



# Speise KARTE

*Fragen Sie unser Personal nach  
unseren Allergenen und Zusatzstoffen.*

# Willkommen IM MIARA

Lesedauer: 3 Minuten

Das Miara ist ein Werkstattbereich der Lammetal GmbH aus Lamspringe - zu unseren Bereichen Metall, Holz, Montage, Aktenvernichtung, Garten- und Landschaftspflege haben wir seit dem 1. Mai 2018 auch den Bereich Gastronomie, in dem Menschen mit Behinderung unter fachlicher Anleitung arbeiten. Die Lammetal GmbH als gemeinnützige Lebenshilfe Einrichtung bietet Menschen mit Behinderung Arbeits- und Wohnplätze mit dem Ziel der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. In den Werkstätten arbeiten 450 Menschen mit verschiedenen Graden und Arten der Behinderung. Eine davon ist die **Intelligenzminderung**, dies ist eine unvollständige Entwicklung von geistigen Fähigkeiten. Sie kann das Denkvermögen, die Sprache oder auch die sozialen Fähigkeiten betreffen. Betroffene Menschen besitzen verringerte Fähigkeiten, neue oder komplexe Informationen aufzunehmen und zu verarbeiten. Zusätzlich haben Menschen mit dieser Behinderung häufig Schwierigkeiten im sozialen Miteinander.

Eine andere Behinderung ist die **psychische Erkrankung**. In unserer Werkstatt arbeiten auch Menschen, die von verschiedenen psychischen Erkrankungen betroffen sind. Um Ihnen einen Einblick zu verschaffen, erläutern wir Ihnen nachfolgend einige häufig auftretende Erkrankungen: **Die Depression**, sie ist gekennzeichnet durch eine starke Antriebslosigkeit, die sich über alle Lebensbereiche erstrecken kann. In schweren Fällen haben betroffene Menschen keinen oder nur noch einen schwach ausgeprägten Lebenswillen. **Eine Angststörung**, sie bezeichnet das übersteigerte Gefühl von Angst. Man unterscheidet hier zwischen einer **Phobie**, bei der sich die Angst auf einen bestimmten Bereich begrenzt, z.B. die Angst mit Menschen zu sprechen, und der **generalisierten Angststörung**, bei der die Angst sich über alle Lebensbereiche ausbreitet. Oder eine **Persönlichkeitsstörung**, sie zeichnet sich durch ein Erleben und Verhalten aus, welches deutlich von dem eines gesunden Menschen abweicht. Hier gibt es viele verschiedene Ausprägungsformen.

## Sie möchten mehr über die verschiedenen Behinderungsbilder in unserer Werkstatt erfahren?

Unter [www.lammetal.net/lammetalgmbh](http://www.lammetal.net/lammetalgmbh) erhalten Sie weiterführende Informationen.

Seit der Eröffnung arbeiten Menschen mit und ohne Behinderung Hand in Hand im Miara. Das Restaurant ist Lern- und Tätigkeitsort, der sie ermutigt und stärkt, Arbeitserfahrungen entsprechend ihren Fähigkeiten zu machen. **Von großer Bedeutung ist:** Wir möchten jeden Menschen in seiner Individualität fördern und ermöglichen sich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln. Ziel unserer Arbeit ist, dass Menschen mit Behinderung ihre Rechte auf Teilhabe am Arbeitsleben und am Leben in der Gemeinschaft ausüben können. Sie sind begeistert und stolz hier zu arbeiten. **Die Wertschätzung, die sie von den Gästen erhalten, ist von großer Bedeutung und dient ihnen als Motivation.** Für den Gast selbst gibt es keinen spürbaren Unterschied zu gängigen Restaurants.

↗  
Gut zu wissen.

↘  
In Deutschland gibt es 2.850 Werkstätten für Menschen mit Behinderung (Stand 2022)

↙  
Guter Service, beste Qualität, Leidenschaft & Persönlichkeit sind dabei "inklusive".



