



Mar Y Sol

RESTAURANT | BAR | COFFEE *by Bienty*

SPEISEKARTE

STARTERS

VORSPEISEN

- 1001 Knoblauchbrot ^{AC} **V** 4,90 €
- 1002 Bruschetta Classica **V** 7,90 €
Im Ofen geröstetes Landbrot, belegt mit marinierten
Tomatenwürfeln ^{M,9}
- 1003 Süßkartoffelpommes ^A **V** 6,10 €
Aioli ^C
- 1004 Frittierte Salsicciaballs 10,90 €
Hackfleischbällchen, feurige Salsa,
Süßkartoffelpommes im Basket serviert ^{1,3,12A,G}
- 1005 Tortilla-Chips ^{A,1,2} 6,90 €
mit 2 Dips + 2,50 €
mit 3 Dips + 4,00 €
mit Paprikawürfel, Edamer gratiniert inkl. 1 Dip ^G 9,90 €
mit Chili con Carne, Edamer gratiniert inkl. 1 Dip ^G 9,90 €

Red Salsa, Sour Cream, Aioli, Guacamole
Jalapeños Cheese Dip, BBQ Dip ^{1,3,12A,G,C}

1,50 €

Ketchup
Mayo ^C

0,80 €

- 1006 Cajun Fries **V** 5,90 €
(Pommes mit südamerikanischer Gewürzmischung)
Aioli, Ketchup ^{A,G,1,2,12,C}
- 1007 Wrap (Wahlweise Beef oder Chicken) 12,90 €
Salat der Saison, Sour Cream, verschiedenes Gemüse
und Salatbouquet ^{1,3,A,G}
- 1008 Wrap (mit Garnelen) 14,90 €
Salat der Saison, Sour Cream, verschiedenes Gemüse
und Salatbouquet ^{1,3,A,D,G}

- 1009 Veggie Wrap (Pulled Jackfruit) **V** 10,90 €
Salat der Saison, Sour Cream, verschiedenes Gemüse ^{2,3,A,G}

V Vegetarisch



SOUPS SUPPEN

1011 Original Chili con Carne 100 % Rindfleisch

Mais, Kidneybohnen, Tomaten, Knoblauch,
Zwiebeln, dazu frisches Brot ^{A,F,1,12}

kleine Portion 7,90 €
große Portion 9,90 €



1012 Chili sin Carne V

pikantes Tomatenragout mit Mais, Kidneybohnen,
Knoblauch, Zwiebeln, dazu frisches Brot ^{A,F,1,12}

kleine Portion 7,90 €
große Portion 9,90 €

1013 Sopa de Zanahoria y Coco V 7,90 €

hausgemachte Karotten-Kokos-Suppe mit
frittierten Karottenchips

1014 Sopa Azteca V 6,90 €

würzig pikante Tomatensuppe, Grana Padano,
Avocadowürfel ^G

SALADS SALATE

1020 Caesar Salad V 13,50 €

Romana Salat, Kirschtomaten,
Brotcroutons, Grana Padano ^{A,E,6,1,2}

1021 Großer gemischter Salat V 12,50 €

Salat der Saison mit Gurke, Tomate,
Paprika, rote Zwiebeln ^A

1022 Beilagensalat V 5,90 €

Wählen Sie ihr Dressing:

Balsamico-Dressing, Cesardressing, Mango-

Chili-Dressing, Honig-Senf-Dressing



Wählen Sie ihr Topping

Hähnchenbrust, gebraten
6,90 €

Knoblauchgarnelen ^B
7,90 €

Pulled Beef
7,90 €

Gebratene Champignons
mit Frühlingslauch, Tomaten
6,90 €

BOWLS

- 1030 **California- Chicken- Bowl** 16,90 €
Hähnchenbrust, Cous Cous, Frühlingslauch, Avocado, Babypinatspinat, Tomatenrelish, Curry-Koriander spread, Mango-Chili-Dressing, Erdnüsse 1,2,4,12,A,E
- 1031 **Hawaii-Scampi-Bowl** 17,90 €
Knoblauchgarnelen, Cous Cous, Zucchini, Edamame, Avocado, Babypinatspinat, Tomatenrelish, Pinienkerne, Teriyaki spread, frischer Koriander 1,4,AB,F,G,N
- 1032 **American-Beef-Bowl** 19,50 €
BBQ-Pulled beef, Cous Cous, Paprika, Avocado, rote Zwiebeln, Kidneybohnen, Cashewkerne, Honig-Senf-Dressing, frischer Koriander, Tomatenrelish 1,2,4,A,H,F
- 1033 **Veggie-Bowl**  16,90 €
Pulled Jackfruit, Cous Cous, Mango, Frühlingslauch, Avocado, Babypinatspinat, Tomatenrelish, Mango-Chili-Dressing, Erdnüsse 1,2,4,12



TACOS (3 STÜCK)

- 1050 **Pollo con Ajo** 16,50 €
Hähnchen mit Knoblauchmarinade paniert, karamellisierte Zwiebeln, Limetten-Majo, Babypinatspinat, Guacamole 1,2,11,12,A,G
- 1051 **Pulled Pork** 18,50 €
gezupfte Schweineschulter 24h gegart, geschmorte Zwiebeln, Tomatenrelish, geriebener Cheddar, Guacamole 1,2,11,12,A,G

Alle Tacos werden mit Cajun Fries oder einem kleinen Beilagensalat serviert
Süßkartoffelpommes (+1,50€)

- 1052 **Veggie Oriental**  16,90 €
Pulled Jackfruit, marinierter Babypinatspinat, Cous Cous, Tomatenwürfel, Bohnenmus, Guacamole 1,2,5,A,G,N
- 1053 **Spicy Pulled Beef** 18,90 €
gezupfte Rinderstreifen, Chili, Zwiebelmus, geschmorte Paprikastreifen, Guacamole 1,2,A,G

PAPA HORNEDA

OFENKARTOFFEL

- 1040 **Papa... Vegetariana**  12,90 €
verschiedenes Gemüse, Sour Cream, Guacamole 1,12,G
- 1041 **Papa...de Pollo** 15,90 €
gegrillte Hähnchenbrust, verschiedenes Gemüse, Sour Cream, Guacamole 1,12,G
- 1042 **Papa... de Res** 16,90 €
Pulled Beef, verschiedenes Gemüse, Sour Cream, Guacamole 1,12,G
- 1043 **Papa... de Scampi** 17,90 €
gebratene Garnelen, verschiedenes Gemüse, Sour Cream, Guacamole 1,12,G



FAJITAS

- 1060 Fajita Vegetariana **V** 16,90 €
Pulled Jackfruit 1,2,3,5,A,G
- 1061 Fajita de Pollo 17,90 €
gegrillte Hähnchenbrust 1,2,3,5,A,G
- 1062 Fajita de Carne 19,90 €
gegrillte Rumpsteakstreifen 1,2,3,5,A,G
Surf to the Turf (mit gebratenen Garnelen) ^B + 6,90 €

- 1063 Fajita de Camerun 19,90 €
gebratene Garnelen 1,2,3,5,A,B,G
- 1064 Fajita sin Carne **V** 15,90 €
gebratenes Gemüse 1,2,3,5,A,G

Weizentortillas zum selberrollen serviert mit Jalapeños, Edamame, Sour Cream, Guacamole, Schmorzwiebeln, gegrillte Paprika, Edamer, mexikanischer Reis, Bohnenmus und Salat



PASTA

- 1070 Tagliarini Camerone 16,90 €
Garnelen, Cherrytomaten, Pesto 1,12,A,B,G,H
- 1071 Pasta de Cabra 15,90 €
Tagliarini, gegrillte Hähnchenbruststreifen, Spinat, Paprikasahnesoße, Schafskäse 1,12,A,G
- 1072 Pasta con Carne 14,90 €
Tagliarini, Bohnen, Mais, Cheddar, Schmorzwiebeln, Rinderhackfleisch in pikanter Tomatensoße 1,12,A,G
- 1074 Pasta de Azteca **V** 12,90 €
Tagliarini, verschiedenes Gemüse, Tomatensahnesoße 1,12,A,G



