

# RESTAURANT „SIMOLA“

## „DER ANFANG“



„LEOPARD AND SON“ - ARTIST BEAU VAN ZYL

„SIMOLA“ BEDEUTET IN DER SOTHO-SPRACHE „DER ANFANG“.

SOTHO WIRD IM SÜDLICHEN AFRIKA GESPROCHEN  
UND IST EINE DER 11 AMTSSPRACHEN DER „REGENBOGEN-REPUBLIK“ SÜDAFRIKA.

DIE FAMILIE VAN HELT BETREIBT HOTELS UND RESTAURANTS AN MEHREREN ORTEN SÜDAFRIKAS, EINEM  
LAND, DAS ZU DEN BELIEBTESTEN REISEZIELEN DER WELT GEHÖRT.

„SIMOLA“ SYMBOLISIERT DEN ANFANG EINER VERBINDUNG ZWISCHEN DER NORDDEUTSCHEN REGION  
EMSLAND UND DEM SÜDLICHEN TEIL DES AFRIKANISCHEN KONTINENTS.

DAS RESTAURANT „SIMOLA“ BIETET DEN GÄSTEN GESCHMACKSVOLLE UND INTERNATIONALE GERICHTE IM  
MODERNEN AMBIENTE UND MIT EINEM „HAUCH VON SÜDLICHEM AFRIKA“.  
DAZU WERDEN ERSTKLASSIGE WEINE AUS DER KAP PROVINZ EMPFOHLEN.

WIR WÜNSCHEN IHNEN GUTEN APPETIT UND EINEN ANGENEHMEN AUFENTHALT.

WENN ES IHNEN BEI UNS GEFALLEN HAT,  
EMPFEHLEN SIE DAS RESTAURANT „SIMOLA“ BITTE WEITER.

IHRE FAMILIE VAN HELT



## TEAM UND PHILOSOPHIE

„Kochen ist unsere Leidenschaft“

Die stilvolle und hochwertige deutsch-afrikanische Küche mit marktfrischen Zutaten und afro-indischen Gewürzen haben einen Stammplatz auf unserer Karte. Küchenchefin Dajana Kesse-Karnbrock und Sous Chef Patrik Weber verzaubern mit Ihrem Team die Gäste mit aufregenden Kreationen und Geschmackserlebnissen.

“Verwöhnen und Genießen“

Die Restaurantleitung und das Team begrüßen alle Gäste persönlich und herzlich. So entsteht eine unkomplizierte und entspannte Atmosphäre im Restaurant und das gesamte Serviceteam agiert mit Hingabe und Engagement. Nur so werden Individualität und Geschmack eines jeden Einzelnen respektiert.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

∞ ∞ ∞

## ALLERGIEN

INFORMATIONEN ÜBER ZUTATEN IN UNSEREN SPEISEN,  
DIE ALLERGIEN ODER UNVERTRÄGLICHKEITEN AUSLÖSEN KÖNNTEN,  
ERHALTEN SIE AUF NACHFRAGE BEI UNSEREN MITARBEITERN.

VIELEN DANK UND GUTEN APPETIT.

## Öffnungszeiten:

**Montag bis Freitag 18:00 bis 22:00 Uhr**  
(Geschlossen an Feiertage und manche Brückentage)

Konferenzen und Familienfeiern auch zu anderen Zeiten möglich,  
per Absprache auch für Firmen- und Tagungsgruppen vom African Sky Hotel

Besuchen Sie uns auch auf:

[www.simolarestaurant.de](http://www.simolarestaurant.de)

oder

[www.facebook.de/SimolaRestaurant/](https://www.facebook.de/SimolaRestaurant/) / Instagram: @simola\_restaurant  
(für aktuelle Info und Events)

[www.africanskyhotel.de](http://www.africanskyhotel.de)  
(für Infos über unsere Partnerhotels in Süd Afrika)



- ALA CARTE MENU -

- VORSPEISEN -

Bunter Sommersalat  
mit geschmorten Champignons und French Dressing  
(Vegetarisch)

*Fresh Sommer salad served with mushrooms and dressing  
(Vegetarian)*

12,00 €

Weinbergschnecken mit Kräuterbutter überbacken  
auf Tomaten Ciabatta

*Herb seasoned butter broiled Snails on tomato ciabatta*

14,00 €

Grönländer Garnelen in Salsa-dip auf Zucchini fritters  
an Blattsalat

*Northern Shrimp in a Salsa-Dip served on Zucchini fritters and salad*

16,00 €

- SUPPEN -

Tagessuppe

*Soup of the Day*

9,50 €

- SIMOLA'S SALATE -

Kleiner Sommersalat,  
mit Hausdressing

*Mini-mixed-salad, with homemade dressing*

9,00 €

Bunter Blattsalatsalat mit Streifen vom Wasserbüffel und Parmesan  
an Hausdressing

