

# ***Kreta auf dem Teller***

## ***Griechenlands größte Insel und ihre Küche***

***Die kretische Küche hebt sich auf ihre ganz eigene Art von der des griechischen Festlandes ab.***

***Dabei sind die Gerichte um ein Vielfaches bekömmlicher. Es ist weniger die Art der Zubereitung, sondern die hohe Qualität der einzelnen Zutaten, welche die traditionellen Gerichte so einzigartig macht.***

***Unser Anspruch ist dieser Art zu folgen. In unserer Speisekarte sind alle Zutaten durchweg nach diesen „kretischen“ Gesichtspunkten ausgesucht.***

***Selbstverständlich verwenden wir das gesunde kretische Olivenöl und verzichten auf jegliche Geschmacksverstärker, gehärtete Fette und auf alle künstlichen Farb- und Konservierungsstoffe.***

***Wir würzen die Gerichte mit aromatischen Kräutern und garen sie besonders schonend wie in unserer Heimat, .***

***Die Gewürzvielfalt verleiht den Gerichten einen besonderen, unverfälschten Geschmack. Neben Pfeffer finden vor allem Rosmarin, Oregano und Majoran häufig Verwendung.***

***Das Team der Taverne Kreta wünscht guten Appetit - „Kalí órexi“ (Καλή όρεξι)!***



## **SUPPES:**

Abwechslungsreiche, heiÙe, wohltuende **Suppe**.  
Hausgemacht nach original griechischem Rezept

01. Souppa

unsere wechselnde **hausgemachte Suppe** 6,00

## **VORSPEISEN UND DELIKATESSEN AUS HELLAS**

... sind ein wichtiges Kapitel und gehören zur  
typischen griechischen und mediterranen Esskultur.  
Zum Hauptgang oder für den kleinen Hunger.

04. Elies

herzhafte, schwarze **Kalamata Oliven**  
gehören zum griechischem Essen 5,00

05. Piperies

grüne, würzig-milde **Peperonis**  
mit nur leichter Schärfe 5,00

## **TIRIA**

Erlesene griechische **Käse-Spezialitäten**

06. Feta

eine original „Feta“ (griech. für Scheibe) vom  
berühmten **Feta-Käse** Dodoni - ausschließlich aus  
Schafs- und Ziegenmilch aus der Region Epirus.  
Delikat, feinwürzig in Oregano und Olivenöl 7,50

07. Weißkäse

sahnig-milder und weicher **Hirtenkäse** aus Kuhmilch.  
Eingelegt in Oregano und Olivenöl 6,50

09. Saganaki

**Feta-Käse paniert**, gebraten und direkt im  
Pfännchen mit etwas Brot serviert 9,00

**Wenn Griechen zu Tisch bitten, erwartet den Gast ein  
verschwenderischer Auftakt, beherrscht von bunter Vielfalt.  
Frische Salate kommen zusammen mit Wein und Wasser auf den Tisch.  
Mediterrane Aromen bezaubern die Sinne.**

## **PIKILIES und MESEDHES\***

*Als Vorspeise oder Hauptgang, bei jeder Mahlzeit von großer Bedeutung!*

12. Piperies marinates  
an Spießern **gegrillte** und marinierte **Peperoni** 8,00
13. Tsatziki  
Creme aus griech. Joghurt, frischen Gurken und Knoblauch 4,50  
Unsere kleine Tsatziki Portion 3,00
15. Dolmadakia  
mit Reis **gefüllte Weinblätter**  
Eine Delikatesse mit etwas Tsatsiki serviert 7,50
16. Bourekia me Feta  
knusprige **Filo-Teigröllchen** - ein Klassiker der griechischen Küche  
Herzhaft mit Feta-Käse, Gouda-Käse und Zwiebeln gefüllt, dazu Tsatsiki 9,00
17. Kretischer Dako  
**kretischer Dakos** (Bruschetta) - die weltbeste Zwiebackmahlzeit!  
Reife Tomaten, Feta-Käse, kretisches Olivenöl, etwas Knoblauch,  
Basilikum auf knusprigem „Paximadi“ (zwiebackähnliches Gerstenbrot) 9,00

## **MESES / MESEDHES\***

*„Griechisch essen, wie es nur die Griechen tun“  
(Bunte Palette mit typischen kalten und warmen Speisen,  
in kleinen Portionen zubereitet. Ein geschmackvolles Arrangement  
kleiner, liebevoll gemischter Teller und Schälchen)*

