



Cape Forest

Bei uns ist fast alles selbstgemacht. Sei es der Kuchen, die Salate, Sandwiches, die feine Konfi zum z'Morge, frischer Pfefferminztee, Limonade oder der Holunterblütensirup für den Hugo.

Wir verwenden nur die besten Zutaten und lassen uns gerne von Oma's Rezepten aus dem Schwarzwald inspirieren oder interpretieren diese gerne auch mal neu mit einem Hauch von Kapstadt.

Unsere Backwaren werden direkt von der Backstube der Bäckerei Voland geliefert.

Haben Sie Appetit auf einen knusprigen Table Mountain Flammkuchen oder eine feine Schwarzwälder Kirschtorte?

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr Cape Forest Team



Guten Morgen

*Unser Frühstück servieren wir Ihnen gerne
mittwochs und donnerstags bis 11.00 Uhr und samstags bis 13.00 Uhr*

Kleines Z`Morge

*Hausgemachte Konfi und Butter
Ein Gipfeli und ein Brot oder Brötli
Ein Kaffee/Tee nach Wahl
Fr. 9.50*

Herzhafter Z`Morge

*Hausgemachte Konfi und Butter
Käse und Tomate
Drei Backwaren (Gipfeli und/oder Brot/Brötli)
Zwei Kaffee/Tee nach Wahl
Fr. 16.50*



Guten Morgen

Sportler Z'Morge

Hausgemachte Konfi und Butter

Hausgemachtes Müsli mit Joghurt, Frucht und Honig

Drei Backwaren (Gipfeli und/oder Brot/Brötli)

Zwei Kaffee/Tee nach Wahl

Fr. 17.50

Gniesser Z'Morge

Hausgemachte Konfi und Butter

Hausgemachtes Müsli mit Joghurt, Frucht und Honig

Käse-Plättli mit Wurst, Tomate und Ei

Gipfeli/ Brot/ Brötli nach Belieben

Kuchen nach Wahl

Kaffee/Tee nach Wahl

Glas Prosecco

Glas Orangensaft

Fr. 28.00



Prinzessinnen und Prinzen Z`Morge

*(Für unsere kleinen Gäste, die erwachsenen Prinzessinnen und Prinzen dürfen
aber auch)*

*Hausgemachte Waffel mit Zimt und Zucker
Heisse Schokolade oder anderes Heissgetränk nach Wahl
Fr. 10.50*

A la carte

Buttergipfeli Fr. 1.70

Vollkornigipfeli Fr. 1.90

Portion hausgemachte Konfi Fr. 2.00

Portion Honig Fr. 1.20

Portion Erdnussbutter Fr. 1.20

Portion Schokoladennusscreme Fr. 1.20

5-Minuten Ei Fr. 1.70

Hausgemachtes Müsli mit Joghurt, Frucht und Honig Fr. 6.50



Flammkuchen

*Unsere hausgemachten Flammkuchen servieren wir Ihnen gerne
mittwochs, donnerstags und samstags ab 11.30 Uhr
sowie freitags ab 16.30 Uhr*

Traditioneller Flammkuchen

Crème fraîche, Kräuter, Zwiebeln, Speck

Fr. 14.50

Table Mountain Flammkuchen

*Crème fraîche, südafrikanische Kräuter, Zwiebeln, Peperoni, Droëwors
(südafrikanische Trockenwurst)*

Fr. 18.50

Flammkuchen Provence

*Crème fraîche, Kräuter, rote Zwiebeln, Birne, Rosmarin
milder Ziegenkäse*

Fr. 16.50



Flammkuchen Toskana

*Crème fraîche, Kräuter, Zwiebeln, Pesto, Tomaten, Mozzarella,
Pinienkerne und Rucola*

Fr. 16.50

Badischer Flammkuchen (süss)

Crème fraîche, Vanille, Birnen, brauner Zucker, Mandeln

Fr. 14.50

*Wir bieten selbstverständlich auch vegane Flammkuchen an. Bitte fragen Sie
unser Cape Forest Team.*



Salate

Kleiner grüner Beilagensalat

Fr. 5.50

Kleiner /grosser gemischter Salat

Ei, Tomate, Peperoni, Gurke, diverse Nüsschen

Fr. 7.50/ Fr. 12.50

Tomaten-Mozzarella Salat „Capresse“ mit Rucola

Fr. 9.50

Unsere Salate werden mit unserem Hausdressing serviert



Kuchenvitrine

Unsere Kuchen, Torten und Muffins sind hausgemacht. Wir haben immer ein wechselndes Angebot, schauen Sie doch am besten bei unserer Kuchentheke vorbei.