*Mixed-salad with strips of Water buffalo and Parmesan,  
served with homemade dressing*

21,00 €

Bunter Blattsalat mit geröstetem Blumenkohl und Jalapeño  
an Hausdressing

(Vegetarisch)

*Mixed-salad with grilled cauliflower and jalapeños,  
served with homemade dressing  
(Vegetarian)*

18,00 €



- SIMOLA'S PASTA -

Bunte Tagliatelle mit Sautierten Tomaten,  
Champignons und Lauchzwiebeln geschwenkt  
(Vegetarisch)

*Tagliatelle with cherry tomatoes, Mushrooms and Onions  
(Vegetarian)*

23,00 €

Bunte Tagliatelle, geschwenkt mit gebratenen Scampi und Schnecken,  
dazu sautierte Tomaten, Champignons und Lauchzwiebeln.  
(Fisch)

*Tagliatelle noodles fried Scampi and Snails,  
served with sauteed tomatoes, mushrooms and spring onions  
(Fish)*

31,00 €

Bunte Tagliatelle, geschwenkt mit „Biltong“ vom Rind,  
dazu sautierte Tomaten, Champignons und Lauchzwiebeln.

*Tagliatelle noodles and beef "Biltong",  
served with sauteed tomatoes, mushrooms and spring onions*

28,00 €

- BURGER VOM GRILL -

„Veggie“ Burger mit Quinoapatty im knusprigen Kristallbun  
mit Fetakäse und Sweet-Chili-Dip

*Veggie Burger with a Quinoa-Patty served in a crispy Bun,  
with Feta cheese and sweet-chili-dip*

24,00 €

Edelburger vom Wasserbüffel,  
im knusprigen Kristallbun mit Spiegelei, Bacon und Trüffeldip

*Gourmet Water buffalo Burger, in crispy Bun with a fried egg,  
Bacon and Truffle-dip*

27,00 €

„Simola-Burger“ vom Zebra, im knusprigen Kristallbun  
mit Balsamicoschalotten und Wasabimayo

*"Simola's" Zebra Burger, in a crispy Bun with Onions and Wasabi-mayo sauce*

26,50 €

„Country“ Burger vom Strauß, im knusprigen Kristallbun  
mit Jalapeño und gegrillter Ananas an Aioli-dip

*Country Burger, in a crispy Bun with jalapenos and grilled pineapple  
served with an aioli dip sauce*

28,50 €

Zu den Burger:

Wahlweise mit Kartoffelspirale oder Süßkartoffelpommes



- SAFTIGE STEAKS VOM GRILL -

**200g** Sirloin Steak vom Angus Rind,  
mit gebratenen Champignons, Biltong  
und hausgemachten Krokette  
*Rinderrücken mit Fett Rand vom Black Angus, Freilandhaltung, Weiderinder*  
*200g Angus Sirloin Steak with fried mushrooms and "Biltong", served with croquettes.*  
*The Black Angus are Free range and grazing cattle*

35,90 €

**300g** Sirloin Steak vom Angus Rind  
mit Süßkartoffelpommes und Pfeffersauce  
*Rinderrücken mit Fett Rand vom Black Angus, Freilandhaltung, Weiderinder*  
*300g Sirloin Steak served with Sweet potato fries and a pepper sauce*  
*The Black Angus are Free range and grazing cattle*

39,90 €

- HAUPTGERICHTE -

„Surf and Turf“  
Zarte Hüfte vom Wasserbüffel und Scampis,  
auf Gemüsebeet mit hausgemachten Krokette  
(Fisch)  
*"Surf and Turf" – Water buffalo and Scampi's on vegetables served with croquettes*  
(Fish)

34,00 €

Maishähnchenbrust im schwarzen Sesammantel gebraten,  
auf gerösteten Blumenkohl und Süßkartoffelpommes  
*Panfried Chicken breast basted in sesame seed*  
*served on cauliflower and sweet potato fries*

28,00 €

Curry von der Maishähnchenbrust und Gemüse  
mit Koriander und Kokosmilch verfeinert an Kartoffelrösti  
*Chicken and vegetable Curry, spiced with coriander and coconut milk*  
*with a side serving of "kartoffelrösti" \**

25,00 €

Gedünstetes Kingklipfischfilet in Soja-Weißweinsud  
an Garnelensoße, Reis und Salat  
(Fisch)  
*Steamed Kingklip Fishfilet with a soja-whitewine and shrimp sauce,*  
*served with rice and salad*  
(Fish)

