

FRESH & HEALTHY

SOULFOOD SALAD

18€

(7, 8)

Blattsalat . Frische Beeren . Feta . Gegrillte Bio-Huhn-Brust . Pesto . Kürbiskerne

Lattuga . bacche fresche . feta . petto di pollo biologico alla griglia . pesto . semi di zucca

Green Salad . Fresh Berries . Feta . Grilled Organic Chicken Breast . Pesto . Pumpkin Seeds



BUDDHA BOWL

18€

(1, 6, 9, 11)

Bio Salat . Avocado . Sesam . Tofu . Kirschtomaten . Curry Couscous

Insalata biologica . avocado . sesamo . tofu . pomodorini . cous cous al curry

Organic Salad . Avocado . Sesame . Tofu . Cherry Tomatoes . Curry Couscous

SOUTH TYROLEAN SPECIALITIES

Räucherteller: Speck . Kaminwurze . Wildschinken . Heimischer Käse . Meerrettich . Eingelegte Gurken 17€ (1, 7, 12)

Piatto affumicato: speck . salsiccia affumicata . formaggio locale . rafano . cetrioli sottaceto

Typical plate of South Tyrol: Bacon . Smoked Sausage . Local Cheese . Horseradish . Pickled Cucumbers

Käseknödel . Krautsalat . Kümmel 16€ (1, 3, 7, 9)

canederlo di formaggio . cavolo cappuccio . cumino

Cheese Dumpling . Cabbage salad . Cumin

Schlutzkrapfen . Braune Butter . Parmesan 16€ (1, 3, 7, 9)

mezzelune agli spinaci . burro fuso . Parmigiano

Homemade Ravioli . Melted Butter . Parmigiano

Gulasch mit Polenta 21€ (4, 9, 10, 12)

Gulasch con polenta

Goulash with polenta

SIGNATURE BURGERS

SOULFUL BURGER

19€ (1, 3, 7, 10, 11, 12)

Burger Bun - hausgemacht . Rauke . Fleisch-Patty aus Südtirol . Guacamole . Heimischer Käse . Speck . Gurke

Burger bun - fatto in casa . rucola . patty di carne dell'Alto Adige . guacamole . formaggio locale . speck . cetrioli

Burger Bun - homemade . Rocket . Meat Patty from South Tyrol . Guacamole . Local Cheese . Bacon . Cucumber



SILENA FLOWER BURGER

19€ (1, 6, 10, 11, 12)

Rein pflanzlich zu 100% . Burger Bun - hausgemacht . Pflanzliches Patty . Frischer BIO Salat . Curry-Remouladen-Sauce .

Marinierte Tomaten . Essiggurke

Vegano al 100% . burger bun - fatto in casa . patty vegetale . insalata fresca biologica . salsa tartara al curry .

pomodori marinati . cetriolini sottaceto

100% plant-based . Burger Bun - homemade . Vegetable Patty . Fresh Biological Salad . Curry-Remoulade-Sauce .

Marinated Tomatoes . Pickled Cucumbers

Wir servieren die Burger mit Süßkartoffel-oder Kartoffelpommes.

Serviamo gli hamburger con patatine dolci o patatine fritte.

We serve the Burgers with Sweet Potato Fries or Potato Fries.

ASIAN & ITALIAN FAVORITES

SPRING ROLLS

15€ (1, 6, 9, 11)

SILENA's Frühlingsrollen . Chilli-Dip . Rauke

SILENA's involtini primavera . salsa al chilli . rucola

SILENA's Spring Rolls . Chilli-Dip . Rocket

SOULFUL PASTA

15€ (1, 3, 7, 9)

Garganelli all'Italiana . Tomaten . Taggiasche Oliven . Burrata

Garganelli all'italiana . pomodorini . olive taggiasche . burrata

Garganelli Italian Style . Tomatoes . Taggiasca Olives . Burrata

PAD THAI

18€/20€ (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11)

Pad Thai . Wokgemüse . Asiasauce . Huhn (18€) ODER Shrimps (20€) ODER Vegan (18€)

