RAPUNZEL

Café & Bistro in der Rapunzel Welt

Frühstück, Mittagstisch, Kaffee & Kuchen in bester Bio-Qualität



Wir machen Bio aus Liebe seit 1974.

Bio Begreifen – mit Wissen & Genuss

Willkommen im Bistro der Rapunzel Welt, schön dass Du da bist!
Hier kannst Du frühstücken, unseren Mittagstisch genießen oder Dich zu Kaffee und Kuchen verabreden. Das alles in bester Bio-Qualität. In unserem Bistro verwöhnen wir Dich mit regionalen Köstlichkeiten, feinen Kaffeespezialitäten und hausgemachten Kuchen.

Die Rapunzel Welt ist aber mehr als ein Bistro. Herzstück des Besucherzentrums ist unser interaktives Mitmach-Museum im ersten Stock. Hier kannst Du viel über den Anbau und die Herstellung von Bio-Lebensmitteln lernen, erfährst einiges über den Fairen Handel und über die 50-jährige Geschichte von Rapunzel Naturkost.

Wir lieben Kaffee. Deshalb rösten wir unseren Heldenkaffee in unserer eigenen Rösterei. Heldenkaffee deshalb, weil er von echten Kaffeehelden angebaut und gemacht wird. Im Museum, der Schau-Rösterei hier im Erdgeschoss und im Besuchergang im ersten Stock und auch im Tropenhaus im Garten lernst Du den Weg des Kaffees kennen und kannst Deine Tasse Kaffee anschließend ganz besonders genießen.

Wir freuen uns über Deinen Besuch in der Rapunzel Welt und sind uns sicher: Hier findest Du auf jeden Fall etwas für Deinen Geschmack. Und wenn Du Genussmomente aus unserem Bistro mit nach Hause nehmen möchtest, dann findest Du vieles davon in unserem Bio-Markt und im Kaffeeladen gleich nebenan. Müslis, Aufstriche, Pasta oder natürlich der Heldenkaffee werden Dein Bio-Herz höherschlagen lassen.

Wir wünschen Dir einen genussreichen, entspannten und interessanten Tag.

Dein Rapunzel Welt-Team

Liebe Besucherin, lieber Besucher,

ich freue mich sehr, dass Du Dich für einen Aufenthalt in der Rapunzel Welt entschieden hast. Ob Du ganz allein für Dich, mit einer Freundin oder mit der ganzen Familie angereist bist: Nicht nur das Besucherzentrum bietet viele Möglichkeiten, eine kurzweilige und spannende kleine Auszeit zu erleben. Auch in unserer direkten Umgebung, dem Illerwinkel und dem angrenzenden Oberallgäu, gibt es viele Entdeckungen und Abenteuer zu erleben, die Du nicht in jedem Reiseführer findest.

Mein Herzensanliegen mit der Rapunzel Welt ist es, Dir einen vertieften Einblick zu ermöglichen. In unsere Arbeit und den damit verbundenen Themenbereichen wie Bioanbau, gesunde Lebensweise, Herstellung unserer Rapunzel Lebensmittel aber auch in unsere sozialen Projekte im Zusammenhang mit unserer „RAPUNZEL Eine Welt Bio-Stiftung“ und der Rapunzel Firmengeschichte.

Die allererste Aufgabe der Rapunzel Welt ist jedoch die einer Begegnungsstätte. Sie soll ein Ort sein, an dem sich Menschen unterschiedlicher Herkunft mit einem breiten Spektrum von Lebenseinstellungen und vielfältigen Vorstellungen vom Zusammenleben entspannt treffen und austauschen können. Lass Dich inspirieren bei einem Rundgang durch das weitläufige Gebäude und Außengelände und genieße dabei einen frisch aufgebrühten Kaffee aus der hauseigenen Rösterei oder bei einer kleinen Brotzeit mit einem Glas Wasser oder Wein mit Gleichgesinnten aus nah und fern.



Schmecke die innere Qualität und die damit verbundene Sorgfalt und Zuneigung in der Herstellung. Spüre Deinen inneren und äußeren Frieden und trage selbst aktiv dazu bei, unseren Umgang miteinander und mit unserer Welt insgesamt zu einem freundlichen und freudigen Ort zu machen und auch für kommende Generationen lebenswert zu erhalten.
Es ist unsere gemeinsame Aufgabe.

Ich wünsche Dir einen entspannten und frohen Aufenthalt hier bei uns.