29,00 €

Rösti von zweierlei Kartoffel  
mit Gemüse und knusprig gebackene Kohlrabistreifen  
(Vegetarisch)  
*\*„Rösti“ is a traditional dish made from potatoes,*  
*thinly sliced and fried as a pancake together,*  
*served with vegetables and german cabbage/turnips fries (Vegetarian)*

23,00 €



- SÜßE KÖSTLICHKEITEN DESSERT -

Crème Brûlée von der Bourbonvanille  
an Beerenkompott

*Vanilla Crème Brulee served with a berry compôte*

11,50 €

Gedünsteter Pfirsich mit Weißwein-Zabaione,  
Vanilleeis und Himbeersoße

*Poached peaches and white wine sabayon,  
served with vanilla ice-cream and raspberry sauce*

11,50 €

Eine Große Kugel Vanilleeis serviert mit einem „Schuss“  
Lemon-Olivenöl von Morgenster

*Vanilla Ice Cream served with a shot of Lemon-Infused Olive Oil*

9,90 €

Eine Große Kugel Vanilleeis serviert mit einem „Schuss“  
Amarula crème Likör

*Vanilla Ice Cream served with a shot of Amarula*

9,90 €

Eine Große Kugel Vanilleeis serviert mit einem „Schuss“  
Irischen Whiskey

*Vanilla Ice Cream served with a shot of Irish Whiskey*

9,90 €

Eine Große Kugel Vanilleeis mit Schokoladensauce

*Vanilla Ice Cream with chocolate sauce*

9,90 €



- NUR FÜR DIE KINDER -

- SUPPEN -

Kleine Tagessuppe 7,00 €

- HAUPTGERICHTE -

Nuggets mit Süßkartoffelpommes 14,00 €

Kleines Schweineschnitzel  
mit hausgemachten Krokettten 14,00 €

- DESSERT -

Vanilleeis mit Schokoladensauce oder Streusel 8,00 €



**Kingklip Fisch (Herkunft /Origin)**

*ist eine Fischart aus der Familie der Bartmännchen. Der Bodenfisch lebt an den Küsten Südafrikas und Namibias auf felsigen Regionen des Kontinentalschelfs und des Kontinentalabhangs in 50 bis 500 Metern Tiefe.*

*Sein Fleisch ist weiß, fest, grätenarm und hat einen unverwechselbaren Geschmack.*

*Genypterus capensis, commonly known as kingklip, is found along the Southern African coast from Walvis Bay in Namibia, to Algoa Bay in South Africa. It is one of the most popular fish items on South African menus.*

**Biltong**

*Trocken Fleisch vom Rind – luftgetrocknet mit Salz, Pfeffer und Koriander gepökelt/gewürzt.*

**Strauß (Herkunft)**

*aus der Region in der Karoo, Oudtshoorn, im Südlichen Afrika.*

*Das Straussenfleisch bis in die 1990er Jahre als minderwertig galt, ist nur noch schwer vorstellbar.*

*Ist es doch Cholesterin-, Fett-, und Kalorienarm und somit äußerst bekömmlich*

**Krokodil**

*wird in Zimbabwe gezüchtet und die Filets sind vom Hals und dem Schwanz.*

**Zebra**

*ist in Süd Afrika nur die Jagd auf die stabilen Bestände des Steppenzebras erlaubt. Hierbei haben Jäger jedoch gewisse Quoten einzuhalten, um die Population nicht zu gefährden. Das Afrikanische Steppenzebra hat einen ganz besonders würzigen Eigengeschmack und hat entgegen der Erwartung vieler keinerlei Ähnlichkeiten zu Pferdefleisch. Als kaum domestizierte, wilde Tierart verfügt das Zebra über herausragend mageres Fleisch, mit einem Fettanteil von nur etwa 1,5 Prozent. Diese Umstände lassen Zebrafleisch auch in Deutschland immer beliebter werden.*

**Wasserbüffel**

*Das Fleisch vom Wasserbüffel ist kräftig im Geschmack und hat eine leicht süßliche Note.*

*Es ist etwas dunkler und fester als Rindfleisch und hat einen höheren Protein- und Eisenanteil.*

*Je nach Zubereitung kann es zart und saftig sein oder etwas fester und körniger.*



## Kulinarische Geschichte der Ess-Kultur im südlichen Afrika

### Süd Afrika „der Anfang“

Die einheimischen Völker in Südafrika hatten verschiedene traditionelle Ernährungsweisen, die von den natürlichen Ressourcen und der Umgebung abhängig waren. Hier sind einige Beispiele:

#### San (Buschleute) und Khoi-Khoi:

Diese nomadischen Jäger und Sammler aßen eine Vielzahl von Wildtieren, darunter Antilopen, Vögel und Insekten. Sie sammelten auch essbare Pflanzen, Beeren und Wurzeln. Milch und Fleisch von ihren Viehherden, wie Ziegen und Rindern, waren ebenfalls Teil ihrer Ernährung.

