



De sauna van Antwerpen

Borrelhapjes

Scampi fritti (6 stuks) <i>Geserveerd met tartaarsaus.</i>	8,50
Borrelhapje (8 stuks) <i>Keuze uit bitterballen, mini-loempia's of kibbelingen.</i>	8,50
Portie kaas <i>Geserveerd met mosterd.</i>	8,50
Tortillachips met dip 🍷 <i>Geserveerd met salsasaus.</i>	8,50
Naanbrood met dip <i>Lekker warm naanbrood met verscheidene dip sausjes.</i>	10,50
Nachos Deluxe <i>Geserveerd met gehakt, gesmolten kaas, salsasaus, jalapenos en zure room. Er is ook een vegetarisch alternatief. 🍷</i>	13,00
Portie warm gemengd <i>Mix van bitterballen, scampi fritti, mini-loempia's en kibbelingen.</i>	17,00
Fitopia Deluxe plank 🍷 <i>Hummus, tortillachips, warme veggiehapjes, verse groenten, olijven, zongedroogde tomaten en krokante wrap.</i>	21,00

Broodjes

Broodje gezond 🍷 <i>Waldkorn broodje belegd met verse groenten, ei en frisse dressing.</i>	12,50
Broodje Marokkaanse kip <i>Barra gallega met gebakken kip, zuiderse kruiden, ananas en een gele currysaus.</i>	13,50
Ciabatta kip <i>Ciabatta broodje met kip, truffelmayonaise, rucola, parmezaan, zongedroogde tomaten en balsamicocrème.</i>	14,00
Broodje pulled pork <i>Italiaanse bol met traag gegaarde pulled pork, gemengde sla, seldersla en uitjes.</i>	15,00
Broodje Camembert 🍷 <i>Barra gallega met warme camembert, rucola, honing en walnoot.</i>	15,00
Broodje van de maand <i>Ontdek elke maand een nieuw huisbereid broodje op ons suggestiebord.</i>	

i Liever glutenvrij brood? Dat kan! Daarvoor rekenen we een supplement aan van 3,00. 🌿

Voorgerechten

Dagsoep	8,50
Tomatensoep	8,50
Kaaskroketteren 🍷 <i>Geserveerd met een klein slaatje.</i>	15,00
Duokroketteren <i>Kaas- en garnaalkroketter geserveerd met een klein slaatje.</i>	17,00
Rundscarpaccio op wijze van de chef <i>Geserveerd met parmezaan, rucola, zongedroogde tomaten en balsamico dressing.</i>	17,50
Garnaalkroketteren <i>Geserveerd met een klein slaatje.</i>	18,50
Tataki van zalm	18,50

Salades

Puur natuur met notenmengeling 🍷 🌿 <i>Mengeling van salade met zongedroogde tomaten, notenmengeling, ei en een kruidendressing.</i>	20,50
Salade quinoa met halloumi 🍷 🌿 <i>Gebakken halloumi met quinoa, paprika, kerstomaatjes, lente-ui, salademengeling en een kruidendressing</i>	22,00
Salade geitenkaas met spekjes <i>Gebakken geitenkaas met spekjes en schijfjes appel, op een mengeling van salade met currydressing</i>	22,00
Wellness salade 🍷 <i>Tarwe salade met appel, pompoen, pompoenpitten, granaatappelpitten en yoghurt dressing.</i>	22,00
Wellness salade kip <i>Tarwe salade met warme kip, appel, pompoen, pompoenpitten, granaatappelpitten en yoghurt dressing.</i>	23,50
Salade gerookte forel <i>Gerookte forel met een salademengeling, gemarineerde venkel en appel, afgewerkt met mieriksworteldressing.</i>	23,50
Salade van de maand <i>Elke maand een seizoensgebonden salade. Bekijk het suggestiebord voor de nieuwste creatie!</i>	

Onze voorgerechten en salades worden geserveerd met hoevebrood.

