

Thermen Restaurant

Öffnungszeiten:

Täglich 11.00 - 21.00 Uhr

(warme Küche von 12.00 - 20.30 Uhr)

Ith Sole Therme
S a l z h e m m e n d o r f

In der Saale-Aue 2-5
31020 Salzhemmendorf
Tel. 05153 80305-50

info@ther.me | www.ther.me | Social Media:



"Seit Jahrhunderten prägt Salz diesen Ort."

Vor über 1.000 Jahren entdeckte ein Ziegenhirte in Salzhemmendorf das Salz – unscheinbar, aber von großer Bedeutung.

Als 1175 erstmals gebohrt wurde und das „weiße Gold“ an die Oberfläche trat, begann eine Geschichte, die diesen Ort über Jahrhunderte prägte. Salz brachte Wohlstand, Arbeit und Leben in die Region.

Als Salz später überall verfügbar wurde, blieb in Salzhemmendorf etwas Besonderes zurück: die Sole. Früh erkannte man ihre wohltuende Wirkung auf Haut, Gelenke und Atemwege.

Ab 1851 entstanden erste Solebäder, 1856 folgte das erste Badehaus mit zwölf Badewannen und zwei Dampfbädern – Menschen kamen von weit her, um die Heilkraft dieses Ortes zu spüren.

Mit der Eröffnung der Ith Sole Therme im Jahr 1991 wurde diese Tradition fortgeführt. Seit 2022 wird die Salzhemmendorfer Sole in der Salz & Sole Naturmanufaktur wieder nachhaltig, mit Sonnenkraft, gesiedet und zu feinen Speise- und Kräutersalzen verarbeitet.

So verbindet sich in Salzhemmendorf
Geschichte mit Genuss und Gesundheit.





Salz & Sole

Wenn Sie die Geschichte Salzhemmendorfs am Anfang der Speisekarte gelesen haben, wissen Sie: Das Salzsiedehandwerk hat hier eine lange Tradition. Seit 2022 führen wir sie weiter – natürlich, nachhaltig und zeitgemäß. Unser Salz entsteht aus heimischer Tiefensole und wird ausschließlich mit Sonnenkraft in Gewächshäusern gesiedet.

Hier in der Region entsteht daraus in echter Handarbeit ein besonderes Produkt: unser klimaneutral gewonnenes und mit feinen Bio Kräutern verdeltes Gourmetsalz. Gleichzeitig bieten unsere Salz- und Soleprodukte eine bewusste Alternative zu Meersalz, welches zunehmend durch Umweltbelastungen wie Mikroplastik in die Kritik gerät. Unser Salz stammt aus unberührter Urmeersole und ist regional, nachhaltig und voller Geschmack.

Auch in unserer Küche spielt das hauseigene Speisesalz die Hauptrolle. Sie finden es in unseren Gerichten und in den Salzmühlen auf Ihrem Tisch. Und wenn Sie den Geschmack mit nach Hause nehmen möchten: Im Eingangsbereich der Therme wartet unser Sortiment darauf, Ihre eigenen Gerichte zu veredeln.



MÜHLE
KORKGLAS

5,90 €
7,90 €

Söltjer Thermenbier

Im sauerländischen Hallenberg, wo handwerkliche Braukunst noch gelebt wird, liegt der „Brauhoﬀ Hallenberg“ – eine kleine Brauerei, die mit Leidenschaft, Können und ihrem besonderen Sauerländer Hopfen arbeitet.

Genau hier hat die Ith Sole Therme den perfekten Partner gefunden: Gemeinsam entsteht das bernsteinfarbene, naturtrübe „Söltjer Thermenbier“ – exklusiv gebraut für einen besonderen Genussmoment.

Durch die Zugabe von unserem nachhaltig gewonnenem Bio-Salz aus der eigenen Solequelle zum Brauwasser, erhält das Bier eine besonders harmonische und abgerundete Geschmacksnote, ohne dabei salzig zu wirken.