#### Xhosa:

Die Xhosa, eine der größten ethnischen Gruppen in Südafrika, bauen traditionell Mais an und nutzen es als Hauptnahrungsmittel. Sie stellen "Umfino" her, einen Brei aus gemahlenem Mais und Blattgemüse wie Spinat oder Kohl. Milchprodukte wie Joghurt und Käse sind ebenfalls Teil ihrer Ernährung.

#### Zulu:

Die Zulu bauen auch Mais an und bereiten verschiedene Gerichte wie "Ujeqe" (gedämpfte Maismehlknödel) und "Isibhede" (fermentierter Maisteig) zu. Fleisch, hauptsächlich Rind- und Ziegenfleisch, spielt eine wichtige Rolle in ihrer Ernährung. Sie sammeln auch wilde Früchte, Gemüse und Kräuter.

#### Sotho:

Die Sotho bauen Mais, Hirse und Gemüse an. "Pap" ist ein traditioneller Maisbrei, der in ihrer Ernährung häufig vorkommt. Sie züchten auch Vieh und nutzen Milch und Fleisch in ihrer Ernährung.

**Es ist wichtig zu beachten, dass die traditionelle Ernährung der einheimischen Völker im Laufe der Zeit Veränderungen erfahren hat, bedingt durch historische Ereignisse, Urbanisierung und die Einführung neuer Nahrungsmittel. Dennoch haben viele dieser traditionellen Gerichte und Zutaten bis heute eine kulturelle Bedeutung und werden von den Gemeinschaften weiterhin geschätzt.**

#### Die ersten Europäer...

haben das Kap zunächst nur besiedelt, um den Boden zu kultivieren und frische Lebensmittel und Wasser für die Handelsschiffe auf dem Weg von und nach Indien bereitstellen zu können. Während sich die kleine Siedlung der Holländisch-Ostindischen Gesellschaft zum Dorf entwickelte, dominierte die herzhaft und bekömmliche holländische Küche. Gebratenes Fleisch und „potjes“, Eintopfgerichte, beherrschten den Speisezettel.

Im Laufe der Zeit brachten Seefahrer aus allen Ländern, malaiische Sklaven, Indische Kontraktarbeiter, französische Hugenotten, englische und schottische Siedler Kochrezepte aus ihrer Heimat mit.

#### Fernöstliche Genüsse

##### „Malaien“

Die Gerichte der Malaien und Inder haben die südafrikanische Küche am stärksten geprägt. In Kapstadt kann man die malaiischen Speisen besonders gut probieren: Kleine, an kurzen Spießen gegrillte Fleischstückchen von Hammel und Rind heißen „sosatie“, abgeleitet vom indonesischen „sate“. Eine weitere Köstlichkeit ist der aus Java stammende „bobotie“, ein Hackbraten mit mildem Curry, süßsaurer Würze und „blatjang“, einer pikanten Soße aus getrockneten Früchten.

##### „Indischer“

Durban ist ein Paradies für Liebhaber indischer Currys. Sie werden mit Fisch, Huhn, Lamm oder Rind zubereitet und oft mit einer süßsaurigen Obstsaucen, „Chutney“, gereicht. Die Inder würzen ihre Speisen recht stark, aber mit einer Handvoll Kokosraspeln kann man die Schärfe mildern.

##### „Europäische Genüsse“

Den Briten hat Südafrika das Roastbeef, viele Puddingvarianten und das kalorienreiche „English Breakfast“ zu verdanken. Die Hugenotten, die Ende des 17. Jh. einwanderten, brachten im Franschoektal den Obst- und Weinbau auf Vordermann.

#### Fisch

Neben vielen Fisch- und Muschelarten, Austern, Krabben und Tintenfischen halten die Meere am Kap eine besondere Spezialität bereit: Die Krönung für viele Südafrikaner und ihre Freunde aus Übersee ist „Crayfish“ mit Curry oder gegrilltem „Kingklip“ serviert mit lockerem weißen Reis.

#### Fleisch

Seit die ersten holländischen Bauern am Kap; Löwen, Elefanten, Büffel und Böcke abschnitten, haben die Südafrikaner ein besonders großes Vergnügen daran, Fleisch und Würste im Freien über Holzkohle zu grillen. Der so genannte „Braai“.

**Die südafrikanische Küche bietet eine Vielzahl von Spezialitäten, die die Vielfalt der Kulturen und kulinarischen Einflüsse im Land widerspiegeln.**

