



Speisekarte

bio – fair – regional – lecker

Café La Bohème

Ort der Begegnung und des Austauschs für ein gutes Leben

Café La Bohème
Inh.: Thomas Bormuth
Marktstraße 2
64646 Heppenheim

Tel.: 0 62 52 / 79 13 8 13
<https://www.laboHEME.de>





Heißgetränke

Kaffee (Bio & Fairtrade zertifiziert)

	Tasse
Café Crème ¹⁰	3,10
Café Crème groß ¹⁰	4,60
Espresso ¹⁰	2,90
Espresso Doppio ¹⁰	4,40
Latte Macchiato ^{10, g}	4,90
Cappuccino ^{10, g}	3,90
Café au Lait (Milchkaffee) ^{10, g}	4,90
Espresso Macchiato ^{10, g}	3,20
Dinkelkaffee (koffeinfrei, demeter, glutenfrei)	4,00
Lupinenkaffee (koffeinfrei, demeter, glutenfrei)	4,00

Tee (Bio & Fairtrade zertifiziert)

	Glas
Kamillenblüte, Pfefferminze, Earl Grey, Rooibos, Grüntee – Sencha, Gute Laune (Kräuter)	4,10

Weiteres (aus bio-zertifizierter Herstellung)

	Glas
Heiße Bio-Trinkschokolade ^g	4,20
Heiße Bio-Zitrone mit Ingwer	4,40
Heiße Bio-Orange mit Ingwer und Zimt	4,60
AyurChoc ^g (auf Wunsch mit Hafermilch vegan)	4,60
<small>Palmyrazucker, Kokosmilchpulver, Rohrzucker, Kakao, Carob, Zimt, Tonka-Bohne, Steinsalz, Orangenschale, Kurkuma, Verdickungsmittel: Johannesbrotkernmehl, Inulin, Ingwer, Kardamom, Pippali (Langer Pfeffer), Gewürznelke, Chili</small>	
Curcuma Latte ^g (auf Wunsch mit Hafermilch vegan)	4,60
<small>Palmyrazucker, Kokosmilchpulver, Rohrzucker, Curcuma, Mandukaparni, Ashvagandha, Inulin, Steinsalz, Zimt, Ingwer, Kardamom, Pippali (Langer Pfeffer)</small>	
Chai Latte – hausgemacht ^g (auf Wunsch mit Hafermilch vegan)	4,80
<small>frischer Ingwer, Schwarztee, Pfeffer, Kardamom, Muskatnuss, Zimt, Nelken, Sternanis, Fenchel, Rohrzucker</small>	
Portion Sahne	0,50

Alle Getränke auf Wunsch auch mit Haferdrink

Alle genannten Preise sind in Euro und beinhalten die gesetzliche MwSt.

Mrz-25





Kaltgetränke

Bio-Limonaden

	0,33 ltr	0,5 ltr
Now Bio-Limo Black Cola ¹⁰	3,70	4,90
Now Bio-Limo Light Black Cola ¹⁰	3,70	
Now Bio-Limo fresh Lemon	3,70	
Now Bio-Limo Holler Blüte	3,70	
Now Bio-Limo Orange Cola ¹⁰	3,70	
Now Bio-Limo Sunny Orange	3,70	
Now Bio-Limo Light Ginger Orange		4,90
Now Bio-Limo Cassis Lime		4,90
Now Bio-Limo Pure Zitrone		4,90
Now Bio-Limo Red Berry	3,70	
Now Bio-Limo Grapefruit	3,70	
Seezüngle Bio-Limonade (Birne)	3,90	

Bio-Mineralwasser

	0,33 ltr	0,75 ltr
BioKristall Medium	3,60	6,10
BioKristall Still	3,60	6,10

Fruchtsäfte und Schorlen

	0,3 ltr	0,5 ltr
Apfelsaft (Bio)	3,40	
Apfelschorle	3,20	4,90
Orangensaft (Bio)	3,80	
Johannisbeersaft (demeter)	4,30	
Johannisbeerschorle	3,80	5,40
Heppenheimer Traubensaft weiß ³	4,30	
Traubensaftschorle	3,80	5,40

Alle genannten Preise sind in Euro und
beinhalten die gesetzliche MwSt.



