

# SONNENTOR<sup>®</sup>

# Leib spis



Wir finden, es darf wieder IN sein, zusammen zu essen und zu trinken. Machen wir aus Mahlzeiten wieder freudige Feste! Gemeinsames Essen lieben und leben wir bei SONNENTOR. Regionale und saisonale Zutaten stehen ganz oben am Menüplan und werden mit viel Liebe und Gespür zu kreativen Gaumenfreuden. So kochen wir österreichische Küche mit Einflüssen aus der ganzen Kräuterwelt von SONNENTOR und bieten vielfältige vegetarische und vegane Alternativen in unserer regelmäßig wechselnden Karte.

# DURSTLÖSCHER



## APERITIF

### **Erdbeer Sorbet**

mit Sekt vom Weingut Josef Loimer  
6,10

### **Sparkling Verjus Blanc mit Quitte**

Raureif / Weingut Gruber43  
0% Alkohol  
4,70

### **Dialogue Sparkling**

vom Weingut Josef Loimer  
4,70

### **Hugo mit Sekt**

vom Weingut Josef Loimer  
6,30

### **G'spritzter weiß & rot**

3,30

### **Kaiser G'spritzter**

3,60

### **NEU! Bitter Orangen-Spritzer**

4,60

### **Rosé Spritz**

4,10

## ALKOHOLFREI

### **Hausgemachte Limonaden**

**Rosmarin-Lavendel-Limo**

**Zitronenmelisse-Limo**

**Rose-Vanille-Limo**

0,25 l | 2,90    0,5 l | 4,60

### **Sirupe von SONNENTOR**

*Himbeere | Holunderblüte | Preiselbeere*

*Kräuterjodler | Kola | Wilde Lilli | Mojito*

**NEU! Einhorn** (Brombeere-Limette)

### **mit SODA**

0,25 l | 2,90    0,5 l | 4,50

### **Schwarztee-Pfirsich-Eistee, still**

0,25 l | 2,70    0,5 l | 4,30

### **Erfrischende Tee-Cocktails**

ALKOHOLFREI

### **Erfrischungsinsel**

Zitronenverbene Tee / Orangensaft

Himbeersirup

### **Orangenpower**

Orangen Früchtetee / Traubensaft

Holundersirup

0,25 l | 3,10    0,5 l | 4,60

# DURSTLÖSCHER



## GULI Bio-Limonaden

(vom Gusswerk in Hof bei Salzburg)