# Speisekarte





# FRÜHSTÜCK

- 1 FRÜHSTÜCKSBUFFET** 14,90  
JEDEN SAMSTAG | 10.00 - 11.30 UHR
- 2 SONNTAGS-BRUNCH** 24,90  
JEDEN SONNTAG | 10.00 - 14.00 UHR

*zzgl. Getränke*



# STARTER

- 10 **RINDERCARPACCIO** 14,90  
RUCOLA | PARMESAN | PINIENKERNE | OLIVENÖL  
BALSAMICO GLACE | SALATBOUQUET | CIABATTA
-  11 **ANTIPASTI-VOM GRILL** 13,90  
CIABATTA  
WAHLWEISE MIT PARMASCHINKEN (+ 1,50)
- 12 **VORSPEISENTELLER FÜR 2** 19,90  
BRUSCHETTA | CAPRESE | ANTI PASTI |  
CIABATTA | AIOLI (+1.50)

# SUPPEN

-  20 **KAROTTEN-KOKOS-TRAUM** 6,90  
CIABATTA

# SALATE

Wählen Sie ihr Lieblingsdressing:  
Zu allen Salaten servieren wir Ihnen frisches Ciabatta.

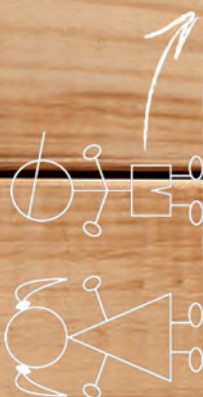
-  30 **ROTE BEETE SALAT** 13,90  
GRÜNER SALAT | KARAMELLISIERTE WALNÜSSE  
GRANATAPFELKERNE | CIABATTA  
WAHLWEISE: GRATINIERTER ZIEGENKÄSE | FETA WÜRFEL
-  31 **SALAT ALADIN** 13,90  
FALAFEL BÄLLCHEN | BULGURSALAT | BLATTSALAT  
TOMATE | GURKE | PETERSILIE | JOGHURT-MINZE-DIP
-  32 **CAESAR SALAT** 11,90  
RÖMERSALAT | PARMESAN | CROUTONS |  
CAESARDRESSING


Sie haben  
die Wahl

## TOPPINGS


- HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN 4,90  
FETA-WÜRFEL 3,90  
MEDITERRANES GEMÜSE 3,90

## FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE



- |  |  |      |
|--|--|------|
| 40   | <b>CHICKEN NUGGETS*</b><br>STEAKHOUSE-FRIES   KETCHUP ODER MAYONAISE | 7,90 |
| 41   | <b>KLEINES HÄHNCHENSCHNITZEL</b><br>ERBSEN-MÖHREN-RAHM   POMMES      | 8,90 |
|  42 | <b>STEAKHOUSE FRIES</b>  | 3,90 |
| 43   | <b>SÜSSKARTOFFEL-POMMES</b>  | 5,40 |

## BOWLS

- |  |  |              |
|--|--|--------------|
|  45 | <b>MIARA BOWL</b><br>KNUSPRIG GEBRATENES SESAMHÄHNCHEN  <br>TERIYAKI SAUCE   CHILI AIOLI | <b>16,90</b> |
|  | <b>LACHS BOWL</b><br>GEBRATENE LACHSSTREIFEN   TERIYAKI SAUCE  <br>CHILI-AIOLI   SESAM   | <b>17,90</b> |





# FISCH

- 50 **GEGRILLTES LACHSFILET** 27,90  
ZITRONENWEIßWEINSOBE | MANDELBROKKOLI |  
ROSMARINKARTOFFEL | BEILAGENSALAT



## KLASSIKER

- 80 **CURRYWURST MIARA** 12,90  
STEAKHOUSE FRIES | HAUSGEMACHTE SAUCE
- 81 **SCHNITZEL MIT CHAMPIGNONRAHMSAUCE** 17,90  
SCHWEIN UND HÄHNCHEN SCHNITZEL MÖGLICH |  
STEAKHOUSE FRIES, BEILAGENSALAT
- 82 **CHILI-HOLLANDAISE SCHNITZEL** 17,90  
SCHWEIN UND HÄHNCHEN SCHNITZEL MÖGLICH |  
STEAKHOUSE FRIES | BEILAGENSALAT
- 83 **GEMÜSETELLER** 14,90  
GRILLEGEMÜSE NACH SAISON | ROSMARIN  
KARTOFFELN | VEGANE CHILI-CREME



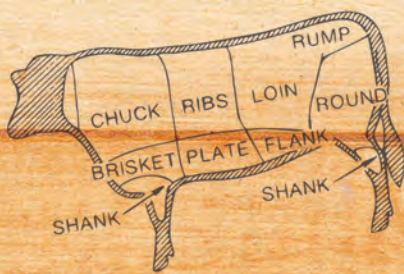
# BURGER

*Zu jedem Burger reichen wir ein Schälchen  
Cole Slaw Salat und Steakhousefries.*