18. die „**Kleine Reise**“  
durch die vielfältige griechische Küche;  
mit Acht Leckereien (z.B. für 1. Person) 18,00
19. die „**Große Reise**“  
vielfältige kulinarische Köstlichkeiten;  
mit Zwölf Leckereien (z.B. für 2. Pers.) 25,00

*- Bei schönem Wetter lohnt sich ein Besuch unseres Tavernen-Innenhofs -  
(Innenhof-Biergarten mit über 70 Sitzplätzen und Kinderspielplatz)*

## SALATES

Zum Auftakt lockt die bunte Frische  
alle **Salate\*** werden mit **frischem Brot** serviert

*\*unsere Salate werden mit hausgemachten Essig-Öl Dressing frisch zubereitet ohne jegliche künstliche Zusatzstoffe sowie ohne Zuckerzusatz*

### 23. Pita Salat

kleiner **Salat** mit **Pita Brot** und **Hirtenkäse**,  
Blattsalat, Krautsalat, Gurke, Tomate, Zwiebeln 9,50

### 25. Horiatiki

unser original **griechischer Bauernsalat**  
traditionell mit Tomaten, Gurken, Zwiebeln, Paprika,  
Kalamata Oliven, Peperoni, dem kretischen Olivenöl  
und den beliebtesten griechischem Feta-Käse Dodoni 12,50

Unser Bauernsalat als kleine Portion 8,00

### 26. Spitikia

**grüner Salatteller** mit gegrillter **Hähnchenbrust**,  
zartem **Hirtenkäse**, Tomaten, Gurken, Zwiebeln,  
Kalamata Oliven, milden Peperoni und Kürbiskernen 16,50

### 27. Tonno Salata

grüner **Salatteller** mit **Hirtenkäse** und **Thunfisch**, Tomate,  
Gurke, Paprika, Zwiebeln und einer Balsamico-Olivenöl Marinade 16,50

### 28. kritiki Salata

**kretischer Brotsalat** aus grünem Blattsalat, Tomaten,  
Gurken, Zwiebeln, Paprika, Oliven, Peperoni, dem knusprigem  
„**Paximadi**“ (kretischer Zwieback aus Gerste) und gewürfelten **Feta Käse** 15,00

### 29. Salata "Olympia"

einmaliges Erlebnis aus Frische, Süße und Säure...  
besonders vitaminreicher, gemischter **Salatteller**  
mit **frischen Früchten** und gegrillten **Putenbruststreifen**,  
Die Spezialität nach Art des Hauses 17,50

**Olivenöl gilt als unverzichtbarer Hauptbestandteil aller Fleisch-,  
Fisch- und Gemüsegerichte. Salaten wird es sowieso großzügig zugefügt.  
Zu jedem Salat wird zusätzlich frisches Brot gereicht.**

## **PSARIA**

**Meeresfrüchte & Fischgerichte**, hier spielt Poseidon Küchenchef.  
Alle Gerichte werden **mit Butterreis** oder **Röstkartoffeln**,  
**Tsatziki** und **grünem Salat** serviert

30. *Kalamarakia*

gebratene, **panierte Tintenfischstücke**

(Tintenfisch in kleine Ringe geschnitten mit einer  
feinen Knusperpanade, mediterran, intensiv, knusprig) 17,50

31. *Ochtapodi*

**Octopus** im eigenen Saft mit Gemüse gegart,

pikant mit Zitrone und Knoblauch mariniert

(Acht-Armiger, von griech. Okto = Acht, Tintenfisch mit magerem,  
bissfestem Fleisch und einem unaufdringlichen Geschmack) 24,50

32. *Maridhes / Gávros*

knusprig-gebratene, **kleine Fische**

(kleine Sardellen, Anchoves, sprossenähnlich) 17,50

33. *Barbounia*

rote **Meer-Barben-Filets** vom Grill

Dazu gegrilltes Gemüse und Beilagen siehe oben

(schon im griechischen Altertum ein hochgeschätzter  
Speisefisch, sehr delikat mit festem, aromatischem Fleisch) 22,50

35. *Tilapia*

gebratene **Tilapiafilets** in Sesam-Panierung

mit gegrilltem Gemüse und Beilagen siehe oben

(Tilapia - Buntbarsch feines Fleisch mit köstlichen, milden Geschmack) 19,50

36. *Garides*

**Garnelen-Spieße** gegrillt,

in einer leckeren Zitrone-Knoblauch-Marinade

(ohne Schale am Spieß gegrillte Garnelen) 24,50

37. **Fischplatte „Chania“** für 2 Personen

unsere große Fischvariation des Hauses auf Anfrage 59,00

**Griechische Inseln wecken den Traum vom einfachen Leben. Wein, Brot und Oliven.  
Die Sonne und das azurblaue Meer mit seinen Fischspezialitäten.  
Dazu ein paar Freunde, die mit am Tisch sitzen - plaudernd, genießend.  
Es ist so einfach, glücklich zu sein.**