Hoofdgerechten

Huisgemaakte spaghetti bolognese <i>Vertrouwd huisbereid gerecht met originele Italiaanse kruiden en gemalen kaas. Wijntip: Sensas Cabernet Syrah</i>	17,50
Huisgemaakte lasagne <i>Versbereid recept van onze chef. Afgewerkt met room, passata en gratineerd in de oven. Wijntip: Rare Vineyards Carignan</i>	18,50
Rijstnoedels met seizoensgroentjes 🍷 🌿 <i>Wokgerecht met rijstnoedels, seizoensgroenten en een pittige saus. Wijntip: Rare Vineyards Cinsault</i>	22,50
Rijstnoedels met kip 🌿 <i>Wokgerecht met rijstnoedels, kip, groenten en een pittige saus. Wijntip: Carmelle Sauvignon Blanc</i>	22,50
Rijstnoedels met scampi 🌿 <i>Wokgerecht met rijstnoedels, scampi, groenten en een pittige saus. Wijntip: Sensas Chardonnay</i>	23,00
Mechelse koekoek <i>Ovengegaarde koekoekfilet, champignonmix, romanesco, (zoete aardappel) frietjes of kroketjes. Biertip: Gouden Carolus Classic</i>	24,50
Rundsteak <i>Geserveerd met een fris slaatje en (zoete aardappel) frietjes of kroketjes. Wijntip: Ontañón Rioja Crianza (enkel per fles)</i>	25,50
Ribbetjes <i>Gemarineerde ribbetjes geserveerd met een fris slaatje en (zoete aardappel) frietjes of kroketjes. Wijntip: Sensas Cabernet Syrah</i>	25,50
Tagliata van rund <i>Geserveerd met rucola, zongedroogde tomaatjes, parmezaanse kaas, geroosterde pijnboompitten en (zoete aardappel) frietjes of kroketjes. Wijntip: Rare Vineyards Carignan</i>	26,50
Zalmfilet <i>Geserveerd met krielpatatjes, courgette en citroenroomsaus. Wijntip: Carmelle Sauvignon Blanc</i>	26,50
Supplement zoete aardappelfrietten <i>Als frietjes inbegrepen zijn in het hoofdgerecht.</i>	1,50

Bijgerechten & sauzen

Koude sauzen (mayo, ketchup, curry, dressing)	1,00
Truffelmayonaise, huisgemaakte tartaar	2,00
Frietjes, kroketjes, pasta of rijstnoedels	4,00
Zoete aardappelfrietjes	5,50
Side salad <i>Warm of koud</i>	4,00
Tomatenslaatje	4,00
Warme Sauzen <i>Keuze uit bearnaise, peperroom-, champignonroom- of vleessaus.</i>	4,00

i Bijgerechten kunnen niet los of in combinatie met borrelhapjes besteld worden.

Openingsuren keuken

Onze keuken is open van 12u00 tot 21u00.
Op zon- en feestdag van 12u00 tot 19u30.
De keuken pauzeert van 16u30 tot 17u00.

- 🔥 = Pikant
- 🍷 = Vegetarisch
- 🌿 = Glutenvrij

Allergie of intolerantie?

Laat het ons weten! Hiervoor hebben we een aparte menukaart. Onze medewerkers helpen je met veel plezier verder!

Water

Chaudfontaine 25cl <i>Plat / bruis</i>	3,30
San Pellegrino 0,5l <i>Plat / bruis</i>	6,50
Chaudfontaine II <i>Plat / bruis / parelend</i>	9,00

Koude dranken

Coca Cola <i>Regular / zero</i>	3,30
Fanta	3,30
Looza <i>Ace Red</i>	3,50
Minute Maid <i>Appelsien / tomaat / pompelmoes</i>	3,50
Gini / Agrum	3,50
Schweppes Indian Tonic	3,50
Schweppes Premium Mixer <i>Touch of lime / Pink pepper</i>	4,00
Lipton Ice Tea <i>Regular / zero / green</i>	4,00
Aquarius <i>Citroen / orange</i>	4,00
Arizona <i>Granaatappel / honing</i>	6,50