Sandwiches

Beachten Sie unser tägliches Angebot und fragen Sie das Cape Forest Team. Unsere Sandwiches werden frisch für Sie belegt.

Fleisch/Wurst/Speck Deklaration

Fleisch /Wurst und Speck: Schweiz

Speck für Flammkuchen: Metzgerei Steiner Rätterschen

Südafrikanische Trockenwurst: Wildburg Jagd, Bern



Kaffee, Cappuccino und Latte Köstlichkeiten

Unser Kaffee (100% Arabica) der Rösterei Kolanda ist fairtrade- und bio-zertifiziert und steht für absolut fairen Handel und höchste Qualität.

Espresso

Fr. 4.30

Espresso im Doppelpack

Fr. 5.30

Ristretto

Fr. 4.30

Kaffee Crème

Fr. 4.30

Kaffee Kännchen

Fr. 6.80



Cappuccino

Fr. 4.80

Milchkaffee

Fr. 4.80

Latte Macchiato/mit Aroma (Vanille/Karamel)

Heiss oder eiskalt

Fr. 5.80 + Fr. 0.50

Kaffee Bombón

Espresso mit gezuckerter Kondensmilch

Fr. 5.00



Feine Schoggi Varianten

Kalte/Heisse Schokolade

Fr. 5.00

Cape Forest Schokolade

Mit Baby Marshmallows, bunter Schoki, Glitzer und Sahne

Fr. 6.50

Blueberry Cheesecake weisse heisse Schokolade

Fr. 6.00

Veloshake für alle Spitzensportler (oder die, die daran arbeiten)

Schokoladenproteinpulver mit kalter Milch

...bringt Eure Karbonvelos zum glühen....

Fr. 5.50



Heiss mit Schuss (alkoholhaltig)

Latte Amarula

Südafrikanischer Rahmlikör mit Latte Macchiato

Fr. 8.50

Kaffee Maria

Kaffee mit Schnäppli

Fr. 6.50

Heisse Oma

Milch mit Eierlikör

Fr. 8.50



Cape Forest Haustees

Gaaaaanz gesund.....

Frischer Pfefferminztee

Minze aus Nachbars Garten gepflückt (Frühling bis Herbst)

Fr. 4.50

Frischer Ingwertee mit Zitrone

Fr. 4.50

Apfelkindtee

Frischer Ingwer, Zitrone, frische Minze, Apfelspalten, Honig

Fr. 5.00

Chai-Latte mit Zimt und Goldpuder

Fr. 5.80



Sirocco Tees

Höchste Bio-Qualität in handgefertigten Teebeuteln

Ceylon Sunrise

English Breakfast/ Fr. 4.20

Japanese Sencha

Grüntee/ Fr. 4.20

Camomile Orange Blossoms

Kamillentee mit Orange/ Fr. 4.20

Red Kiss

Früchtetee/ Fr. 4.20

Rooibos Tangerine

Südafrikanischer Rotbusch-Tee mit Mandarine/ Fr. 4.20

Verbena

Bio-Verveinetee/ Fr. 4.20



Erfrischend

Hausgemachte Limonade

mit wenig Zucker (so lange es Vorrat hat)

(40cl) Fr. 4.60

Goba Mineral laut/still

klein (33cl) Fr. 4.50

gross (1l) Fr. 9.80

Goba Flauder Original

(33cl) Fr. 4.60

Goba Iisfee

Bio-Eistee mit Grünteeextrakt

klein (30cl) Fr. 4.20

gross (50cl) Fr. 5.60

Goba Cola

(33cl) Fr. 4.60

Coca Cola/ Coca Cola Zero

(33cl) Fr. 4.60



Möhl Apfelschorle

klein (30cl) Fr. 4.20

gross (50cl) Fr. 5.60

Ramseier Orangensaft

(30cl) Fr. 4.80

Möhl Trüber Apfelwein alkoholfrei

(50cl) Fr. 5.80

Rivella blau/rot

(33cl) Fr. 4.80

Gazosa Heidelbeer/ Mandarine/ Limone/ Orange

(33cl) Fr. 5.10



Wein

Eine kleine feine Auswahl aus der Schweiz, Südafrika und Schwarzwald

Üs dä Schwiiz

Federweisser, Stadtwein

1dl/ Fr. 5.20

50cl/ Fr. 25.00

....hervorragend zu Flammkuchen....

