



KAFFEE

Für unsere Kaffees verwenden wir Faber Espresso, eine Mischung aus hochwertigen Arabica Kaffeesorten, die auf Plantagen in Kolumbien und Brasilien geerntet werden (90 %) sowie einem Anteil Robusta aus Indien (10 %). CrossCoffee aus Bremen röstet die Rohkaffees aus nachhaltigem Anbau. Faber Espresso ist ein Kaffee mit vollem Körper und kräftiger Crema. Er kommt mit einer leichten Karamellnote und einem schön schokoladigen Nachgeschmack daher. Egal ob solo oder mit Voll-, laktosefreier oder Sojamilch.

Espresso ¹	1,90 €
Espresso Doppio ¹	2,40 €
Espresso Macchiato ¹	2,10 €
Espresso Doppio Macchiato ¹	2,80 €
Cortado Natural ¹	2,60 €
Cortado Bombón ¹ (mit süßer Kondensmilch)	2,80 €
Cafe Americano ¹	2,30 €
Cappuccino ¹	2,80 €
Flat White ¹	2,90 €
Latte Macchiato ¹	3,10 €
Milchkaffee ¹	3,10 €
extra Espresso-Shot ¹	0,50 €

* Alle Kaffees sind auch mit entkoffeiniertem Kaffee sowie mit Soja- oder laktosefreier Milch erhältlich.

** Kaffee zum Mitnehmen: im Pappbecher (+ 0,30 €),
im eignen Thermobecher (kein Aufpreis :)



TEE & TRINKSCHOKOLADE

Unsere Tees und Trinkschokoladen stammen aus biologischem Anbau und sind fair gehandelt.

Pukka Tee	2,50 €
Verschiedene Sorten: Matcha Green, Charmante Cassis, Kamille & Vanille, Detox, Pfefferminz & Süßholz, Zitrone & Ingwer, Klar.	
Schwarzer Tee (Kaffee & Tee Hemken, Bremen)	2,70 €
Frischer Minztee	2,80 €
Frischer Ingwertee	3,00 €
Heiße Schokolade	3,00 €
Heiße Schokolade mit Sahne	3,30 €
Kinderschokolade Kleines Glas 0,1 l	1,00 €
Chai Latte (David Rio Tiger Spice)	3,30 €

WASSER

Viva con Agua laut 0,33 l Fl.	2,10 €
Viva con Agua leise 0,33 l Fl.	2,10 €
Viva con Agua laut 0,7 l Fl.	3,90 €
Viva con Agua leise 0,7 l Fl.	3,90 €



LIMONADEN & SÄFTE

Hausgemachte saisonale Limonade ^{bio} 0,4 l	3,90 €
Lemonaid ^{bio} 0,33 l Fl.	2,90 €
Blutorange, Limette, Maracuja	
ChariTea ^{bio} 0,33 l Fl.	2,90 €
Black, Red, Green, Mate	
Anjola ^{bio} 0,33 l Fl.	2,90 €
Ananas-Limette, Orange, Ingwer-Zitrone	
Völkel Saftschorle ^{bio} 0,33 l Fl.	2,80 €
Apfel, Rhababer	
Fritz Kola ^{1,2} 0,33 l Fl.	2,80 €
Mischmasch ^{1,2} 0,33 l Fl.	2,80 €
Frischgepresster Orangensaft ^{bio} 0,2 l	3,50 €
Kinderapfelsaft ^{bio} 0,1 l	1,00 €
Thomas Henry 0,2 l Fl.	3,00 €
Ginger Ale ^{2,7} , Tonic Water ⁴	
Lammsbräu Malzbier ^{bio} 0,33 l Fl.	2,90 €



BIER

Unsere Biere sind aus Norddeutschland oder kommen von fränkischen Pionieren, die bereits früh auf Malz, Hopfen und Hefe aus biologischem Anbau setzten. Reinheitsgebot ernst genommen. Alle passen bestens zu INS BLAUE, schmecken charaktvoll und eigen. Biergenuss jenseits des industriellen Einheitsgebräus.

- Pinkus Spezial ^{bio} 0,33 l. Fl. 3,20 €
Naturtrübes Pils, malzig mit einer kräftigen Hopfennote,
5,1% Vol., Brauerei Pinkus Müller, Münster
- Hanseat 2.0 0,33 l. Fl. 3,80 €
Naturtrüb, untergärig mit blumigen, würzigen Zitrusnoten, ein
Duett aus Malz und Hopfen, 6.0% Vol., Freie Brau Union Bremen
- TrainingsLager 0,33 l. Fl. 3,90 €
Naturtrüb, untergärig mit Aromen von Grapefruit, Maracuja und
Mango, angenehm herb im Nachtrunk, 5,5% Vol.,
Mashsee Brauerei Hannover
- Lammsbräu Zisch ^{bio} 0,33 l. Fl. 3,10 €
Untergäriges Pils, angenehm spritzig, mildherb, 4,7% Vol.
- Lammsbräu Weizen ^{bio} 0,5 l. Fl. 3,80 €
Hefetrüb, prickelnd spritzige Erfrischung, 5,1% Vol.,
Neumarkter Lammsbräu
- Lammsbräu alkoholfreies Weizen ^{bio} 0,5 l. Fl. 3,80 €
Hefetrüb, isotonisch, überraschende Geschmacksfülle mit
malzigem und fruchtigem Charakter
- Lammsbräu AktivMalz ^{bio} 0,33 l. Fl. 2,90 €
Malzbier, kräftig aromatisch, natürlichsüßer Geschmack, alkoholfrei