Wellness dranken

Verse iced tea van het huis	4,50
Bimster Kombucha <i>Gember en mango Pompelmoes en kardemon</i>	4,90
Ginger beer (non-alcoholisch)	5,50
Lemonaid <i>Gember / Bloedappelsien</i>	5,50
Aloë Vera	5,70
Big Fitopia (Pomton) <i>Pompelmoes, tonic</i>	7,00
Saunadrink <i>Sinaasappel, tonic</i>	7,00
Sweet Fitopia <i>Gini, pompelmoes, grenadine</i>	7,20
Vers appelsiensap	7,20
Vers pompelmoessap	7,20
Lemon Squash <i>Appelsien, citroen, grenadine</i>	7,50
Verse fruitmix <i>Appelsien, citroen, pompelmoes</i>	7,50
Slow juiced smoothies <i>Happiness: banaan, mango, passievrucht Sharp: wortel, gember, appel Growth: peer, komkommer, courgette, kiwi</i>	7,50

Warme dranken

Espresso	3,40
Koffie	3,40
Americano	3,40
Cappuccino	3,90
Koffie verkeerd	3,90
Choco deluxe	3,90
Wiener melange	3,90
Flat white	4,40
Latte macchiato	4,40

Er zijn ook cafeïnevrije opties

Thee specialiteiten

Thee <i>Earl grey, groene thee, camomille, rozenbottel</i>	3,60
Kamille-lemon thee <i>Gedroogde kamille, citroengras en friszoete kruiden.</i>	4,20
Rust melange <i>Mix van kruizemunt, citroenmelisse en valeriaan.</i>	4,20
Groene sencha <i>Volle romige thee met frisse smaak.</i>	4,20
Rooibos spicy chai <i>Warme kruidige rooibos met Indische kruiden, citroengras en rozenbottel.</i>	4,20
Verse muntthee	5,00
Verse gemberthee	5,00

Thee van de maand <i>Elke maand laten we je zintuigen reizen met een zorgvuldig gekozen thee.</i>
--

Bieren

Stella Artois <i>(ook 0.0% beschikbaar)</i>	3,40
Brugse Tarwe	3,40
Kriek	4,00
Leffe <i>(bruin)</i>	4,70
Duvel	5,00
Sportzot 0.0%	5,20
Cornet oaked	5,20
Zieke geest <i>Blond streekbier uit Edegem</i>	5,20
Gouden Carolus Classic <i>(bruin)</i>	5,20
Karmeliet	5,20
Tripel d’Anvers	5,20
Westmalle Tripel	5,20

Bier van de maand <i>Elke maand onthullen we een verrukkelijk nieuw bier.</i>
--

Alle bieren op onze kaart zijn uit fles.

Cocktails

Mocktail Aperol Spritz	6,50
Mocktail Mojito	6,50
Mojito	8,00
Aperol Spritz	10,00
Cuba Libre	10,00
Monkey47 Gin & Tonic	12,00
Hendrick’s Gin & Tonic	12,00

Wijnen en cava

Wit

Sensas Chardonnay	
<i>Glas</i>	5,80
<i>1/2 liter</i>	18,50
<i>Fles</i>	26,00
Carmelle “Sauvignon” Blanc	
<i>Glas</i>	5,80
<i>1/2 liter</i>	18,50
<i>Fles</i>	26,00
Clos Mont Blanc “Xipella”	
<i>Fles</i>	31,00

Rosé

Rare Vineyards “Cinsault”	
<i>Glas</i>	5,80
<i>1/2 liter</i>	18,50
<i>Fles</i>	26,00

Rood

Sensas Cabernet Syrah	
<i>Glas</i>	5,80
<i>1/2 liter</i>	18,50
<i>Fles</i>	26,00
Rare Vineyards “Carignan”	
<i>Glas</i>	5,80
<i>1/2 liter</i>	18,50
<i>Fles</i>	26,00
Ontañón Rioja “Crianza”	
<i>Fles</i>	31,00

Cava

Rambla Brut	
<i>Glas</i>	6,50
<i>Fles</i>	26,00

Saunatopia beautybehandelingen

Genieten hoort bij het leven. En jij verdient dat.

Reserveer je behandeling aan de saunabalie.

Deel je unieke Saunatopia ervaring.

Laat iedereen weten wat je vond van jouw dagje ontspanning via een Google review.