Pad thai . verdura al wok . salsa asiatica . pollo (18€) OPPURE gamberetti (20€) OPPURE vegano (18€)

Pad Thai . Wok Vegetables . Asian Sauce . Chicken (18€) OR Shrimps OR Vegan (18€)

FROM OUR PASTRY CHEF

Tageskuchen mit Vanilleeis	6€	(1, 3, 7, 8, 12)
Torta del giorno con gelato alla vaniglia		
Cake of the Day with Vanilla Ice Cream		

Apfelstrudel mit Vanilleeis	6€	(1, 3, 7, 8, 12)
Strudel di mele con gelato alla vaniglia		
Apple Strudel with Vanilla Ice Cream		

Wir legen ein großes Augenmerk darauf, woher wir unsere Produkte beziehen.

Unsere Eier beziehen wir vom Falkensteinerhof und Eggerhof aus Südtirol. Die Hühner führen ein glückliches Leben in Freiheit, scharren in der Erde und picken im frischen Gras.

Die Milchprodukte beziehen wir über den Milchhof Brimi in Brixen. Die Südtiroler Bauern beliefern den Milchhof und dieser verarbeitet die Milch weiter. Der Hauptteil unserer Käsesorten wird in Südtirol hergestellt. Ergänzt wird diese Auswahl von besonderen Käsesorten aus ganz Italien, Frankreich, Schweiz, Deutschland und Spanien.

Prestiamo molta attenzione alla provenienza dei nostri prodotti.

Le uova provengono dai masi Falkensteiner e Egger in Alto Adige. Le galline conducono una vita felice in libertà, grattando la terra e bec-cando l'erba fresca.

I prodotti lattiero-caseari provengono dal Milchhof Brimi di Bressanone. I contadini altoatesini riforniscono il caseificio che lavora il latte. La maggior parte dei nostri formaggi è prodotta in Alto Adige. A questa selezione si aggiungono formaggi speciali provenienti da tutta Italia, Francia, Svizzera, Germania e Spagna.

We take great care in sourcing our ingredients.

Our eggs are from South Tyrol's Falkensteinerhof and Eggerhof farms, where resident chickens lead a happy life in the open air, scratching at the earth and pecking through fresh grass.

We source our dairy products from the Brimi dairy cooperative in Brixen, which supplies its milk exclusively from South Tyrolean farmers.

Our cheese selection, while mostly sourced from producers here in the region, features several unique additions from Italy, France, Switzerland, Germany and Spain.

Allergene-Liste | Elenco Allergeni | Allergen List

1	Getreide, das Gluten und daraus hergestellte Erzeugnisse Cereali contenenti glutine e prodotti derivati Cereals containing gluten and products thereof	8	Schalenfrüchte und daraus hergestellte Erzeugnisse Frutta a guscio e prodotti derivati Nuts and products thereof
2	Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse Crosteacei e prodotti derivati Crustaceans and products thereof	9	Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse Sedano e prodotti derivati Celery and products thereof
3	Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse Uova e prodotti derivati Eggs and products thereof	10	Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse Senape e prodotti derivati Mustard and products thereof
4	Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse Pesce e prodotti derivati Fish and products thereof	11	Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse Semi di sesamo e prodotti derivati Sesame seeds and products thereof
5	Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse Arachidi e prodotti derivati Peanuts and products thereof	12	Schwefeldioxid und Sulfite in Konzentrationen > 10 mg/kg oder 10 mg/l Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni > 10 mg/kg o 10 mg/l Sulphur dioxide and sulphites in concentrations > 10 mg/kg or 10 mg/l
6	Sojabohnen und daraus hergestellte Erzeugnisse Soia e prodotti derivati Soybeans and products thereof	13	Lupinen und daraus hergestellte Erzeugnisse Lupini e prodotti derivati Lupin and products thereof
7	Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse, einschließlich Laktose Latte e prodotti derivati, incluso lattosio Milk and products thereof, including lactose	14	Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse Molluschi e prodotti derivati Molluscs and products thereof