BURGER

Alle Burger mit Romanasalat, Tomatenscheiben und sauren Gurken, Cajun Fries (Süßkartoffel Pommes +1,50€), Ketchup, Coleslaw _{GA}

- 1080 **Classic Beef-Burger** 16,90 €
 100 % Rindfleisch 220 g
 geschmorte Zwiebeln, Hausgemachte Burgersoße ^{1,3,12,4,CG}
 + Surf to the turf (gebratene Garnelen) + 7,90 €
- 1081 **Classic Cheese-Burger** 17,90 €
 100 % Rindfleisch 220 g
 geschmorte Zwiebeln, Cheddar,
 Hausgemachte Burgersoße ^{1,3,12,4,2,C,G}

- 1082 **Chicken Burger** 16,90 €
 Hähnchenbrustfilet mit Knoblauchpanade,
 geschmorte Zwiebeln, Curry-Koriander-Soße ^{1,3,12,4,2,CGA}
- 1083 **Pulled Beef Burger** 17,90 €
 mit roten Zwiebeln und BBQ soße ^{1,3,12,4,2,CGA}
- 1084 **Pulled Pork Burger** 17,90 €
 mit roten Zwiebeln und BBQ soße ^{1,3,12,4,2,CGA}
- 1085 **Veggie Deluxe Burger**  16,90 €
 Pulled Jackfruit, gebackene Zwiebelringe,
 Aioli ^{1,3,2,4,FC}



STEAKS & FISH

Alle Steaks servieren wir mit Cajun Fries, Aioli und hausgemachter Kräuterbutter _{AG}

- 1092 **Rumpsteak** 200 g 28,90 €
- 1093 **Rumpsteak** 300 g 37,90 €
- 1094 **Hähnchenbrustfilet** 220 g 18,90 €
 gegrillt, pikante Tomatensalsa,
 mexikanischer Reis, Bohnenmus, serviert
 in einer heißen Pfanne ^{1,2,4,12,CG}
- 1096 **Riesengarnelen (8 Stück)** 24,90 €
 gegrillt, mit Knoblauch und Chili, Zucchini,
 Cajun Fries, Aioli ^{1,2,4,12,BA,C}
- 1097 **Cordon Bleu** 19,90 €
 mit Kroketten und wahlweise ohne oder
 mit Champignon-Rahm-Soße

PIZZA

- 500 Margherita **V** 10,50€
Pizzasugo, Mozzarella und frisches Basilikum
- 501 Hawaii 13,90€
Pizzasugo, Mozzarella, gekochter Hinterschinken und Ananas ^{2,3,8}
- 502 Tonno 13,90€
Pizzasugo, Mozzarella, Thunfisch und rote Zwiebeln
- 503 Caprese **V** 14,90€
Pizzasugo, geriebener Mozzarella, Mozzarellascheiben, fruchtige Kirschtomaten, Pesto Genovese und frischer Rucola
- 504 Mediterranea **V** 15,90€
Pizzasugo, Mozzarella, Feta, Paprika, schwarze Oliven, Tomaten, rote Zwiebeln und Oregano ⁶
- 505 Prosciutto crudo y rucola 16,50€
Pizzasugo, Mozzarella, italienischer Landschinken, frischer Rucola und Pesto Genovese ^{2,3}

- 506 Americana 16,50€
Pizzasugo, Mozzarella, BBQ-Hackfleischsalsa, Cheddar-Käse, Mais, Bacon und gegrillte Paprika ^{1,2,3}

- 507 MARY SOL Speciale 16,50€
Pizzasugo, Mozzarella, Gamberetti, Gorgonzola, Spinat und Knoblauchöl

Die sogenannte "weiße" Pizza hat in Italien eine lange Tradition. Unsere weiße Pizzasauce basiert auf einer alten sizilianischen Rezeptur. Unsere Pizza Bianca - eine interessante Alternative zur klassischen Pizza!