# HORIS KREAS - CHORTOFAJI

## Vegetarisches aus dem Ofen und der Pfanne



### 44. Turlou

#### traditionelles **Gemüse-Schmorgericht**

("Durcheinander" - die Wortbedeutung von Turlou) Die Zutaten spiegeln wieder, was uns Saison und Garten gerade schenken - Zucchini, Auberginen, Paprika, Zwiebeln, grüne Bohnen, Karotten oder Pilze und Feta-Käse rein darf, was schmeckt! Auf Wunsch mit **frischem Brot** serviert. 16,50



### 45. Kritharáki

**Kritharáki** (griech. Nudelspezialität aus Hartweizengrieß in Reisform) in **Metaxasoße** oder **Tomatensoße** und mit Käse überbacken 14,50

### 46. Tijanaki

herzhaftes **Schlemmer-Pfännchen** aus Feta-Käse, Tomaten,, Zwiebeln, Oliven, Paprika, Peperoni und mit mildem Gouda-Käse überbacken und auf Wunsch mit **frischem Brot** serviert. 16,50



### 47. Fasolia Gijandes

weiße **Riesenbohnen** gebacken in pikanter **Tomatensoße** mit Röstkartoffeln 13,50



### 48. Brokkolo Fournou

mit Käse **überbackener Brokkoli** nach griechischer Art mit Feta-Käse in **Metaxasoße** und Röstkartoffeln als Beilage 16,50



### 49. Pita Chortoufajou

#### **vegetarische Pita**

mit Feta-Käse, grünem Salat, Krautsalat, Gurke, Tomate, Zwiebeln, Tzatziki und als Beilage Röstkartoffeln 13,50

### 50. Suwlaki Chortoufajou

#### gegrillter, **mediterraner Gemüsespieß**

auf grünem Salat mit Olivenöl-Zitrone-Knoblauch-Vinaigrette und Butterreis 17,50



**In Griechenland wird gern in Gesellschaft gegessen. Den Tisch und das Mahl mit Freunden zu teilen und zu genießen, ist eine kulturell tief verwurzelte Gewohnheit. Dabei wird auf einwandfreie Tischmanieren wenig Wert gelegt. Wichtiger ist eine entspannte und gesellige Atmosphäre.**

## **FAJITA TOU FOURNOU KE TOU TIJANIOU**

Kulinarisches aus der **Pfanne**, Duft aus dem **Backofen** und leckerer **Eintopf**. Ihre **Beilagen** nach Wunsch siehe unten

### 52. Chirino Fileto Krasato

zarte **Schweinefiletmedaillons** in Rahmsoße  
in einer Champignons-Zwiebeln-Paprika-Samos-Weißweinssoße direkt in  
der Servierpfanne gegart, mit Sahne verfeinert und mit Käse überbacken 17,50

### 53. Arni Krasato

feine **Lammsteak-Medaillons** in Mavrodafne-Rahmsoße  
Champignons-Zwiebeln-Paprika-Mavrodafne-Rotweinssoße in der  
Servierpfanne gebraten, mit Sahne verfeinert und Käse überbacken 18,50

### 54. Fasolia Gijandes me Kreas

**weiße Bohnen** (Gigantes) sind ein Grundnahrungsmittel in Griechenland,  
Eintopf in einer pikanten Tomatensauce mit geschmortem Rindfleisch 16,50

### 55. Stifadho

pikanter griechischer **Rindfleisch-Zwiebel-Eintopf** (Stifadho)  
Es sind die Gewürze, die diesen einmaligen Geschmack ausmachen,  
kleine Perlzwiebeln in einer aromatischen Tomaten-Nelken-Zimt-Soße 17,50

## **Beilagen**

für die Pfannengerichte und auch zusätzlich zu allen anderen Gerichten

20. Gemischte Salatschale	5,00	21. Krautsalat	5,00
22. Gegrilltes Gemüse	6,00	Röstkartoffeln	3,00
Marinierter Brokkoli (Olivenöl-Zitrone-Knoblauch)	6,00	Patates tinganites (handgemachte <b>Pommes Frites</b> )	3,00
Gijandes (griech. weiße Bohnen)	6,00	Tomatenreis	3,00
Kritharaki (griech. kleine Nudeln)	5,00	Butterreis (nach griech. Art)	3,00