Probieren Sie selbst das malzbetonte, süßige Landbier nach Hallenberger Brauart mit der feinen Prise aus Salzhemmendorf!



SÖLTJER THERMENBIER | 0,3 L

4,30 €



Ith Sole Therme
Salzhemmendorf

Saisonal

SPARGELKARTE

- SPARGELCREMESUPPE**  5,90 €
mit Einlage
- SPARGEL CLASSIC**  19,90 €
mit Sauce Hollandaise oder zerlassener Butter und
Kartoffeln
- SPARGEL MIT SCHWARZWÄLDER SCHINKEN** 23,50 €
mit Sauce Hollandaise oder zerlassener Butter und
Kartoffeln
- SPARGEL MIT SCHNITZEL WIENER ART** 24,50 €
mit Sauce Hollandaise oder zerlassener Butter und
Kartoffeln
- SPARGEL MIT GEBRATENEM LACHS** 29,90 €
mit Sauce Hollandaise oder zerlassener Butter und
Kartoffeln



Saisonal



ERDBEEREN

ERDBEERBECHER 

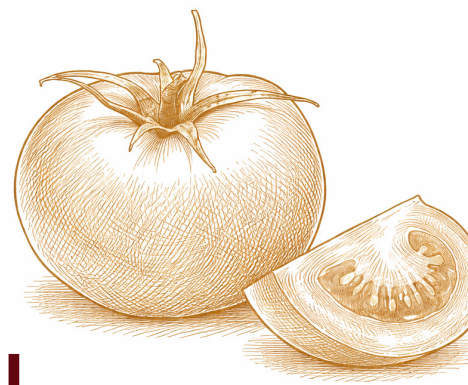
7,90 €

200 g frische Erdbeeren, 2 Kugeln Vanilleeis und Sahne











 Vegetarisch
 Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)



Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



VORSPEISEN

- GERÖSTETE BAGUETTE-SCHEIBEN**  
mit hausgemachtem Kräutersalz-Schmand 6,90 €
- BRUSCHETTA**  
geröstetes Baguette mit Knoblauch, Zwiebeln, Tomaten
und Balsamico-Creme 8,20 €
- GARNELEN PFÄNNCHEN**
mit Peperoni, Oliven, Knoblauch und Baguette 17,90 €
- GEBACKENER CAMEMBERT**  
mit Preiselbeeren und Salat 9,90 €
- SAISONALE SUPPE** 
mit Baguette 7,50 €
- MEDITERRANE TOMATENSUPPE**  
mit Baguette 7,50 €



-  Vegetarisch
-  Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

SALATE



GROSSER SALAT

knackig frischer gemischter Salat, Rucola, Tomaten, Gurken, Paprika, Mais, Körner-Mix und Baguette

11,50 €

THERAFIT SALAT

großer Salat mit Hähnchenbrust und Parmesan

17,50 €

FITNESS SALAT

großer Salat mit gegrilltem Schafskäse

17,50 €

NEPTUN SALAT



großer Salat mit geräuchertem Lachs

17,90 €

Salat-Dressings nach Wahl:

Joghurt Dressing, Honig-Senf Dressing, Essig-Öl oder Erdbeer-Balsamico Dressing (saisonal)



-  Vegetarisch
-  Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)



PASTA

RIGATONI CLASSIC

mit Rucola und Parmesan

10,90 €

RIGATONI MIT GRILLGEMÜSE

mit Rucola und Parmesan

15,90 €

RIGATONI MIT HÄHNCHENBRUSTFILET

mit Rucola und Parmesan

17,90 €

RIGATONI MIT GEGRILLEM SCHAFSKÄSE

mit Grillgemüse und Rucola

18,90 €

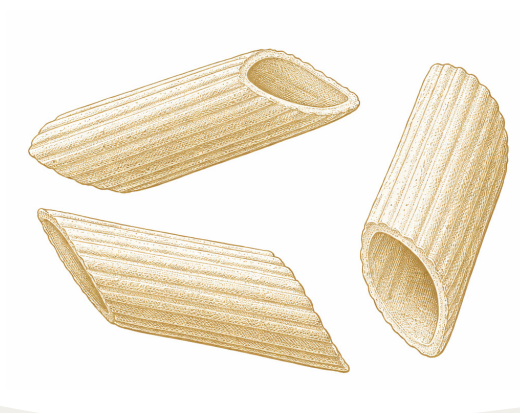
RIGATONI MIT GARNELEN

mit Peperoni, Oliven und Rucola


23,90 €

Wahlweise:

hausgemachtes grünes Pesto oder mediterrane Tomatensauce






 Vegetarisch

 Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

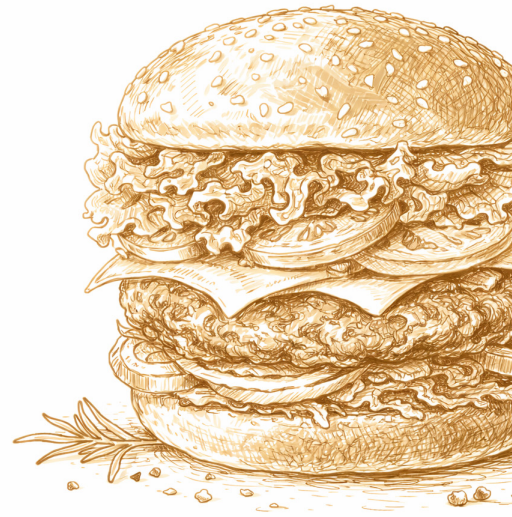
Ith Sole Therme
Salzhemmendorf

KLEINE & GROSSE SATTMACHER



PORTION POMMES 	4,90 €
mit Ketchup oder Mayo	
CURRYWURST (ca. 180 g) 	7,90 €
mit hausgemachter Currysauce und Brot	
CURRYWURST (ca. 180 g) 	11,90 €
mit hausgemachter Currysauce und Pommes	
CHICKEN NUGGETS 	10,90 €
mit Pommes	
OFENKARTOFFEL	
- mit hausgemachtem Kräuterquark und Salat  	12,90 €
- mit Grillgemüse und hausgemachtem Kräuterquark  	13,50 €
- mit Räucherlachs und hausgemachtem Kräuterquark 	17,50 €
- mit gebratener Hähnchenbrust, Grillgemüse und hausgemachtem Kräuterquark 	17,50 €

BURGER



BEEF BURGER

180g Rindfleisch, Brioche Brötchen, Cheddar-Käse, Salat, Tomaten, Gurken, Zwiebeln und BBQ Sauce

19,90 €

CRUNCHY CHICKEN BURGER

Brioche Brötchen, Salat, Tomaten, Gurken, Zwiebeln und Honey-Mustard Sauce

18,50 €

VEGGIE BURGER



Brioche Brötchen, Salat, Tomaten, Gurken, Zwiebeln und Guacamole-Creme

16,50 €

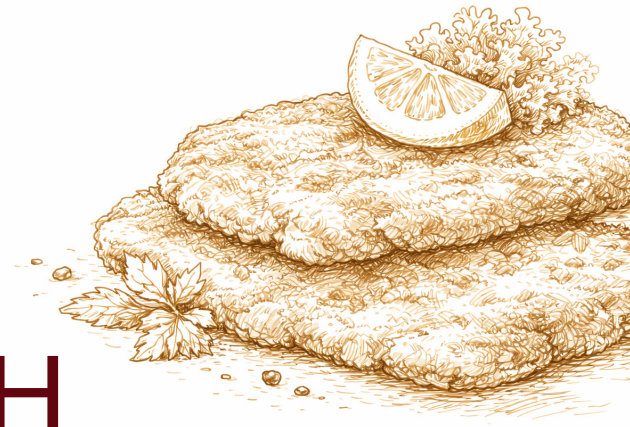
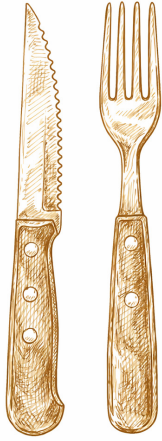
Wahlweise dazu:

Pommes, Kroketten, Kartoffelrösti oder Wedges



 Vegetarisch
 Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



FLEISCH

SCHNITZEL WIENER ART

wahlweise mit Pommes, Kroketten, Kartoffelrösti oder Wedges und Salatbouquet

16,50 €

SCHNITZEL CHAMPIGNON RAHM

wahlweise mit Pommes, Kroketten, Kartoffelrösti oder Wedges und Salatbouquet

19,50 €

SCHNITZEL KRÄUTER HOLLANDAISE

wahlweise mit Pommes, Kroketten, Kartoffelrösti oder Wedges und Salatbouquet

19,50 €

ALTERNATIV: UNPANIERTE HÄHNCHENBRUST

+ 2,50 €

RUMPSTEAK (ca. 250 g)

mit hausgemachter Kräuterbutter und Beilagensalat

30,90 €

SCHWEINEMEDAILLONS (ca. 250g)

auf Tellerrösti mit grünen Bohnen und Pfefferrahmsauce

25,90 €

Tageskarte:

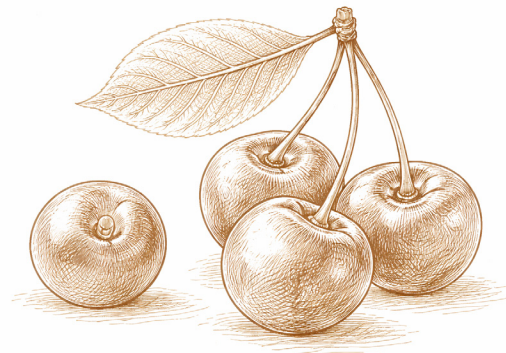
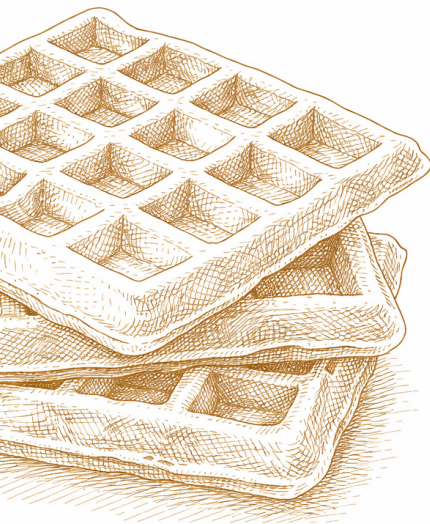
Regelmäßig wechselnde Fleisch- und Fischgerichte finden Sie auf unserer Tafel oder fragen Sie unser Service Personal



BEILAGEN & DIPS

NUR IN VERBINDUNG MIT EINEM HAUPTGERICHT

GERÄUCHERTER LACHS	8,00 €
HÄHNCHEN	6,00 €
SCHAFSKÄSE	5,00 €
BEILAGENSALAT	4,50 €
PORTION BROT	1,50 €
OFENKARTOFFEL	6,50 €
POMMES, KROKETTEN, KARTOFFELRÖSTI, WEDGES	4,90 €
GRILLGEMÜSE	6,00 €
KRÄUTERQUARK	3,50 €
SAMBAL OELEK	2,50 €
AIOLI	3,50 €
MAYO ODER KETCHUP (AB DER 2. PORTION)	0,50 €
PARMESAN	2,50 €



DESSERTS

SCHOKOKÜCHLEIN MIT WEICHEM KERN

an Sahne und Karamellsauce

7,90 €

STICKY TOFFEE PUDDING

englisches Nationaldessert mit Vanilleeis und Sahne

8,90 €

WARMER APFELSTRUDEL

mit Vanilleeis, heißen Himbeeren und Vanillesauce

8,90 €

KUGEL EIS

Vanille, Schokolade, Erdbeer, Stracciatella

1,50 €

TOPPINGS

- Karamell-, Schokolade-, Erdbeer- oder Vanillesauce
- Eierlikör
- Heiße Kirschen oder Himbeeren
- Sahne