Dein Joseph Wilhelm,
Gründer und Gesellschafter der
Rapunzel GmbH & Co. KG

Liebe Gäste,

herzlich willkommen in der Rapunzel Welt! Bei uns dreht sich alles um Genuss, Nachhaltigkeit und die Liebe zu gutem Essen. Lass Dich von der Welt des Bio-Kaffees verzaubern: Erlebe, woher der Kaffee kommt, wie er angebaut wird und warum er so wertvoll für Mensch und Natur ist. Schau zu, wie er in unserer Rösterei geröstet wird, und wenn Du ihn dann in unserem Bistro genießt, schmeckst Du nicht nur das Aroma, sondern auch die Sorgfalt und Leidenschaft, die in der Bohne steckt.



Doch es geht nicht nur um Kaffee – wir möchten Dich auch mit vielen weiteren Leckereien aus unserer Küche und Bäckerei verwöhnen. Alles wird mit viel Liebe zubereitet und aus besten Bio-Zutaten, die Dein Herz höherschlagen lassen.

Genieße Deinen Aufenthalt, lass Dich inspirieren und schmecke die pure Freude an gutem Essen. Schön, dass Du da bist!

Deine Silvana Palazzo,
Leitung Rapunzel Welt

Willkommen bei Rapunzel

Seit 1974 machen wir Bio aus Liebe. Seitdem sind wir davon überzeugt, dass gesunde und gut verträgliche Lebensmittel nicht nur gut für die sein sollten, die sie verzehren, sondern auch für die, die sie herstellen. Deshalb sind uns alle wichtig, die an der Entstehung eines Produktes beteiligt sind. Vom Feld bis auf den Teller.

Über den Bio-Anbau hinaus wollen wir einen echten Unterschied machen und stehen seit unseren Anfängen für Nachhaltigkeit im ökologischen, ökonomischen und sozialen Sinne. Weil Lebensmittel nicht nur einen Preis, sondern auch einen Wert haben.

Lass es Dir gut gehen und genieße deinen Besuch im Bistro der Rapunzel Welt.

Was kommt woher?

In den Gerichten im Rapunzel Welt Bistro treffen fair gehandelte Rapunzel Produkte aus der ganzen Welt auf das Beste aus der Region. Woher wir unsere Allgäuer Lebensmittel beziehen, zeigen wir dir an ausgewählten Beispielen – denn wir legen großen Wert auf saisonale und regionale Produkte aus unserer Heimat.



Milch & Joghurt

Auch unsere Milchprodukte kommen aus der Region: Der Demeter-Hof Milchfleck aus Aichstetten beliefert uns direkt aus seiner eigenen Hofmolkerei.