**Die kretische Küche hat ihre Wurzeln in der Antike und wurde im Laufe der Zeit durch verschiedene Kulturen beeinflusst. Sie beruht bis heute auf frische und unverfälschte saisonalen Produkte, aromatischen Kräutern und Zutaten, welche für sich selbst sprechen.**

## **CHIRINA APO TIN PSISTARIA**

saftig **gegrillte Köstlichkeiten** mit **Tsatziki, Reis, Patates tinganites** (handgemachte Pommes Frites), und einem **Beilagensalat**

## **CHIRINA THS SKARAS**

beliebtes gegrilltes vom **Schwein**

*Viele Gerichte  
auch als kleine Portion  
abzüglich 2 Euro!*

### 57. Suwlakia

zarte **Schweinefilet-Spieße**,  
traditionell mariniert und gegrillt 17,50

### 58. Mega Suwla

herzhafter **großer Filet-Spieß** mit mediterranen **Gemüse**  
in **Zeus-Soße** (Tomatensoße nach Art des Hauses) 22,50

### 60. Bifteki sto Fournou

(**Hacksteak** mit **Metaxasoße** (Rahmsoße nach Art des Hauses)  
und mit **Käse überbacken** 18,50

### 61. Bifteki jemisto

schmackhaftes **Hacksteak**, klassisch mit **Feta-Käse gefüllt** 19,50

## **TOU GYROU**

**knusprig** gegrillte und dünn geschnetzelte, griechische  
Schweinefleischspezialität vom großem **Gyros**-(Dreh-)Spieß

### 69. Gyros **Pita**

die klassische Zubereitungsform, **Pita-Teig** (dünnes Fladenbrot)  
mit Gyros, Tsatsiki, Tomate, Zwiebeln und Krautsalat gefüllt  
tilichti (im Pita-Brot) oder auf Wunsch se Piatto (offen auf dem Teller) 13,50

### 70. **Gyros** Piatto

traditionell knusprig gegrillt und dünn geschnitten 17,50

### 72. Gyros me Metaxa Salza

mit **Metaxasoße** und **Käse überbacken** 19,50



## **DIAFORA TIS PSISTARIAS** **gegrillte Spezialitäten und kulinarische Highlights**

### **POULERIKA TIS SKARAS**

mageres und schmackhaft gegrilltes **Geflügel** mit **Beilagensalat, Reis und Röstkartoffeln** serviert

73. Suwlakia Kotopoulo  
zarte **Hähnchenbrustspieße** 17,50
74. Jalopoula Suwlakia  
**Putenbrustfilet-Spieße** mit **Metaxasoße** 18,50
75. Kotopoulo me Feta  
zartes **Hähnchenbrustfilet** mit **Feta-Käse, Tomaten, Zwiebeln und Käse überbacken** 17,50

### **WOTHINO KE ARNI TIS SKARAS**

herzhaftes, gegrilltes **Rind-** und **Lammfleisch** mit **Reis, Patates tinganites (handgemachte Pommes Frites), Tzatziki und Beilagensalat**

76. Steak Wothino  
dünn aufgeschnittenes **Rindersteak**  
mit kretischem Olivenöl und frischem Pfeffer 24,50
77. Sikotia  
herzhaftes, pikante **Rinderleber** mit geschmorten Zwiebeln 19,50
78. Paidakia  
schmackhaft würzige **Lammkoteletts** vom Milchlamm 20,50
79. Arni Suwlakia  
zarte **Lammspieße**  
mit Paprika und Zwiebeln delikat nach griechischer Art gegrillt 26,00

**Bei schönem Wetter lohnt sich ein Besuch unseres Tavernen-Innenhofs - Biergarten mit über 70 Sitzplätzen und Kinderspielplatz**

## **MIKTA TIS SKARAS**

alle **Grillteller** mit verschiedenen Grillspezialitäten,  
dazu **Reis, Patates tinganites** (handgeschnittene Pommes),  
**Tsatziki** und einem **Beilagensalat**

82. Knossos **Steak-Variation**

kleine Auswahl feiner, magerer und schmackhafter Grillspezialitäten,  
aus **Hähnchen-, Putenbruststeak** und **Hacksteak** 21,50

