

# Baobab Café ☀ Meny

## Välkomna!

Sätt er ner där ni vill, så kommer vi och tar emot er beställning!

## Afrikanskt arabica kaffe

**Mellanrostat Freshly ground medium 40 kr**

**Mörkrostat Freshly ground dark 40 kr**

Serveras i kanna med påtår. Kall eller varm eko-mjolk ingår.

**Freshly ground arabica** är vårt eget lyxiga kaffe. Det kommer från små jordbruk i Afrika. För varje paket kaffe som vi säljer ger vi pengar till Food 4 Thought, en förskola i ett kåkstadsområde i Sydafrika. Läs mer på [taste-africa.com](http://taste-africa.com)! Hos oss dricker du kaffe med hjärtat! ♥

## Afrikanskt bushtea - vårt eget!

**Kalahari Red**, naturellt rooibos 40 kr

**Kalahari Green**, naturellt grönt rooibos, lite friskare mer antioxidanter 40 kr

**Outeniqua**, naturellt honeybush, fyllig smak, är släkt med rooibos 40 kr

**Madagascar**, rooibos med vaniljstång 40 kr

**Okavango**, rooibos med apelsin- & citronskal, ingefära, 40 kr

**Zanzibar**, rooibos med kryddnejlika, kanel, kardemumma, ingefära & svartpeppar. 40 kr

Alla teer serveras i kanna med påtår. Kall eller varm eko-mjolk ingår.

## Annat gott te :-)

**Kenyanskt svart te** från foten av Kilimanjaro, 40 kr

**Lapsang Souchong**, karakteristisk rökigt kinesiskt svart te, 40 kr

**Earl Grey**, Indiskt svart te med bergamott, 40 kr

Alla teer serveras i kanna med påtår. Kall eller varm eko-mjolk ingår.

Det var bushmen som utvecklade konsten att göra bushtea från de finaste bladen från ärtväxterna rooibos *Asphalatus linearis* och honeybush *Cyclopia sp.* Vårt eget bushtea odlas i Sydafrika.

## Varm choklad

**Varm choklad**, gjord på Oboy & eko-mjolk, 40 kr

**Chili hot chocolate**, gjord på Bushman's Dynamite, grädde & ekomjolk 40 kr

## Kalla drycker

**Exotisk fruktjuice** - stort glas 40 kr, litet glas 25 kr

Välj mellan **Guava**, **Passionsfrukt**, **Mango** eller **Nolan's Cocktail** (alla 3)

**Färskpressad apelsinjuice** - Om vi hinner-, litet glas 40 kr

**Festis**, olika smaker 25 kr, **Eko-mjolk**, litet glas 25 kr

I Afrika säger man att **'Guests deserve the best'**. Därför bakar vi kakorna på riktigt smör, ekologiska ägg, ekomjolk & eko-bananer. Vi serverar dem med en underbar gräddglass gjord på äkta vanilj & ett leende :-)



## Varma kakor med gräddglass

I vårt Café gräddar vi allt bröd över eld i afrikanska järngrytor. Gräddningen i en gryta gör brödet & kakorna saftiga och alldeles oemotståndliga!

Välj mellan 5 olika traditionella recept:

**Apelsinkaka med russin**, Sydafrika, "Oemotståndlig!" 50 kr

**Dadelkaka med hasselnötter, kanel & citrus**, Marocko "Kärlek!" 50 kr

**Banankaka med lime & kokos**, Liberia, "Saftig, alla barns favorit" 50 kr

**Sunshine mango med pekannöt & kanel**, Sydafrika "A must-have" 50 kr

**Mma Ramotswe's fruktkaka med mandel & citron**, Botswana, "Mums!" 50 kr

## Nomsas bröd

"Den som har smakat glömmet det aldrig!"

Vår vän Nomsa Maliwa har lärt oss baka detta traditionella Xhosabröd.

**Två skivor av detta saftiga bröd, riven ost, sylt & smör, 50 kr**

För 6 personer eller fler kan ni beställa Nomsas bröd med matigare pålägg och grönsaker. Beställ senast 2 dagar i förväg, så hinner vi med! Vi talar om pris & önskemål vid förfrågan.

## Mer att välja på...

**Fruktsallad & glass eller krämig yoghurt** efter önskemål, glutenfri, 50 kr

**Passion pannacotta med passionsfrukt**, glutenfri, 50 kr

**En kula glass med topping, 30 kr, 2 kulor glass med topping, 40 kr**

Är du allergisk, diabetiker eller vegan? Fråga oss! Vi berättar gärna om ingredienser, samt ger förslag på alternativ. Mjölkfri glass finns.