1,50 €

2,50 €

3,50 €

1,50 €

HAUSGEMACHTE BELGISCHE WAFFELN

- mit Puderzucker
- mit Sahne
- mit Eis und Sahne
- mit Früchten und Sahne
- mit Eis und wahlweise heiße Kirschen oder Himbeeren
- mit Eis, Sahne und wahlweise heiße Kirschen oder Himbeeren

5,50 €

6,50 €

7,90 €


8,90 €

8,90 €

9,90 €



KUCHEN & HEISSGETRÄNKE

STÜCK KUCHEN	4,50 €
STÜCK TORTE	5,40 €
KAFFEEGEDECK 	
1 Stück Kuchen mit Heißgetränk nach Wahl	7,90 €
1 Stück Torte mit Heißgetränk nach Wahl	8,90 €

Kuchen und Torten s. Tagesangebot

EISKAFFEE	6,90 €
TASSE KAFFEE	3,40 €
POTT KAFFEE	4,20 €
KAFFEE CREMA	3,80 €
MILCHKAFFEE	4,30 €
LATTE MACCHIATO	4,30 €
CAPPUCCINO	4,20 €
ESPRESSO	3,20 €
DOPPELTER ESPRESSO	4,50 €
ESPRESSO MACCHIATO	3,80 €
HEISSE SCHOKOLADE	3,80 €
HEISSE SCHOKOLADE MIT SAHNE	5,30 €
TEE	3,00 €
Grün Schwarz Pfefferminz Rooibos Früchte Kräuter	

SOFTGETRÄNKE

COLA, ZERO, FANTA, SPRITE, SPEZI | 0,2 L | 0,4 L 3,50 € | 4,90 €

SAFT | 0,2 L | 0,4 L 4,00 € | 5,40 €
Apfel | Banane | Kirsche | Orange | Ananas |
Maracuja

SAFTSCHORLE | 0,2 L | 0,4 L 3,50 € | 4,90 €
Apfel | Banane | Kirsche | Orange | Ananas |
Maracuja

TAFELWASSER | 0,35 L | 0,75 L 2,90 € | 4,90 €
Classic | Medium | Still

SCHWEPPE | 0,2 L 3,50 €
Bitter Lemon | Ginger Ale | Tonic Water

MALZBIER | 0,33 L 4,20 €

SAUNA KICK | 0,4 L 4,90 €
Fit Kick | Apfelsaft | Mineralwasser

FRITZ | 0,33 L 3,90 €
fritz-kola | fritz-kola mit Orange
fritz-limo Honigmelone | Apfel-Kirsch-Holunder
fritz-spritz Bio-Rhabarberschorle | Bio-Apfelschorle |
Bio-Traubenschorle

SMOOTHIES



*Frisch gemixte Smoothies!
Alle Sorten werden mit naturtrübem Apfelsaft zubereitet.*

SUNSHINE 0,4 L Pfirsich Passionsfrucht Mango	6,90 €
PINK PITAYA 0,4 L Drachenfrucht Mango Banana Passionsfrucht	6,90 €
ACAI BERRY & CO 0,4 L Erdbeere Blaubeere Mango Acaibeere	6,90 €
GRASSHOPPER 0,4 L Ananas Banane Spinat Mango	6,90 €



COCKTAILS



BLUE SUNSHINE 0,2 L SOMMER SPEZIAL	7,50 €
Lillet Sprite Blue Curaçao Heidelbeeren	
TEQUILA SUNRISE 0,2 L	5,80 €
Tequila Orange Grenadine	
SWIMMING POOL 0,2 L	5,80 €
Rum Wodka Blue Curaçao Ananas Kokos	
SEX ON THE BEACH 0,2 L	5,80 €
Wodka Orange Ananas Passionsfrucht-Cranberry	
MAI TAI 0,2 L	5,80 €
Rum Orange	
ZOMBIE 0,2 L	5,80 €
Rum Ananas Orange	
PINA COLADA 0,2 L	5,80 €
Rum Ananas Kokos	
VIRGIN COLADA ALKOHOLFREI 0,2 L	5,10 €
Ananas Kokos	
STRAWBERRY COLADA ALKOHOLFREI 0,2 L	5,10 €
Ananas Erdbeer Kokos	
SPORTSMAN ALKOHOLFREI 0,2 L	5,10 €
Ananas Maracuja	