**Orange-Mango** oder **Zitrone-Limette**

0,33 l | 3,80

**Waldviertler KriecherLimo, still**

0,5 l | 5,20

## Wasser

**Mineralwasser prickelnd** oder **ohne**

0,33 l | 3,20   0,75 l | 5,20

**Soda Zitrone** (frisch gepresst)

0,25 l | 2,70   0,5 l | 4,30

## Fruchtsäfte

*Apfelsaft | Orangensaft*

*Traubensaft rot*

## PUR

0,25 l | 3,60

**gespritzt mit SODA**

0,25 l | 3,20   0,5 l | 4,80

## von Bio-Lutz

**Karotten-Apfel-Quitten PUR**

**Traube-Holunder PUR**

0,25 l | 4,30



# Auf d'Gemütlichkeit

## WEISSWEIN

### **Grüner Veltliner, Kammern DAC 2024**

Weingut Hirsch, Kammern/Kamptal

0,125 l | 4,70 0,75 l | 27,-

### **Grüner Veltliner (To Bi) DAC, Kamptal 2024**

Weingut Gruber 43, Langenlois/Mittelberg

0,125 l | 4,30 0,75 l | 25,-

### **Gelber Muskateller, Rösschitz 2024**

Weingut Ewald Gruber,  
Rösschitz/Weinviertel

0,125 l | 4,50 0,75 l | 25,-

### **Riesling Terrassen DAC 2023**

Weingut Bründlmayer, Langenlois/Kamptal

0,125 l | 4,50 0,75 l | 26,-

### **Wiener Gemischter Satz DAC, Wagram 2024**

Weingut Schuster, Großriedenthal

0,125 l | 4,50 0,75 l | 26,-

### **Chardonnay 2025**

Weingut Kolkmann, Fels am Wagram

0,125 l | 4,50 0,75 l | 25,-

### **Rosé 2023**

Weingut Josef Loimer, Langenlois/Kamptal

0,125 l | 3,60 0,75 l | 21,-

## ROTWEIN

### **St. Laurent, Tattendorf 2023**

Weingut Reinisch, Tattendorf

0,125 l | 4,70 0,75 l | 28,-

### **Zweigelt 2021**

Weingut Feiler-Artinger, Rust/Burgenland

0,125 l | 4,80 0,75 l | 28,-

## BIER

### **Bier vom Fass**

**Weitraer Hadmar Bio-Bier  
Radler mit Kräuterjodler**

0,3 l | 4,30 0,5 l | 5,40

### **Bierspezialitäten in der Flasche**

**Gusswerk Weizenguss**

0,5 l | 4,90

**Gusswerk Jakobsgold Zwicklbier**

0,33 l | 4,70

**Gusswerk Jakobsgold alkoholfrei**

0,5 l | 4,30

**Hopfenspinnerei „Ziegengeist“  
Bio-Altbiere**

0,33 l | 4,90

## BRAND & LIKÖR

### **Kräuterfarm Bauer**

**Kräuter | Enzian**

2 cl | 3,50

**Vogelbeere | Kriecherl**

2 cl | 3,50

**Kräuterlikör | Dirndllikör | Himbeerlikör**

2 cl | 3,20

### **Kräuterfarm Pemmer**

**Zwetschkenbrand | Marillenbrand**

**Nusslikör | Zirbenlikör**

2 cl | 4,-



# fürs Bauchgefühl

## täglich BROT


### Scheibe Brot

von der Bio-Bäckerei Hölzl

1,60 |   

### Ofenfrisches Semmerl

von der Bio-Bäckerei Hölzl

1,70 | 

### Hausgemachter Gute-Laune-Spitz


1,90 | 

## ZUM AUSLÖFFELN

### Schmackhafte klare Gemüsesuppe

mit hausgemachten Kräuterfrittaten  
oder Grießnockerl

4,50 |  Kleine Portion


5,40 | 

### Wildkräutercremesuppe

mit Gute Laune Pilztascherl

(ohne Pilztascherl vegan, glutenfrei & laktosefrei)

4,80 |  Kleine Portion

6,10 | 

## Gaumen ERWECKER

### Antipasti-Gemüse


mit Zerlei Pesto und gebratenem Schafkäse  
im Zucchini-mantel

(ohne Schafkäse vegan & laktosefrei)

15,80 |  

### Leibspeis' Bruschetta

warmes Olivenciabatta mit marinierten Tomaten,  
Roastbeef, Rucola und Parmesan

17,40 | 

### Carpaccio vom Kohlrabi

mit Gemüsetatar und gebratenen Kräuterseitlingen

14,30 |    

## Es grünt SO GRÜN

### Blattsalat der Saison

4,90 |    

### Gemischter Salat der Saison

5,30 |    



Gerne informiert dich unser  
Leibspeis' Team über Allergene in  
unseren Speisen und Getränken.



**SCHON ENTDECKT?**  
Auf unserer schwarzen Tafel  
findest du köstliche  
Tagesgerichte!

# fürs Bauchgefühl

## HAUPTsache

### Gebackenes Schweinsschnitzel

in knuspriger Gute Laune Panier mit Petersilienerdäpfel

19,40 |

### Zart geschmorter Zwiebelrostbraten

mit Speckfisoln und Topfenkräuterspätzle

27,20

### Hühnerroulade

gefüllt mit Rucola, getrockneten Tomaten und Feta  
auf Wildkräuterrisotto

25,10 |

### Hausgemachte Gnocchi

in Tomatensauce mit Parmesan und Rucola

15,60 |

### Gebratenes Karfiolsteak

mit Quinoa und Hummus

14,90 |



### Cremiges Spinat-Pilzrisotto

mit Blattsalat

15,10 |

### Gebackenes Karpfenfilet

mit Erdäpfel-Vogerlsalat und Sauce Tartare

23,40

### Jackfruit Burger

mit Coleslaw und Zwiebelrelish  
dazu Sieglindes Erdäpfelwedges und Tomatencreme

15,90 |

### Hausgemachte Erdäpfelwedges

mit Sieglindes Erdäpfelgewürz und Kräuterdip

6,80 |

Viele unserer Hauptgerichte  
gibt es auch als kleinen  
**Bio-Bengelchen Teller!**  
Frag gerne bei unserem  
Service nach.



# Süßes & Muntermacher



Ich bin so satt,  
ich mag kein Blatt...

## OOOH KUCHEN!

Süße Träume  
wie  
**KUCHEN, DESSERTS**  
oder **TORTEN**  
findest du auf unserer  
schwarzen Tafel!