Feb-25



Hopfen und Malz

Biere frisch gezapft	0,3 ltr	0,5 ltr
Lammsbräu Bio EdelHell (mild, aromatisch, erfrischend, goldgelb glänzend)	3,60	5,10
Darmstädter Braustüb`l Pilsner (feinherb, milde Hopfennote, elegante Farbe)	3,20	4,80
Darmstädter Braustüb`l Radler (gezapft mit Bio-Limonade)	3,20	4,80
Schmucker Bio Landbier (naturtrüb, vollmundig, bersteinfarben)	3,60	5,10
Hepprumer 1847 Saisonbier (Bier vom Halben Mond in Heppenheim mit Malz aus der Region und Hopfen aus der Hallertau)	0,4 ltr 4,40	
Biere (Flaschen) mit Alkohol	0,33 ltr	0,5 ltr
Lammsbräu Bio Urstoff		4,90
Lammsbräu Bio Dunkel		4,90
Lammsbräu Bio Weiße		4,90
Lammsbräu Bio Dunkle Weiße		4,90
Lammsbräu Bio Glutenfrei	3,80	
Biere (Flaschen) alkoholfrei	0,33 ltr	0,5 ltr
Lammsbräu Bio alkoholfrei	3,80	
Lammsbräu Bio Glutenfrei alkoholfrei	3,80	
Lammsbräu Bio Naturtrüb alkoholfrei		4,90
Lammsbräu Bio Weiße alkoholfrei		4,90
Lammsbräu Bio Dunkle Weiße alkoholfrei		4,90
Radler (Flaschen)	0,33 ltr	0,5 ltr
Lammsbräu Bio NaturRadler	3,80	
Lammsbräu Bio NaturRadler alkoholfrei	3,80	

Alle genannten Preise sind in Euro und beinhalten die gesetzliche MwSt.



Weinkarte



Rotweine

Les Vignerons Ardèchois ROUGE IGP⁵

Ardèche par Nature Bio Ein ausgesprochen reichhaltiger und angenehmer Duft nach schwarzen und roten Früchten, besonders Kirschen und Holunderbeeren, Kräutern und der Frische einer Spur Minze und Eukalyptus füllt den Raum.

Primitivo Puglia IGP⁵

Vino biologico Bio (Italien) Einladendes, fruchtiges Bouquet ... Herzkirschen unterlegt mit zarter Kräuterwürze, ein Hauch schwarzer Pfeffer saftig, weich mit gut integrierter Tanninstruktur und langem Finish

Montepulciano D'Abruzzo DOC⁵

Vino biologico Bio (Italien) Zugänglich und ausgewogen, angenehme Frische mit feiner Fruchtsüße, rote Beerenfrucht, unkomplizierter Speisebegleiter

St. Laurent Rotwein Barrique⁵

Weingut Freiberger Heppenheim Rotwein trocken im Barrique gereift, 13,0 %vol

Weißweine

Les Vignerons Ardèchois BLANC IGP⁵

Ardèche par Nature Bio Fruchtige und stoffige Cuveé aus Sauvignon Blanc und Grenache Blanc. Hellgelb im Glas mit grünen Reflexen. Duftet angenehm nach Zitrusfrüchten, Holunderblüte und exotischen Früchten.

Vom Löss Grauburgunder⁵

Weingut Eymann Bio (Pfalz) Gewachsen auf tiefgründigen Lössböden. Spontan vergoren in Holzfässern und Edelstahltanks.

Vom Löss Weißburgunder⁵

Weingut Eymann Bio (Pfalz) Kräftig, kompakt, kalkige Mineralität, jugendlich-frischer Weißburgunder, leicht nussig, langanhaltend

Stemmler⁵

Weingut Freiberger Heppenheim Trocken, 12,0 %vol.

Grauer Burgunder⁵

Weingut Freiberger Heppenheim Trocken, 12,0 %vol.