- 508 Pizza Bianca Margherita **V** 10,50€
Sugo Bianco, Mozzarella und Oregano

- 509 Pizza Bianca Verdura e Capra **V** 14,90€
Sugo Bianco, Mozzarella, Ziegenkäse, Zucchinischnitten, frischer Babyspinat, Tomatenscheiben und Knoblauch

TOPPINGS ⁵¹⁰

- Mozzarellakugeln +2,50€
Fetawürfel +2,50€
Schwarze Oliven +1,00€
Rucola +1,50€
Frühlingszwiebeln +1,00€
Rote Zwiebeln +1,00€
Jalapeños +1,50€
Kirschtomaten +2,50€
Grillgemüse +3,20€
Peperoni Salami +3,00€
Italienische Salami +3,50€
Vorderschinken +3,00€
Schinkenwürfel +1,50€
Hähnchenbruststreifen +4,00€
Thunfisch +3,00€



DESSERT

- | | | |
|------|--|---------|
| 1100 | American Cheesecake
mit Erdbeer-Joghurteis ^{1,2,C,G} | 7,90 € |
| 1101 | Schokoladensoufflé
von dunkler Schokolade mit weißem Kern,
Vanillespiegel, Erdbeer-Joghurteis ^{1,2,C,G} | 7,90 € |
| 1102 | Giotto Eis ^G | 3,50 € |
| 1103 | Raffaello Eis ^G | 3,50 € |
| 1104 | Salty Peanut ^G | 3,50 € |
| 1105 | Mango Sorbet ^G | 3,50 € |
| 1106 | Yogurette ^G | 3,50 € |
| 1107 | Dessertvariation 3 Eissorten | 10,50 € |
| 1108 | Dessertvariation 6 Eissorten | 17,50 € |



HAUSGEMACHTE LIMONADEN & EISTEE

- | | | |
|----|--|--------|
| 30 | Arance-Limoni Limonata ^{1,2,11} (0,4) | 5,10 € |
| | Orangen-Zitronen-Limonade mit frischer Minze | |
| 31 | Lime-Limoni Limonata ^{2,11} (0,4) | 5,10 € |
| | Limetten-Zitronen-Limonade mit frischer Minze | |
| 32 | Mango-Menta Limonata ¹ (0,4) | 5,10 € |
| | Mango-Limonade mit frischer Minze | |
| 33 | Lampone-Ginger Limonata ^{2,11} (0,4) | 5,10 € |
| | Himbeer-Ingwer-Limonade mit frischer Limette
und Rosmarin | |
| 34 | Maracuja-Ciliegia Limonata ^{1,11} (0,4) | 5,10 € |
| | Maracuja-Sauerkirsch-Limonade
mit frischer Orange und Minze | |
| 35 | MarYsol Té Freddo ^{2,11} (0,4) | 5,10 € |
| | erfrischender Eistee mit frischer Minze
und Orange | |

Zusatzstoffe

- Nr. 1 mit Konservierungsstoff
- Nr. 2 mit Farbstoff
- Nr. 3 mit Antioxidationsmittel
- Nr. 4 mit Süßungsmittel Saccharin
- Nr. 5 mit Süßungsmittel Cyclamat
- Nr. 6 mit Süßungsmittel Aspartam,
enth. Phenylalaninquelle
- Nr. 7 mit Süßungsmittel Acesulfam
- Nr. 8 mit Phosphat
- Nr. 9 geschwefelt
- Nr. 10 chininhaltig
- Nr. 11 coffeinhaltig
- Nr. 12 mit Geschmacksverstärker
- Nr. 13 geschwärzt
- Nr. 14 gewachst
- Nr. 15 gentechnisch verändert

Allergene

- A: Gluten
- B: Krebstiere
- C: Eier von Geflügel
- D: Fisch E: Erdnüsse
- F: Sojabohnen
- G: Milch von Säugetieren
- H: Schalenfrüchte
- L: Sellerie
- M: Senf
- N: Sesamsamen
- U: Schwefeloxid und Sulfine
- P: Lupinen R: Weichtier

¹¹⁰⁹ Espresso
y Postre
Ein Espresso und
ein Eisdessert nach Wahl
5,90 €



KINDER MENU



Kids Cheeseburger

Burger mit Romanasalat, Tomatenscheiben und sauren Gurken, Pommes, Ketchup oder Mayo und Soft Drink (0,2l)