83. Festos **Suwlaki-Spieß-Grillplatte**

eine köstliche Variation von zarten und fettarmen Fleischspießen  
mit je einem **Lamm-, Puten-, Schweinefleischspieß** und **Gyros** 24,50

84. Anthos **Sikotia-Leber-Teller**

eine Kombination aus würziger Rinderleber und schmackhaften Gyros  
**Sikoti** (Rinderleber) und **Gyros** 21,50

85. Meteora **Suzukia-Hackröllchen-Teller**

saftig gegrillte Röllchen aus reinem Hackfleisch und knusprigen Gyros  
**Suzukia** und **Gyros** 21,50

86. Kastelli **Suwlaki-Spieß-Teller**

zarter Schweinefilet-Spieß und schmackhafter Gyros  
**Suwlaki** und **Gyros** 21,50

88. Olympia Grillplatte

ein abwechslungsreiches Arrangement verschiedener Grillspezialitäten  
**Suzuki** (Hackröllchen), **Paidakia** (Lammkoteletts), **Sikoti** (Leber), **Gyros** 23,50

89. Marathon Grillplatte

beliebte Kombination herzhafter, gegrillter Schweinefleischspezialitäten  
**Befteki** (Hacksteak mit Feta-Käse gefüllt), **Suwlaki** (Schweinefilet-Spieß)  
und unserem knusprigen **Gyros** 24,50

### **SALZES / SOßEN**

(pikant nach Art des Hauses)

#### **Metaxasoße**

(würzig-aromatische Weinbrand-Rahmsoße aus Sahne, Käse und Paprika) 3,50

#### **Zeussoße**

(herzhaft-pikante Tomatensoße mit Zwiebeln und Paprika) 3,00

**Fast alle Gerichte auch ausser Haus!**

**[www.grieche-bredstedt.de](http://www.grieche-bredstedt.de)**

## **MENOU KE PIKILIES JIA TIN PAREA** **(Menüs und Grillplatten für zwei und mehr Personen)**

### 91. PIKILIA SKARAS

#### **Grillplatte mit 4 Spezialitäten ihrer Wahl pro Person...**

Stellen Sie aus unseren kulinarischen Klassikern ihre Grillplatte zusammen.

**Suwlakia** (Filetspieße) vom Schwein, vom Lamm, Putenbrust- oder Hähnchenspieße, **Sikotia** (Rinderleber) und **Suzukia** (Hackröllchen),

**Paidakia** (Lammkotelett) oder auch unserem knusprigem **Gyros**.

Dazu servieren wir Reis, Röstkartoffeln, Tsatsiki, Metaxasauce oder Zeustomatensauce und eine gemischte Salatplatte

pro Person 27,00 €

### 92. SPITIKO MENOU

#### **Unser mehrgängiges Haus-Menü**

1. Sie starten mit feinen „**Orektiká**“ und herzhaften „**Mezedhes**“ (verschiedene griechische kleine **Leckereien**)
2. anschließend servieren wir Ihnen eine kretische Salatcreation (frischer **Salat der Saison**)
3. wir verwöhnen Sie mit einer **Auswahl unserer Grillspezialitäten** und den dazu gehörigen Beilagen (lassen Sie sich überraschen!)
4. genießen Sie abschließend unseren milden, griechischen **Sahnejoghurt mit Honig und Walnüssen**

pro Person 34,50 €

### 93. TOU FOURNOU /

#### **Etwas ganz Besonderes**

(nur auf Vorbestellung für 3 Personen und mehr!)

#### **Delikater Lammkeulen- oder Schweinenackenbraten**

nach original griechischer Art mit Kartoffeln, Zucchini, Auberginen, Karotten und Paprika im Ofen gebacken.

Dazu klassisch eine Horiatiki (griechischer Bauernsalat)

pro Person 30,00 €

**Und immer wieder sonntags ...**

**... gibt es auch in Griechenland ein Festessen. Da setzt sich die Familie um den Tisch, es wird geschwatzt, gelacht und sich des Lebens erfreut. Und werden die köstlich duftenden Grillspezialitäten serviert, ist die Welt auf Kreta und vielleicht auch in Bredstedt in Ordnung.**



***Wussten Sie, dass unsere Taverne  
auch Catering anbietet?***

***Zeigen sie ihren Gästen auf ihrer Feier,  
dass griechisches Essen auch außer Haus  
innovativ und unglaublich lecker sein kann.***

***Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Email.***

***(0 46 71) 48 66 ab 17.00 Uhr  
taverne-kreta@griechen-bredstedt.de***