Weinschorle (Glas)⁵

Flasche 0,75 ltr	Karaffe 0,25 ltr	Glas 0,15 ltr
24,00	8,30	5,40

19,80	6,90	4,70
-------	------	------

18,30	6,40	4,50
-------	------	------

38,10	13,00	8,60
-------	-------	------

Flasche 0,75 ltr	Karaffe 0,25 ltr	Glas 0,15 ltr
24,00	8,30	5,40

26,40	9,10	6,00
-------	------	------

26,40	9,10	6,00
-------	------	------

Flasche 1,0 ltr	Karaffe 0,25 ltr	Glas 0,15 ltr
18,60	6,50	4,30

20,10	7,00	4,60
-------	------	------

4,60

Alle genannten Preise sind in Euro und beinhalten die gesetzliche MwSt.

Jan-25



Weinkarte



Rosewein

Les Vignerons Ardèchois ROSÉ IGP ⁵

Ardèche par Nature Bio Ein harmonischer und frischer Bio-Rosé aus der Rebsorte Caladoc, einer Kreuzung aus Grenache und Malbec mit feiner Würze und Frucht.

Flasche 0,75 ltr	Karaffe 0,25 ltr	Glas 0,15 ltr
24,00	8,30	5,40

Apperitifs

Prosecco Frizzante Treviso DOC ⁵

Prosecco Bio Harmonischer, dank guter Rotation immer richtig frischer Prosecco mit kräftiger Frucht in schöner klassischer Präsentation, 10,5 %vol

Flasche 0,75 ltr	Glas 0,1 ltr
23,90	4,50

Schlossberg Riesling Sekt ⁵

Weingut Freiberger Heppenheim Extra trocken, 12,5 %vol

32,90	5,20
-------	------

Surprise (alkoholfrei)

Weingut Freiberger Heppenheim Traubensaft mit zugesetzter Kohlensäure

13,50	2,50
-------	------

Prosecco mit Quittello/Abbello ⁵

Bio-Prosecco mit Quitten- oder Apfelspirituose vom Kreiswald

6,20

Apfelwein

Bio-Apfelwein ⁵

Schlaraffenburger Apfelwein vom Untermain 5,5 % Vol.

Glas 0,5 ltr	Glas 0,25 ltr
5,20	3,10

Apfelweinschorle ⁵

Bio-Apfelwein mit Sprudelwasser

5,00	3,00
------	------

Apfelwein - Cola ^{5, 10}

Bio-Apfelwein mit Now Bio Cola

5,40	3,30
------	------



Spirituosen



Edelbrände vom Kreiswald (2 cl)

Zwetschgenwasser aus dem Holzfaß	4,50
Klarapfel von der Teichwiese	4,50
Williams-Birnenbrand	4,50

Liköre (2 cl)

Odenwälder Bub, Kräuter-Likör	4,50
Abello – Apfelspirituose	4,00
Quittello – Quittenspirituose	4,00
Apfellikör	4,00
Zwetschgenlikör	4,00

Gin

Gin-Tonic mit The Duke Gin	8,50
Gin-Tonic mit Boar Zero (alkoholfrei)	8,00
Tonic Isis Beutelsbach ohne Chinin (0,33 l)	4,10

Grappa (2 cl)

Bio-Grappa Piemonte	4,50
---------------------	------

Whisky (2 cl)

Nc'Nean Organic Single Malt Scotch Whisky	6,50
---	------

Bio Spritz

Bio-Bitter-Live, Bio-Prosecco, Mineralwasser, Eis und eine Scheibe Orange	8,50
---	------

Cocktails

Wodka Lemon	6,90
mit Bio-Wodka und Now Bio-Limo Fresh Lemon	

Rum Cola	6,90
mit weißem Bio Rum und Now Bio-Limo Black Cola	

Alle genannten Preise sind in Euro und beinhalten die gesetzliche MwSt.