## Kaffee & Tee

**Espresso**  
3,10

**Espresso groß**  
4,50

**Verlängerter**  
3,60

**Melange**  
3,80

**Cappuccino**  
3,80

**Kleiner Brauner**  
3,10

**Großer Brauner**  
4,50

**Häferlkaffee**  
4,70

**Latte Macchiato**  
4,70

**Matcha Latte**  
(Milchgetränk)  
4,60

**Chai Latte**  
(Milchgetränk)  
4,60

**Bio-Bengelchen Schlaukakao**  
4,70

**Affogato**  
(Kleiner Espresso mit Vanilleeis)  
5,80

**Tasse Tee\***  
2,70

\*Unser Leibspeis' Team berät dich gerne über unser aktuelles Angebot.



# Oh du fröhliche **EISZEIT**



## **EISBECHER**

### Wiener Verführung

Eiskaffee mit Vanilleeis  
und Schlagobers

8,60 |  

### Eis-Schlaukakao-Traum

mit Vanilleeis, Zotter Schokoladeneis,  
Schlagobers und gerösteten Nüssen\*

8,60 |  

### Leanders Zauberbecher

mit Erdbeersorbet, Vanilleeis,  
Fruchtbärchen und Schlagobers

8,10 |  

### Knuspriger Nussbecher


mit Pistazieneis, Haselnusseis,  
hausgemachtem Knuspermüsli,  
Nougatsauce und Schlagobers

9,10 |  


Unsere Nüsse  
stammen aus  
einem Hausgarten

## **UNSERE EISSORTEN**


### von der Eis-Greisslerei:

Zotter Schokolade  
Haselnuss  
Himbeersorbet | 

### von der Konditorei Steininger:

Stracciatella  
Vanille  
Pistazie  
Mohn  
Zitrone, Erdbeersorbet | 

### Eis im Becher oder im Stanitzel\*

2,70 pro Kugel | 

### Portion Schlagobers

1,20 |  



# Was ist los bei **SONNENTOR?**



## **FÜHRUNGEN** im Naturgarten der Vielfalt!

**19. JUNI**

Kompostierung & organische Materialien nutzen

**26. JUNI**

Natürliche Pflanzenstärkung aus der Natur

**24. JULI**

Kräuter & Vielfaltspflege im Sommer

**21. AUGUST**

Schädlinge natürlich bekämpfen,  
Nützlingslebensräume

**25. SEPTEMBER**

Saatgut selbst ernten

[www.sonnentor.com/naturgarten-fuehrung](http://www.sonnentor.com/naturgarten-fuehrung)

### **NEU: Naturgartenführung für Familien**

Diese Führung richtet sich besonders an Kinder bis 11 Jahre, die gemeinsam mit ihren Eltern auf Erkundungstour gehen und erleben, was draußen alles wächst, krabbelt und duftet.

**16. Juli & 6. August**

jeweils 14.00–15.30 Uhr

[www.sonnentor.com/naturgarten-familie](http://www.sonnentor.com/naturgarten-familie)

gültig  
ab 4. Juli ↘

## **SONNENTOR** Betriebsführungen

Täglich um 13.00 Uhr & 15.00 Uhr

## **Familienführungen**

jeden 1. und 3. Sonntag im Monat  
und jeden Mittwoch jeweils um 14 Uhr

[www.sonnentor.com/fuehrungen](http://www.sonnentor.com/fuehrungen)

## **ÖFFNUNGSZEITEN** Geschäft Sprögnitz

**MO-SA:**

9.30–17.00 Uhr

**SO & Feiertag:**

aufgrund von Führungen zwischen  
12.30–17.00 Uhr geöffnet





# URLAUB EINMAL ANDERS in den Lofts von SONNENTOR:



## Schlafen im Kräutergarten

Eingebettet in den Naturgarten der Vielfalt laden die beiden **SONNENTOR Land-Lofts** zu einer Auszeit im Kräuterdorf ein. In den voll ausgestatteten Tiny Houses kann der Urlaub mit frischem Frühstück, Abenden am Lagerfeuer und Ausflugerlebnissen richtig genossen werden.

3913 Sprögnitz 15 | [www.sonnentor.com/land-loft](http://www.sonnentor.com/land-loft)

## Schlafen mit Geschichte

Die **SONNENTOR Stadt-Lofts** heißen ihre Gäste herzlich willkommen. Fünf individuell gestaltete Gastgeber – Dorli Damals, Rusti-Karl, Sieglinde Schwarz, Rosa und Rudi Retro – laden zu einem außergewöhnlichen Aufenthalt im Herzen von Zwettl ein.