WEIN, SEKT & PROSECCO

Unsere Weine beziehen wir von der Weinhandlung Kiek Rin im Viertel. Grauburgunder, Rosé und Rotwein kommen noch ein bisschen mehr aus Bremen. Denn seit 2013 betreibt der junge Bremer Frederik Janus zusammen mit seiner Freundin Katharina Witte das Weingut Frederik Janus in Herxheim am Berg/nördliche Pfalz. Frederik gehört zu einer jungen Winzer-Generation, die eigene Wege geht, auf Herbizide und Kunstdünger verzichtet und frische, leckere Weine zustande bringt.

Vinho Verde Lourinho ⁵ 0,2 l	3,90 €
Klassischer Sommerweißwein aus Portugal, trocken, moussiert leicht, 9,5% Vol., Rebsorten: Loureiro, Arinto, Trajadura	
Grauburgunder ⁵ 0,2 l	4,70 €
Weißwein aus der Pfalz, trocken, 2015, 12% Vol., Rebsorte: Grauburgunder	
Rötlich ⁵ 0,2 l	4,70 €
Rosé aus der Pfalz, trocken, 2015, 12%Vol., Rebsorte: Dornfelder	
Roter ⁵ 0,2 l	4,70 €
Rotwein aus der Pfalz, trocken, 2014, 13%Vol., Rebsorten: Merlot, Cabernet	
Las Hermanas Grapes ⁵ 0,2 l	4,70 €
Rotwein aus Jumilla, Spanien, trocken, 2014 14%Vol, Rebsorte: Monastrell	
Cantico Prosecco Brut ⁵ Piccolo 0,2 l	5,90 €
Prosecco aus Italien, trocken, 11%Vol, Rebsorte: Prosecchino Veneto	
Kiek Rin No.1 ⁵ 0,75 l	15,90 €
Rieslingsekt aus der Pfalz, trocken, 2014 12%Vol, Rebsorte: Müller-Thurgau	



SEELEN

Die Seele ist außen knusprig, innen weich, luftig und feucht. Sie ist ausnahmsweise nicht esoterisch, sondern irdisch lecker. Ursprünglich ist sie eine schwäbische Dinkel-Brotpezialität. Klar, es lässt sich fachsimplen, wie die Seele richtig daher kommt. Wir haben sie nach einem Skitouren-Camp im Montafon importiert und backen jetzt eigenhändig bremische Seelen aus Bio-Dinkelmehl. Täglich frisch und mit Bio-Zutaten belegt.

„Wanderseele“	3,90 €
Tiroler Schinkenspeck, Gewürzgerken	
„Verwandte Seele“	3,90 €
Bergkäse, eingelegte Tomaten, Feigensenf	
„Schwarze Seele“	3,90 €
selbstgemachte Oliventapenade, frische Tomaten, Rucola	
„Gute Seele“	4,10 €
Ziegenfrischkäse, Birne, Walnüsse, Imkerhonig, Thymian	

TAGESGERICHT

Dienstag und Mittwoch kocht Tassilo Suppen, Donnerstag und Freitag Curries. Die Suppen gibt es mit Seelen, die Curries mit Jasminreis. Die Zutaten sind zum größten Teil aus biologischem Anbau. Tassilo ist gelernter Koch und ein großartiger Suppen- und Curry-Zaubermeister.

Vegetarische Suppe mit Seele	5,50 €
Veganes Curry mit Jasminreis.....	6,50 €



KUCHEN, SÜßES & SONSTIGER QUARK

Bei uns bekommt meist jede und jeder ein ansehnliches Stück vom Kuchen. Auf Wunsch. Neben Klassikern wie dem Brownie gibt es immer wieder neue Einfälle von Britta und Minu, den Konditorinnen in der INS BLAUE Crew. Der Quark ist in Wahrheit ein verführerischer Sahne-Joghurt, mit hausgeröstetem Granola und Früchte-Kompott. Gefährlich und gesund.

Hausgemachte Kuchen 3,20 € - 3,60 €
siehe Angebot* in unserer Vitrine.

* Wir haben auch immer wieder vegane und glutenfreie Kuchen zur Auswahl. Sprecht uns einfach an.

Schokoladenbrownie..... 2,90 €

Extra Sahne 0,50 €

Double Chocolate Chip Cookie..... 2,10 €

Bio-Sahnejoghurt mit hausgemachtem Kompott im Glas. 2,90 €

Bio-Joghurt mit Früchten & Granola in der Schale 4,80 €

ZUSATZSTOFFE & ALLERGENE

1 mit Koffein

2 mit Farbstoff(en)

3 mit Konservierungsstoff(en)

4 mit Antioxidationsmittel

5 mit Schwefeloxid

6 mit Milcheiweiß

7 chininhaltig

Soweit Du von Allergien betroffen bist, sprich uns einfach an. Unsere separate Allergikerkarte gibt Auskunft über die in den Speisen enthaltenen allergenen Zutaten.