BIERE



Vom Fass:

SÖLTJER THERMENBIER 0,3 L	4,30 €
VELTINS 0,3 L 0,5 L	3,90 € 4,90 €
ALSTER 0,3 L 0,5 L	3,90 € 4,90 €
MAISEL'S WEISSE 0,5 L	5,10 €
BANANENWEIZEN 0,5 L	5,10 €

Aus der Flasche:

GREVENSTEINER 0,3 L	3,60 €
MAISEL'S WEISSE DUNKEL 0,5 L	5,10 €
MAISEL'S WEISSE ALKOHOLFREI 0,5 L	5,10 €
VELTINS ALKOHOLFREI 0,33 L	3,90 €
BANANENWEIZEN ALKOHOLFREI 0,5 L	5,10 €



Ith Sole Therme
Salzhemmendorf

WEINE

Weißwein:	0,2 L	0,75 L
BREE RIESLING trocken feinfruchtig mit angenehmer Note nach Granny Smith Äpfeln, Grapefruit und Zitrone	5,10 €	19,00 €
BREE CHARDONNAY halbtrocken imposantes Fruchtspiel durch Stachelbeere, Pfirsich und Papaya	5,10 €	19,00 €
BREE FRUITY süß & fruchtig fruchtbetonter Weißwein mit zarter Süße und seidigem Mundgefühl	5,10 €	19,00 €
GRAUBURGUNDER BASSGEIGE trocken Duft von Frühlingsblüten und Holunder, im Geschmack nach Melone und Honigaromen	6,20 €	23,20 €



WEINE



Rotwein:

MERLOT

trocken | ausdrucksstark mit intensiven Aromen nach Cassis und reifen Waldbeeren, cremig-weiches Mundgefühl

0,2 L

0,75 L

5,10 €

19,00 €

Roséwein:

PINOT NOIR BREE

elegant mit viel Frucht und saftigen Beerenaromen

5,10 €

19,00 €

Weinschorle:

WEISS- | ROT- | ROSÉWEIN MIT SODA

4,50 €



APERITIFS & SPIRITUOSEN

PROSECCO 0,1 L	3,90 €
SEKT ALKOHOLFREI 0,1 L	3,90 €
APEROL SPRITZ 0,2 L	7,50 €
CAMPARI SODA ODER O-SAFT 0,2 L	6,50 €
LILLET WILD BERRY 0,2 L	7,50 €
MARTINI ROSSO ODER BIANCO 5 CL	3,80 €
RAMAZOTTI 2 CL	3,40 €
WODKA GORBATSCHOW 2 CL	3,20 €
RUM BACARDI 2 CL	3,60 €
RUM HAVANNA 7 JAHRE 2 CL	3,80 €
GIN GORDONS 2 CL	3,00 €
WHISKEY TULLAMORE DEW 2 CL	4,20 €
WHISKEY JOHNNY WALKER RED 2 CL	4,20 €
WHISKEY JOHNNY WALKER BLACK 2 CL	5,20 €
COGNAC HENESSY 2 CL	5,20 €
JÄGERMEISTER 2 CL	3,40 €
JUBILÄUMS AQUAVIT 2 CL	3,40 €
MALTESER AQUAVIT 2 CL	3,40 €
FERNET BRANCA 2 CL	3,80 €
GRAPPA CELLINI ORO 2 CL	4,20 €
HIMBEER GEIST 2 CL	4,20 €
OUZO 2 CL	3,80 €
OBSTLER 2 CL	3,80 €