Dips und Kleinigkeiten

Bio-Oliven mit Brot (vegan) ^{6, a}	5,60
Ein kleines Schälchen Oliven mit Bio-Baguette-Brotscheiben	
Dreierlei zum Dippen ^a	16,50
Auswahl von drei Dips Deiner Wahl von unten mit ausreichend Baguette-Brotscheiben	
Bio-Joghurt-Zatar-Dip mit Brot (vegetarisch) ^{a, g}	5,70
Griechischer Bio-Joghurt (90 g) mit Bio-Olivenöl und Bio-Zatar Gewürzmischung (Sesam, Sumachbeere, Schwarzkümmel, Salz, Oregano, Thymian, Ysop) und Bio-Baguette-Brotscheiben	
Bio-Dattel-Curry-Dip mit Brot (vegetarisch) ^{a, g}	5,70
Ein kleines (70 g) Schälchen Bio-Dattel-Curry-Dip (Bio-Datteln, Bio-Knoblauch, Bio-Frischkäse, Bio-Schmand und Bio-Curry) mit Bio-Baguette-Brotscheiben	
Bio-Hummus-Dip mit Brot (vegan) ^a	5,70
Ein kleines (70 g) Schälchen Bio-Hummus (Bio-Kichererbsen, Bio-Knoblauch, frische Bio-Petersilie, gepresste Bio-Zitrone, Bio-Tahin, Bio-Kreuzkümmel) mit Bio-Baguette-Brotscheiben	
Bio-Avocado-Hummus-Dip mit Brot (vegan) ^a	5,70
Saisonal- Wir achten auf kürzere Transportwege	
Ein kleines (70 g) Schälchen Bio-Avocado-Hummus (Bio-Kichererbsen, Bio-Avocado, gepresste Bio-Zitrone, Bio-Tahin, Bio-Kreuzkümmel, Bio-Knoblauch, frischer Bio-Koriander, frische Bio-Petersilie) mit Bio-Baguette-Brotscheiben	
Extra Brot	1,20
Schälchen Bio-Pistazien (ca.25g)	2,50

Die Zutaten für unsere Speisen sind alle aus bio-zertifizierter Herstellung.

Alle genannten Preise sind in Euro und
beinhalten die gesetzliche MwSt.



Jan-25

Für den kleinen Hunger

Gebackener Bio-Fetakäse (vegetarisch) ^{a, g} 11,50

Bio-Fetakäse, Bio-Oliven, Bio-Peperoni, Bio-Knoblauch, Bio-Tomate in Bio-Olivenöl und div. Bio-Kräutern gebacken und Bio-Baguette-Brotscheiben

Bio-Flammkuchen mit Ziegenkäse und Honig (vegetarisch) ^{a, g} 13,90

mit Ziegenkäse, rote Zwiebelringe, Honig und Walnüssen
(Crème fraîche, Ziegenkäse, Honig, Zwiebeln, Walnüsse, Knoblauch, Muskat, Zitronensaft, Weizenmehl, Rapsöl, Speisesalz, Pfeffer)

Bio-Flammkuchen mit Speck und Zwiebeln ^{a, g, 3} 13,40

mit Speck und Zwiebeln
(Crème fraîche, Speck, Zwiebeln, Knoblauch, Muskat, Zitronensaft, Weizenmehl, Rapsöl, Speisesalz, Pfeffer, Schnittlauch)

Bio-Flammkuchen mit Feta und Oliven (vegetarisch) ^{a, g} 13,90

mit Feta, Tomaten, Peperoni und schwarzen Oliven
(Crème fraîche, Feta, Tomaten, Peperoni, schwarze Oliven, Knoblauch, Muskat, Zitronensaft, Weizenmehl, Rapsöl, Speisesalz, Pfeffer)

Bio-Quiche Lorraine Gemüse mit Blattsalat (vegetarisch) ^{a, c, g} 10,90

Weizenmehl, Meersalz, Margarine, Eier, Wasser, Sahne, Saure Sahne, Käse, Gewürze, Gemüse
(wöchentlicher Wechsel zwischen Brokkoli, Spinat und Lauch, Karotte)

Saisonale Suppe ^a 6,90

mit Brot.

Die Zutaten für unsere Speisen sind alle aus bio-zertifizierter Herstellung.



Croques

Ofenwarm servierte Bio-Baguette-Brötchen mit einer hausgemachten LaBo-Sauce und Salat