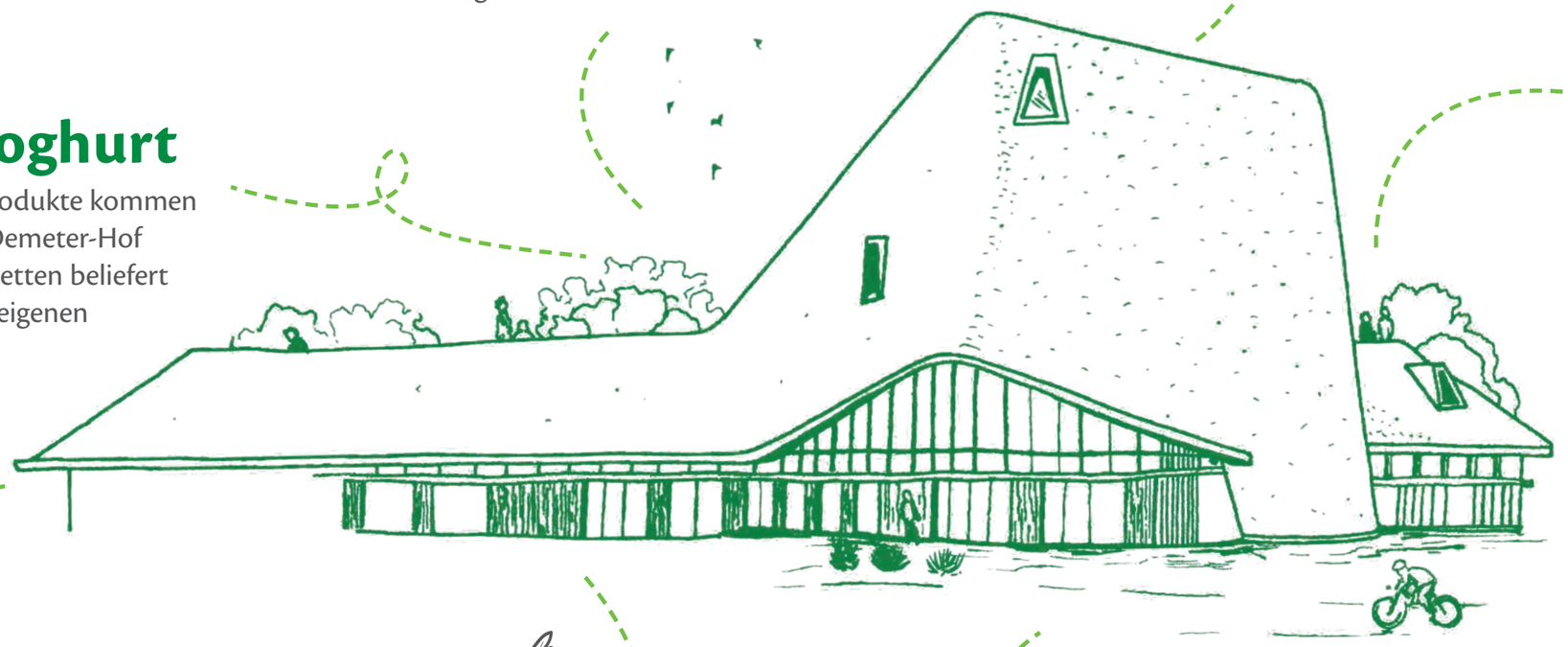
Eier

Wir beziehen unsere Demeter-Eier vom Hof Reisch in Tannheim, der für nachhaltige Landwirtschaft und glückliche Hühner steht.



Käse

Von der Schaukäserei Wiggensbach beziehen wir verschiedene Käsesorten, unter anderem natürlich den guten Allgäuer Bergkäse.





Bier

Sogar unser Bier ist Bio – wir beziehen es von der Kronburger Brauerei direkt um die Ecke, von Lammsbräu aus Neumarkt in der Oberpfalz und von der Brauerei Härle aus Leutkirch.



Kuchen

In unserer Konditorei hier in der Rapunzel Welt entstehen feine Kuchen und Torten – immer auch mit einer köstlichen veganen Alternative.



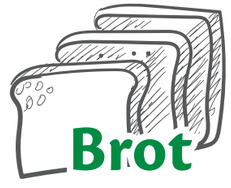
Fleisch

Unser Fleisch stammt von den Pinzgauer Weiderindern von Joseph Wilhelm und von Biohof Fehr – beide stehen für höchste Bio-Qualität und artgerechte Tierhaltung.



Mehl

Das Mehl für unsere Backwaren kommt von der Donath-Mühle aus Bad Wörishofen – ebenfalls ganz aus der Nähe.



Brot

Unsere Backwaren backen wir mit Liebe in unserer eigenen Bäckerei hier in der Rapunzel Welt – mit viel Zeit, langer Teigführung und wertvollem Dinkel.

Kalt-Getränke

Alkoholfrei

Mineralwasser Lebensquell medium oder still

0,2 l	2,00 €
0,4 l	3,90 €
1 l	5,90 €

now Limonade 0,33 l

Black Cola | Sunny Orange | Fresh Lemon | Orange Cola | Passion Crush | Holunderblüte	3,00 €

Seezüngle 0,33 l

Rhabarber | Kirsch | Birne | Träuble	3,00 €

Saft | Schorle

Apfel | Johannisbeere | Orange | Kirsche	
0,2 l	2,50 €
0,4 l	4,00 €

Flaschenbiere

Kronburger

Bio-Zwickel 0,5 l	4,00 €
Bio-Weizen 0,5 l	4,00 €

Lammsbräu

Alkoholfreies Radler 0,33 l	3,50 €

Härle

Bio Lager Hell 0,33 l	3,50 €
Natur-Radler 0,33 l	3,50 €
Freie Weiße „alkoholfrei“ 0,5 l	4,00 €
Freies Gold „alkoholfrei“ 0,33 l	3,50 €

Kalt-Getränke

Wein | Prosecco

Seit 1997 stellt das Weingut Pizzolato in Zusammenarbeit mit Rapunzel erlesene Bio-Weine her.