- |   |              |
|---|--------------|
| <b>70 CHICKEN BURGER</b>  | <b>16,90</b> |
| HOMESTYLE BRÖTCHEN   CRISPY CHICKEN<br>ANANAS CHUTNEY   SALAT   TOMATE   GURKE<br>GRANA PADANO   BURGERSAUCE                          |              |
| <b>71 BBQ BURGER</b>  | <b>17,90</b> |
| HOMESTYLE BRÖTCHEN   RINDFLEISCH-PATTY<br>BBQ-SAUCETRÖSTZWIEBELN   BACON   SALAT<br>TOMATE   ESSIGGURKE   CHEDDAR KÄSE<br>BURGERSAUCE |              |
|  <b>72 VEGGIE BURGER (VEGAN)</b>                   | <b>16,90</b> |
| LINSEN PATTY   GRILLGEMÜSE   HUMUS  |              |
| <b>73 CHILI CHEESE BURGER</b>   | <b>17,90</b> |
| HOMESTYLE BRÖTCHEN   RINDFLEISCH-PATTY<br>JALAPENOS   CHILI-CHEESE-SAUCE  |              |
| <b>74 NAKED BURGER (OHNE BURGER BRÖTCHEN)</b>   | <b>16,90</b> |
| EISBERGSALAT   TOMATEN   GEWÜRZGURKE  <br>BBQ SAUCE   |              |
| <b>75 EXTRA PATTY</b>   | <b>5,90</b>  |
| ZWEITES RINDFLEISCH-PATTY   |              |

Unser  
Renner!





# FLEISCHGERICHTE VOM GRILL

## HÄHNCHENSTEAK

17,90

GEMÜSE DER SAISON | WEIßWEINSAUCE

## ARGENTINISCHES RUMPSTEAK

19,90 / 24,90

180 GRAMM ODER 230 GRAMM

KRÄUTERBUTTER | BEILAGENSALAT

Sie haben  
die Wahl

BEILAGEN:	
ROSMARINKARTOFFELN	3,90
OFENKARTOFFEL MIT SOUR CREME	4,90
STEAKHOUSE-FRIES	3,90
MEDITERRANES OFENGEMÜSE	4,90
GESCHMORTE SCHALOTTEN	2,90
BOHNENBÜNDCHEN MIT SPECK	3,90
SÜSSKARTOFFEL- POMMES	3,90
SOBEN:	
PFEFFERRAHM	2,90
HOLLANDAISE	2,90
CHILI-HOLLANDAISE	2,90
CHAMPIGNONRAHM	2,90



# DESSERT

Der Klassiker  
der italienischen  
Eisspezialitäten!

## TARTUFO CLASSICO

HALBGEFRORENE SCHOKOLADENCREME | ZABAIONE-KERN  
KAKAO | KANDIERTE HASELNUSS  
WAHLWEISE MIT ESPRESSO + 1,00

7,90

## TARTUFO CAFFÈ

HALBGEFRORENE KAFFEECREME | KAFFEEKERN | KAKAO  
BAISERSTÜCKCHEN  
WAHLWEISE MIT ESPRESSO + 1,00

8,90

## SCHOKO-TRAUM

SCHOKO-SOUFFLEE | FLÜSSIGER KERN | VANILLEEIS | SAHNE

9,90

## KUGEL EIS

### SORTEN

VANILLE | SCHOKOLADE  
JOGHURT-KIRSCH | WALNUSS-KARAMELL

Kugel 2,00

### VEGANE SORTEN

ERDBEERE

Kugel 2,00

### TOPPINGS

SAHNE | SCHOKO-STREUSEL | SMARTIES

0,80



## EISBECHER

### KINDER EISBECHER

2 KUGELN NACH WAHL | STREUSEL

3,90

### MIARA EISBECHER

SCHOKOLADE | VANILLE | JOGHURT-KIRSCH  
SAHNE | SCHOKOSAUCE

6,50

### HERREN BECHER

SCHOKOLADE | VANILLE | WALNUSS  
EIERLIKÖR | SAHNE | SCHOKOSAUCE

7,50

### SANFTER ENGEL

ORANGENSAFT | VANILLEEIS

4,50

### EISKAFFEE

KALTER KAFFEE | VANILLEEIS | SAHNE  
SCHOKOSAUCE

4,90

### EISSCHOKOLADE

KALTER KAKAO | VANILLEEIS | SAHNE  
SCHOKOSAUCE

4,90