3910 Landstraße 53 | [www.sonnentor.com/stadt-loft](http://www.sonnentor.com/stadt-loft)



Was zum Kuckuck ist ein



# GEMEINWOHLBERICHT

**GUTE?  
FRAGE**



Neugierig geworden?  
Hol dir unseren Gemeinwohlbericht  
in unseren Geschäften oder  
hier online!

**GUTE  
ANTWORT:**

Nicht alles, was ein Unternehmen tut, lässt sich in einer wirtschaftlichen Bilanz darstellen: Wie steht es um Gerechtigkeit in der Lieferkette? Ist das Unternehmen für seine Kund:innen transparent? Was wird gemacht, um die ökologischen Folgen der Produktion zu reduzieren? Antwort auf diese Fragen geben wir bei SONNENTOR gerne und für alle im aktuellen Gemeinwohl-Bericht zum Nachlesen!

**Sinnmaximierung** statt **Gewinnmaximierung**,  
**Nachhaltigkeit** und **soziales Engagement**  
werden bei SONNENTOR **GROSS** geschrieben!

- Bei SONNENTOR zeigen wir: es ist möglich, **verantwortungsvoll** zu handeln und dabei wirtschaftlich erfolgreich zu sein.
- Zwei Drittel unserer Bio-Kräuter und -Gewürze kommen aus **direktem Handel**
- Mehr als 90 % der Verpackungen sind **recyclbar** oder kompostierbar.
- Wir heizen in Sprögnitz mit **100 % erneuerbaren Energiequellen**. Strom erhalten wir, wo möglich, zu 100 % aus Ökostromanlagen.
- Ab 2030 werden wir keine fossilen Treibhausgase mehr ausstoßen.
- **Gewinne werden wieder ins Unternehmen eingezahlt**
- **Regionale Arbeitsplätze, kostenloses Mittagessen, flexible Arbeitszeitmodelle** und **Kinderbetreuung** für Mitarbeitende sind für uns selbstverständlich.



# WOHER KOMMT'S gerade?

Eine Auswahl unserer regionalen Partner:innen, die unsere Küche mit biologischen Köstlichkeiten beliefern:

- 1) Bio-Bauernhof Frei-Hof**  
0,1 km | Gemüse, Salat
- 2) Familie Schnait**  
8,8 km | Mohn
- 3) Bio-Hof Pemmer**  
Bio-Marille & Bio-Destillerie  
48 km | Brände und Likör
- 4) Bio-Hof & Bäckerei Hölzl**  
24 km | Erdäpfel, Brot & Gebäck
- 5) Milchkanal – Unsere Gute Milch eG**  
25 km | Milch
- 6) Bio-Hof Pilz**  
30 km | Hühnerfleisch
- 7) Konditorei Steininger**  
31 km | Eis
- 8) Loschenhof Familie Grünstäudl**  
31,2 km | Eier
- 9) Lämmerhof Groß**  
43 km | Schafkäse
- 10) Kräuterfarm Familie Bauer**  
43 km | Schnäpse & Liköre
- 11) Teichleben**  
45 km | Fisch
- 12) Bio-Fleischerei Höllerschmid**  
48 km | Schweinefleisch, Rindfleisch, Hühnerfleisch
- 13) Sonnberg Biofleisch**  
50 km | Schweinefleisch, Rindfleisch, Hühnerfleisch
- 14) Bio-Lutz**  
73,5 km | Gemüse, Salat & Säfte



**Unsere Öffnungszeiten**  
MI-SO & FEIERTAG:  
10 bis 18 Uhr geöffnet  
MO & DI Ruhetag

**WIR SIND BIO-ZERTIFIZIERT:**  
AT-BIO-301

Wir akzeptieren folgende bargeldlosen Zahlungsmittel:



## WIR STELLEN VOR:

### Bio-Weingut Gruber43

Winzer mit Herz und Bauchgefühl

Familie Gruber betreibt aus tiefer Überzeugung nachhaltigen, biologischen und veganen Weinbau. Das Weingut liegt im malerischen Mittelberg im niederösterreichischen Kamptal. Die Familie führt die Weinbautradition fort und integriert gleichzeitig innovative und umweltfreundliche Praktiken. Bei Gruber43 wird großer Wert auf Regionalität, das Recycling der Flaschen und die

Schaffung eines ganzheitlichen, nachhaltigen Weinerlebnisses gelegt. Zum Sortiment gehören die klassischen Weißweine des Kamptals wie Grüner Veltliner, Riesling und Weißburgunder. Mit viel Freude widmen sich Markus und Gabi Gruber seit einigen Jahren auch Natural- und Orange-Weinen sowie dem Weinbrand und dem Sparkling Verjus – ein von Natur aus alkoholfreies Angebot.

