IJ (6.5%) 6,60  
Een donkerblond bier met heerlijke aroma's van grapefruit en bloemen en fruitige, bittere afdronk die lang blijft hangen

**KNOLLAERT** Delftse Brouwers (6.1%) 5,80  
Een traditioneel amberbier, moutig en licht gekruid met paradijszaad, korianderzaad en sinaasappelschil

**ZATTE TRIPEL** Brouwerij 't IJ (8%) 6,60  
Een helder goudgele tripel met fruitige aroma's en een lichte hopbitterheid

### Bieren zonder alcohol

**LAGER** Lucky Saint (0,5%) 5,50  
Ongefilterde lager, droog met een frisse afdronk door de citrus-hop

**GALACTIC MILK STOUT** 6,50  
Big Drop Brewing (<0,5%)  
Donker door het gebruik van gebrande mout met tonen van koffie, chocolade en karamel

**WIT** Lowlander (0,0%) 5,80  
Een echte 0.0% met de natuurlijke smaken van sinaasappel- en citroenschillen, superfris en heel fruitig

**PLAYGROUND IPA** Vandestreek (< 0,5%) 6,50  
Alcoholarme IPA met een aangename bitterheid en smaken van citrusvruchten en tropisch fruit

### Cocktails

**GIN GINGER BEER** 10,50  
De fris kruidige circulaire gin van Dik & Schil met ginger beer, limoen en munt  
- alcoholvrij 7,50

**SPICED ORANCELLO SODA** 9,50  
Orangello van Dik & Schil met citroensap, specerijen en bruiswater  
- alcoholvrij 8

**APEROL SPRITZ** 9,50  
Bitterzoet met Aperol, Cava, bruiswater en grapefruit

**HAZELNOOT ESPRESSO MARTINI** 10,50  
Onze winterse versie van de bekende Espresso Martini met een shot espresso, koffielikeur, bourbon en hazelnootlikeur



## DE FOODBAR

## Wijnen

Al onze wijnen zijn biologisch  
of biodynamisch geteeld.

## Mousserend

**CAVA FUNAMBUL BRUT NATURE** 7,50 37,50  
Spanje | Penedés  
Citrusfruit, steenfruit met een stevige bubbel

**CODORNÍU ZERO 0,0%** 6 32  
Spanje | Penedés  
Citrus, tropisch fruit met een fijne bubbel

**CRÉMANT DE LOIRE BRUT ROSÉ** 37,50  
Frankrijk | Pinot Noir & Grenache  
Zachte bubbel, rijpe aardbei, bessen en grapefruit

## Wit

**L'AURATAE** 6 31  
Italië | Pinot Grigio & Catarratto  
Citrus met een tropische hint, sappig en fris

**NITTAUS GRÜNER VELTLINER SELECTION** 7,20 36,50  
Oostenrijk | Grüner Veltliner  
Rijp, groen en geel fruit, mooi kruidig

**ANNE DE JOYEUSE VERY CHARDONNAY LIMOUX** 7,80 38,80  
Frankrijk | Chardonnay  
Citrus, witte perzik met een vleugje gezouten boerenboter

## Rosé

**GREG & JUJU** 6 31  
Frankrijk Grolleau en Cabernet  
Mooie, rijke Provence stijl rosé

## Rood

**MIOPASSO PRIMITIVO** 6 31  
Italië | Primitivo  
Confiture, pruimtabak en kers

**CA'BOLANI** 7,20 36,50  
Italië | Refosco dal peduncolo  
Sappig fruit, zacht en kruidig

**QUINTO ARRIO RIOJA CRIANZA** 7,80 38,80  
Spanje | Tempranillo  
Rijk, hout gelagerd en gedroogd fruit

## Likeuren

**LIMONCELLO VAN DIK EN SCHIL** 4,40  
Van geredde biologische citroenen

**BAKKIE PLEUR** 4,40  
Koffielikeur van Dik en Schil  
Pure smaak van koffie, noten, citrus en vanille

**FRANGELICO** 4,40  
Likeur op basis van hazelnoten, cacao  
en vanillebessen