	Halb	Ganz
Schinken-Croque ^{2, 3, a, c, g} Gekochter Bio-Schinken, Bio-Tomaten, Bio-Gurken, mit Bio-Käse überbacken	7,50	14,30
Ziegenkäse-Croque (vegetarisch) ^{a, c, g} Bio-Ziegenkäse, Bio-Walnüsse, Bio-Aprikosen Chutney	7,00	13,30
Camembert-Croque ^{2, 3, a, c, g} Gekochter Bio-Schinken, Bio-Camembert Käse, Bio-Wild-Preiselbeeren Auslese	7,50	14,30
Camembert-Croque (vegetarisch) ^{a, c, g} Bio-Camembert Käse, Bio-Wild-Preiselbeeren Auslese	7,00	13,30
Caprese-Croque (vegetarisch) ^{a, c, g} Bio-Tomaten mit Bio-Mozzarella überbacken	6,50	12,30
Frikadellen-Croque ^{2, 3, a, c, g} Bio-Hackfleischfrikadelle, Bio-Tomaten, Bio-Gurken, mit Bio-Käse überbacken (Bio-Frikadellen: Schweinefleisch (36 %), Rindfleisch (33 %), Trinkwasser, Weizenpaniermehl, Gewürze, Meersalz, Rübenzucker, Hühnervolleipulver)	7,00	13,30
Gemüsefrikadellen-Croque (vegan) ^{a, f, i} Bio-Gemüsefrikadelle, Bio-Tomaten, Bio-Gurken und vegane Variante der LaBo Sauce, mit veganer Bio-Käsealternative auf Basis einer fermentierten Blumenkohlzubereitung überbacken	7,00	13,30
Gemüsefrikadellen-Croque (vegetarisch) ^{a, c, g, i} Bio-Gemüsefrikadelle, Bio-Tomaten, Bio-Gurken, mit Bio-Käse überbacken (Bio-Gemüsefrikadelle: Süßkartoffeln, Maisgrieß, Kartoffeln, Paprika, Buchweizen, Karotten, Kürbis, Kürbiskerne, Rucola, Zwiebeln, Tapiokastärke, Sonnenblumenöl, Koriander, Salz, Gewürze)	7,00	13,30

Die Beläge für unsere Croques sind alle aus kontrolliert biologischem Anbau. Das für unsere Croques von der Bio-Bäckerei Bihn hergestellte Dinkel-Baguette begeistert als veganes und bio-zertifiziertes Brot, das mit viel Handarbeit und Liebe zum Detail gebacken wird.
Zutaten: Dinkelmehl 630, Wasser, Meersalz, Hefe

Alle genannten Preise sind in Euro und
beinhalten die gesetzliche MwSt.



Jan-25

Liebe Gäste ...

...wir sind verpflichtet unsere Speisen und Getränke zu kennzeichnen, sofern sie mit Zusatzstoffen oder Allergenen versetzt sind.

Zur besseren Unterscheidung haben wir die Zusatzstoffe mit einer Zahl und die Allergene mit einem Buchstaben versehen.

Bitte teilen Sie uns vorab mit, ob Sie von einer Lebensmittelallergie betroffen sind, oder Bedenken haben, damit wir Sie rechtzeitig beraten und entsprechend angepasste Speisen- und Getränkeangebote unterbreiten können.

Kennzeichnung von Zusatzstoffen

1. Mit Farbstoff
2. Mit Konservierungstoff (konserviert)
3. Mit Antioxidationsmittel
4. Mit Geschmacksverstärker
5. Geschwefelt, mit Sulfiten
6. Geschwärzt
7. Gewachst
8. Mit Phosphat
9. Mit Süßungsmittel(n), enthält Phenylalaninquelle
10. Koffeinhaltig
11. Chininhaltig
12. Mit Taurin
13. Mit Säuerungsmitteln

Deklarationspflichtige Allergene

- a. Glutenhaltiges Getreide
- b. Krebstiere und daraus gewonnen Erzeugnisse
- c. Eier und daraus gewonnen Erzeugnisse
- d. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
- e. Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
- f. Soja(bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse
- g. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse
- h. Schalenfrüchte
- i. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
- j. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
- k. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- l. Schwefeldioxid und Sulfit
- m. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- n. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse



Gelassen in stressigen Zeiten

Es gibt Wichtigeres im Leben, als
beständig dessen Geschwindigkeit
zu erhöhen.

(Mahatma Gandhi)



Bücher und Zeitschriften

Wir haben im Lokal einige Bücher und Zeitschriften ausgelegt.
Diese wollen zum Schmökern, sich inspirieren lassen und zum
Austauschen einladen.



Von Zeit zu Zeit wollen wir auch Empfehlungen aussprechen.

Schön, dass Sie hier sind!