10,90€

Kids Pizza

Baby Margherita Pizza und Soft Drink (0,2l)

8,90€

Nuggets & Pommes

(6 Stück Nuggets)

Ketchup oder Mayo und Soft Drink (0,2l)

7,90€



UNSERE TÄGLICHEN AKTIONEN

DIE GESAMT WOCHE
HAPPY HOUR

JEDEN TAG 15 UHR BIS 18 UHR ALLE COCKTAILS NUR 7,50€ & UNSERE JUMBOS 10,90€
MO - DO ALLE COCKTAILS NUR 7,50 € & UNSERE JUMBOS 11,90€

MONTAG

GAMBAS ALL YOU CAN EAT

ISS SOVIEL DU KANNST UND DAS FÜR NUR 24,90 € PRO PERSON
INKL. KARTOFFELECKEN & AIOLI

CAIPI UND MOJITIO TAG

ALLES FÜR 6,90 €

MITTWOCH

SPARERIBS ALL YOU CAN EAT

AB 17 UHR, SO VIELE SPARERIBS WIE IHR WOLLT!
DAS ALLES FÜR NUR 23,90 € INKL. KRAUTSALAT & BBQ-SAUCE UND
KARTOFFELECKEN

FREITAG & SAMSTAG

SUPER SPECIAL COCKTAILS - 2 FOR 1!

ZWEI GLEICHE COCKTAILS ZUM PREIS VON EINEM
(15 - 16 UHR & 23 - 00 UHR)

DIENSTAG

LADIES NIGHT!

2 FOR 1 FÜR ALLE LADIES! ZWEI GLEICHE COCKTAILS ZUM
PREIS VON EINEM (15 UHR BIS ENDE)

BOWLS TAG

GENIESSE EINE GESUNDE MAHLZEIT FÜR NUR 15,90 €

DONNERSTAG

TACOS TAG

GENIESSE UNSERE LECKEREN TACOS FÜR NUR 14,50 €

SONNTAG

STEAK ALL YOU CAN EAT

ISS SOVIEL DU KANNST FÜR NUR 35,90 € PRO PERSON
INKL. CAJUN FRIES, ZWEI SAUCEN ZUR AUSWAHL
(PFEFFERSAUCE, CHAMPIGNONSSAUCE) ODER KRÄUTERBUTTER



TERRASSE

Gönne dir
eine erholsame Pause
und genieße die Sonne
auf unserer wunderschönen
Terrasse im Innenhof.



GUTSCHEINE

Du möchtest Momente zum Erinnern
und gemeinsame Erlebnisse verschenken?
Dann kaufe einen MarYSol Gutschein
und genieße unsere Spezialitäten
im Wohlfühlambiente.



FEIERN

Du planst ein Event?
Unsere unterschiedlichen Restauranträume
sowie die Terrasse bieten Platz für
dein ganz privates MarYSol,
rund um Essen, Trinken und Feiern.



Mar Y Sol

RESTAURANT | BAR | COFFEE *by Bienty*



Mar Y Sol

RESTAURANT | BAR | COFFEE *by Bienty*

QUALITÄT UND UMWELT

Alle unsere Gerichte werden für Sie frisch und mit hochwertigen Zutaten hergestellt. Unsere Zutaten beziehen wir von langjährigen, vertrauenswürdigen Lieferanten und achten dabei konsequent auf Frische, Qualität und Regionalität, soweit dies möglich ist. Durch kurze Transportwege schonen wir unsere Umwelt. Durch gezielten Mengeneinkauf und Lagerhaltung in wiederverwendbaren Verpackungen vermeiden wir Müll.

MARYSOL ZUM MITNEHMEN

Echte Freude für zuhause. Alle unsere Gerichte gibt es natürlich auch frisch zubereitet und sicher verpackt zum Mitnehmen.

FOLGEN UND BEWERTEN SIE UNS



MarYSol Rheinbach Hauptstraße 23, 53359 Rheinbach
Tel.:+49 (0) 2226 1581010 **Internet:** www.marysol.net
eMail: info@marysol.net