Weißwein

Rapunzel Chardonnay | trocken, fruchtig, leichte Säure 0,2 l	5,50 €

Rotwein

Rapunzel Merlot | trocken, fruchtig 0,2 l	5,50 €
Rapunzel Montepulciano | fein-würzig 0,2 l	5,50 €

Prosecco

Rapunzel Prosecco Vino Frizzante | prickelnd, fruchtig 0,1 l	3,80 €
Flasche	19,00 €



Heiß-Getränke

Kaffee

Blicke hinter die Glasscheibe – dort wird unser Heldenkaffee frisch für dich geröstet: direkt vor Ort in unserer Rapunzel Rösterei, wo Qualität, Fairness und Leidenschaft in jeder Bohne stecken.

Espresso	2,40 €
Espresso Doppio	3,20 €
Espresso Macchiato	3,10 €
Espresso Macchiato Doppio	3,90 €
Kaffee Crema	2,90 €
Kaffee Crema groß	3,50 €
Milchkaffee	3,90 €
Cappuccino	3,50 €
Cappuccino groß	4,50 €
Latte Macchiato	4,50 €

Alles gibt es auch gerne entkoffeiniert.

French Press 350 ml: Hausmischung | Arabica | Mild | Guatemala | Kolumbien	3,50 €
Kinderkaffee/Getreidekaffee klein	2,50 €
Kinderkaffee/Getreidekaffee groß	3,00 €

Heiße Schokolade

Heiße Schokolade ohne Sahne	3,50 €
Heiße Schokolade mit Sahne	3,90 €

Tee

Beuteltee

Grüner | Kräuter | Earl Grey | Chai | Früchte	3,50 €

Frühstück

Dienstag bis Samstag – täglich von 08:00 bis 11:00 Uhr

Müsli | Bowls

Bircher Müsli

Naturjoghurt | Honig | geraspelter Apfel | Rapunzel Haselnussmus | hausgemachtes Granola | Früchte der Saison

Klein	3,90 €
Groß	6,90 €

Ayurveda-Bowl

Rapunzel Frühstücksbrei Ayurveda | Rapunzel Cranberrys | Rapunzel Kokosraspeln | Rapunzel Kokos- & Mandelmus mit Dattel | Zimt	6,90 €

Naturjoghurt mit Granola	6,90 €

Frühstücksvarianten

Rapunzel Frühstück

Zwei süße Rapunzel Aufstriche | Zwergenwiese Fruchtaufstrich | Butter | zwei Semmeln deiner Wahl	6,90 €

Zwergenwiese Frühstück

Drei Aufstriche zur Auswahl | Rapunzel Antipasti | zwei Semmeln deiner Wahl	7,90 €

Käse-Frühstück

Wiggensbacher Käsevielfalt | Weichkäse | Frischkäse | Tomate | Mozzarella | Butter | zwei Semmeln deiner Wahl	12,50 €

Allgäuer Frühstück

Wiggensbacher Käsevielfalt | Rindersalami | Rinderschinken | Butter | Gemüse | zwei Semmeln deiner Wahl	14,90 €

Rapunzel Turm für 2 Personen

Wiggensbacher Käsevielfalt | Rindersalami | Butter | Rinderschinken | Zwergen Streich | Frischkäse | Antipasti | Zwergenwiese Fruchtaufstrich | süßer Aufstrich | zwei Rapunzel Bircher Müslis | vier Semmeln eurer Wahl	29,90 €

Frühstück

Dienstag bis Samstag – täglich von 08:00 bis 11:00 Uhr

Mein Frühstück

Stell Dir Dein Frühstück selbst zusammen

Kräuterfrischkäse	1,00 €
Butter | Margarine	1,00 €
Zwergen Streich	1,00 €
Zwergenwiese Fruchtaufstrich	1,00 €
Nussnougat-Creme bionella	1,00 €
Rapunzel Samba	1,00 €
Rührei aus zwei Eiern	4,00 €
Portion Antipasti	2,50 €
Butterbrezel	2,20 €
Croissant	2,80 €
Brezel	1,10 €

Frische Semmeln gibt es an der Theke.



Speisen

Dienstag bis Samstag – täglich von 12:00 bis 16:30 Uhr

Salate

Rapunzel Salat

Blattsalate der Saison | Gemüse der Saison | frisches Brot	
Klein	4,90 €
Groß	6,90 €
Groß mit Grillgemüse und Feta	13,50 €

Antipasti-Teller

Rapunzel Artischocken | Rapunzel Oliven | Rapunzel gegrillte Paprika | Rapunzel Peperoni | frisches Brot | Rapunzel Dolmas | Rapunzel sonnengetrocknete Tomaten | Rapunzel Gigantes	10,50 €

Folgende Dressings stehen zur Auswahl:

Tahin-Lemon-Dressing
Balsamico-Vinaigrette
Ahorn-Senf-Dressing

Pizzen

Unsere runden Pizzen – täglich frisch gebacken, direkt aus dem heißen Ofen auf deinen Teller.