Riesling Silvaner (Müller-Thurgau), Stadtwein

50cl / Fr. 25.00

Rhein Riesling, Bioweingut Lenz

75cl/ Fr. 39.00

Dr. Zweigelt, Bioweingut Lenz

75cl/ Fr. 43.00

Nobler Blauer, Nadine Saxer

75cl/ Fr. 43.00



Van Suid Afrika

Sauvignon Blanc, Faithful Hound Mulderbosch

75cl/ Fr. 41.00

Pinotage, Boschendal Groot Drakenstein (Hausspecial)

1dl/5.20

75cl/ Fr. 38.00

Merlot, Malbec, Carbenet Sauvignon Faithful Hound Mulderbosch

75cl/ Fr. 43.00

Vom Schwarzwald

Spätburgunder Rose, Dr. Heger Weingut Ihringen

75cl/ Fr. 40.00



Prickelnd

Prosecco Brut di Trevisio

20cl / Fr. 11.50

Prosecco di Valdobbiadene

75cl/ Fr. 38.00

Cape Forest Hauscocktail

Prosecco, Passionsfruchtsirup, Mineralwasser, frische Minze, Limette

Fr. 9.00

Alkoholfreier Cape Forest Hauscocktail

Blue Curacao, Zitronen u. O-saft, Passionsfruchtsirup, frische Minze, Limette

Fr. 7.50

Der alt bekannte Hugo

Fr. 9.00

Aperol Spritz mit ganz viel Zunder

Fr. 9.00

Gretchen Gin Tonic von der Schwarzwälder Hausbrennerei Schladerer

Fr. 9.00



Lokale Biere

Chopfab Amber

33cl/ Fr. 5.10

Chopfab Weizen

33cl/ Fr. 5.10

Stadtgut Blond

33cl/ Fr. 5.10

Stadtgut Schwarz

33cl/ Fr. 5.10

Appenzeller Weizen alkoholfrei

50cl/ Fr. 6.90

Appenzeller Zitronen-Panaché

33cl/ Fr. 5.10



Südafrikanische Spezialitäten

Amarula auf Eis

Südafrikanischer Rahmlikör

Fr. 8.50

South African Dom Pedro

Vanilleeis mit Amarula und Schlagsahne

Fr. 12.50

Springbokkie (shot)

Minzlikör und Amarula

Fr. 7.50

Melktertjie (shot)

Vodka, süsse Kondensmilch und Zimt

Fr. 6.50



Wer ist Cape Forest?

Cape Forest steht für «Cape Town (Kapstadt)» und «Blackforest (Schwarzwald)»

Dajana Holtzhausen, Gastgeberin

Ich bin Dajana und bin im Schwarzwald aufgewachsen. Mit 16 ging ich in die grosse, weite Welt und durfte viele Jahre in tollen Hotels in Hamburg, Abu Dhabi, Dubai und zuletzt im Dolder Grand in Zürich arbeiten.

Seit ich denken kann, träume ich von meinem eigenen «kleinen Café», welches ich mir nach meinen eigenen Vorstellungen einrichten darf.

Meine Welt ist bunt. Alles was «normal» ist, das passt irgendwie nicht zu mir. Für meine Gäste gehe ich gerne die Extra Meile. Ein glücklicher Gast, der sich bei mir wohl fühlt ist die grösste Belohnung für mich.

Wenn ich nicht am Backen bin oder meine Gäste im Cape Forest verwöhne, trifft man mich meist auf dem Radl oder zu Fuss in den Bergen an. Triathlon und Bergläufe gehören zu mir, wie mein Frans aus Südafrika.



Frans Holtzhausen, CEO (Cake Eating Officer) und MFA (Mädchen für alles)

*Ich bin Frans und bin in der Nähe von Kapstadt aufgewachsen.
Mit Dajana bin ich vor etwa 8 Jahren aus Abu Dhabi in die Schweiz gezogen.*

*2018 war ein fantastisches Jahr, da wir ENDLICH Dajana's Lebenstraum
erfüllt und den Vertrag für Cape Forest unterschrieben haben.
Ich werde weiterhin in der Baubranche tätig sein. Am Wochenende und bei
Events unterstütze ich meine Frau mit grossem Tatendrang.*

*Meine Hauptkompetenzen liegen in der Verköstigung der selbstgebackenen
Kuchen. Nur die besten Kuchen, dürfen unseren Gästen angeboten werden,
dafür stehe ich mit meinem Namen. 😊*

*Nebst Kuchenessen oder Kosten planen, bin auch ich stunden/tagelang in
meiner Freizeit mit dem Radl unterwegs.*



Öffnungszeiten

Mittwoch und Donnerstag, 9.00 – 17.00 Uhr

Freitag, 14.00 – solange die Bude brummt

Samstag, 10.00 – 17.00 Uhr

1x monatlich Sonntagsbrunch

Bitte informieren Sie sich über unsere Events unter www.capeforest.ch