## Umuzi ngumuzi ngokuphanjikelwa, Zuluordspråk

"Ett hus är ett hus, bara om det får besök. Därför ska man vara extra vänlig mot främlingar, så att de kommer tillbaka."

♥ Snälla, om du tycker om det vi gör berätta gärna för andra.

Men om du inte är nöjd – berätta det för oss! Vi tackar! Åsa & Nolan

## Den tomma glasburken & 2 koppar kaffe

När livet blir för svårt att hantera, när 24 timmar på dygnet inte räcker till. Kom då ihåg den här historien...



Då tog läraren upp en ask med sand och hällde all sanden i burken. Sanden fyllde upp alla tomma hålrum. Han frågade igen om burken var full. JA svarade eleverna i kör. Då tog läraren fram två koppar kaffe och hällde dem i glasburken. Kaffet fyllde allt tomrum mellan sandkornen. Eleverna skrattade. När skrattet tystnade sa läraren. "Tänk nu att den här burken representerar era liv. Golfbollarna är de viktiga sakerna i livet; familjen, hälsan, vännerna & favoritsysselsättningen. Era liv skulle fortfarande vara fullvärdiga om endast dessa saker fanns kvar och allt annat försvann. Småstenarna är andra saker som betyder något; arbete, hus & bil. Sanden är småsakerna i livet. Om man håller i sanden först, så finns det inte plats vare sig för golfbollarna eller för småstenarna. Det samma gäller för livet. Om man ägnar all kraft och energi åt småsaker, så får man aldrig tid åt det som verkligen betyder något. Så...Var noga med sådant som är väsentligt. Lek med dina barn! Ta dig tid och gå på hälsokontroller. Bjud din partner på middag. Spela 18 hål till. Det finns alltid tid att städa huset eller åka till återvinningen. Ta hand om golfbollarna först. Det som verkligen betyder något. Prioritera. Resten är sand." En av eleverna frågade vad kaffet betydde. Läraren log och sa:

**"Det spelar ingen roll hur fullspäckat ditt liv är.  
Det finns alltid tid för ett par koppar kaffe med en vän!"**

## Vår affärsidé

### Att erbjuda smaker som vibrerar av afrikansk matglädje och den frihet som matlagning över eld innebär

**Baobab Kitchen** är en lustfylld upplevelse där du lagar mat & bakar över eld med dina vänner. I **Baobab Café** serveras afrikanska mjuka kakor & bröd, allt bakat över öppen eld i järngrytor. Under några söndagar i juli har vi **Sawubona Brunch** (förbokas) & **Sawubona Café** (behöver ej bokas) med inbjudna gäster.

**Att erbjuda kvalitet, miljötänk & omtanke** Vi gör hela tiden aktiva val. Vi använder bara lokalt producerad ekologisk mjölk, riktigt smör, ekologiska ägg & ekologiskt odlade bananer. Vår glass är gjord på äkta vanilj och grädde. Vi väljer helst ekologiska råvaror, när det är möjligt och kött & kyckling är alltid svenskt. Smakförstärkare (E621) används aldrig hos oss. Vi använder el från sol, vind & vatten. Vi stödjer lokala handlare & en del av vårt kol tillverkas i en mila i Hedesunda.

### Att erbjuda hantverk och livsmedel med genuin kvalitet & känsla, gärna med en historia

I Afrika hittar vi mycket inspiration! Vi letar hela tiden efter nya smaker & vackra saker. I **Gårdsbutiken** är allt noga utvalt av oss. Genom varumärket Taste of Africa och våra stödprojekt "Vi ger något tillbaka" förändrar vi livsvillkoren för många små och några stora producenter i Afrika.

Allt detta kan vi erbjuda för att vi har 'one foot in Africa'! 😊



**Taste of Africa**   
Gårdsbutik, Baobab Kitchen & Café

## Taste of Africa

**Gilleråsvägen 59, 81896 Hedesunda**  
Ring & mejla oss gärna! Åsa & Nolan  
0291-61025, 070-2642109  
info@taste-africa.com, www.taste-africa.com

**Följ oss på Facebook & Instagram**  
@tasteofafricahedesunda  
Dela gärna dina upplevelser på  
#tasteofafricahedesunda (Instagram)

Vägbeskrivning finns på Google Maps & på [www.taste-africa.com](http://www.taste-africa.com) under Gårdsbutik & Café. Vi finns ca 28 km SÖ om Gävle på väg 509, ca 16 km norr om Hedesunda. Sväng vid vår stora vägs skylt vid Flaten och följ små vägs skyltar 3 km på en grusväg.

Hundar får gärna följa med i koppel!  
☼ Cafégäster betalar i Gårdsbutiken ☼  
Vi tar kort. Hjärtligt välkomna! ☼ Åsa & Nolan