Pilger-Pizza

Tomatensauce | Knoblauchöl	7,50 €

Margherita

Tomatensauce | Knoblauchöl | Basilikum | Mozzarella	9,90 €

Salami

Tomatensauce | Rindersalami | Mozzarella	12,50 €

Rapunzel

Tomatensauce | Rapunzel gegrillte Paprika | Rapunzel Oliven | Rapunzel Artischocken | Mozzarella | Peperoni	13,50 €

Speisen

Dienstag bis Samstag – täglich von 12:00 bis 16:30 Uhr

Pasta

Rapunzel Pasta mit Tomatensauce
Rapunzel Pasta | Rapunzel Tiger-Tomatensauce
Klein (Kinder) 5,90 €
Groß 7,50 €

Rapunzel Pasta Bolognese
Rapunzel Pasta | Bolognese mit Rinderhackfleisch 14,50 €

Rapunzel Pasta Linsenbolognese 9,50 €

Alle unsere Pasta-Gerichte servieren wir mit geriebenen Parmesan, auf Wunsch gerne auch ohne.

Weitere Gerichte

Gebratene Kartoffelgnocchi
Grillgemüse | Feta | Basilikum Pesto 13,50 €

Gelbes Thai-Gemüsecurry
Rapunzel Reis 13,50 €

Täglich wechselnd und frisch

Unser Tagesgericht sorgt für Vielfalt auf deinem Teller.

Bei uns bekommst Du natürlich auch vegetarische und vegane (🌿) Speisen.
Alle Speisen und Getränke stammen aus kontrolliert biologischem Anbau.

Auf Anfrage bekommst Du von unserem Service-Team unsere Allergen- und Zusatzstoffinformationen. Diese enthalten detaillierte Angaben zu Inhaltsstoffen in unseren Speisen, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können.



Übrigens ...

Wie die Gastronomie ist auch unsere Rapunzel Bäckerei nach dem höchsten Standard von Bioland zertifiziert. Eine Grundvoraussetzung ist, dass hier zu 100 % Bio-Rohwaren verarbeitet werden. Und das passt zu 100 % zu unserer Philosophie: In unsere Brote kommt nichts hinein, was nicht hinein gehört.

Liebe, Zeit und echte Handwerkskunst



Unsere Teige ruhen bis zu 18 Stunden, bis sie gebacken werden. Unsere Rapunzel Bäcker nehmen jeden Teig selbst in die Hand. Respekt vor und schonender Umgang mit den wertvollen Rohstoffen ist selbstverständlich – und das schmeckt man.



Dinkel-Baguette, Vollkorn-Roggenbrot, Nussbrot oder ein Steinofenbrot: Durch die Fenster am Ausgang kannst Du unseren Bäckern bei der Arbeit zuschauen. Hat es Dir geschmeckt? Dann kannst Du unsere Brote auch zu Hause genießen: Unter **08330 – 529 1538** kannst Du Deine Bestellung aufgeben.

Unsere Konditorei



Auch unsere hauseigene Konditorei arbeitet nach höchsten Bio-Standards. Täglich bestücken wir die Kuchentheke mit feinen Kuchen, Torten und Gebäck – frisch, saisonal und mit viel Liebe gemacht. Für besondere Anlässe fertigen wir auch individuelle Torten nach Deinen Wünschen. Bestellungen nehmen wir gerne unter derselben Nummer entgegen: **08330 – 529 1538.**

Vielen Dank, dass Du unser Gast warst!

Lass uns in Verbindung bleiben. Folge uns auf Instagram oder melde Dich für unseren Event-Newsletter an.

Bis zum nächsten Mal!
Dein Rapunzel Welt Team

Café & Bistro in der Rapunzel Welt
Dienstag bis Samstag, 08:00 bis 18:30 Uhr | Warme Küche bis 16:30 Uhr

Vegane Speisen
Alle Speisen und Getränke stammen aus kontrolliert biologischem Anbau
DE-ÖKO-006 | Alle Preise in Euro inkl. Mehrwertsteuer

@rapunzel_welt
www.rapunzelwelt.de