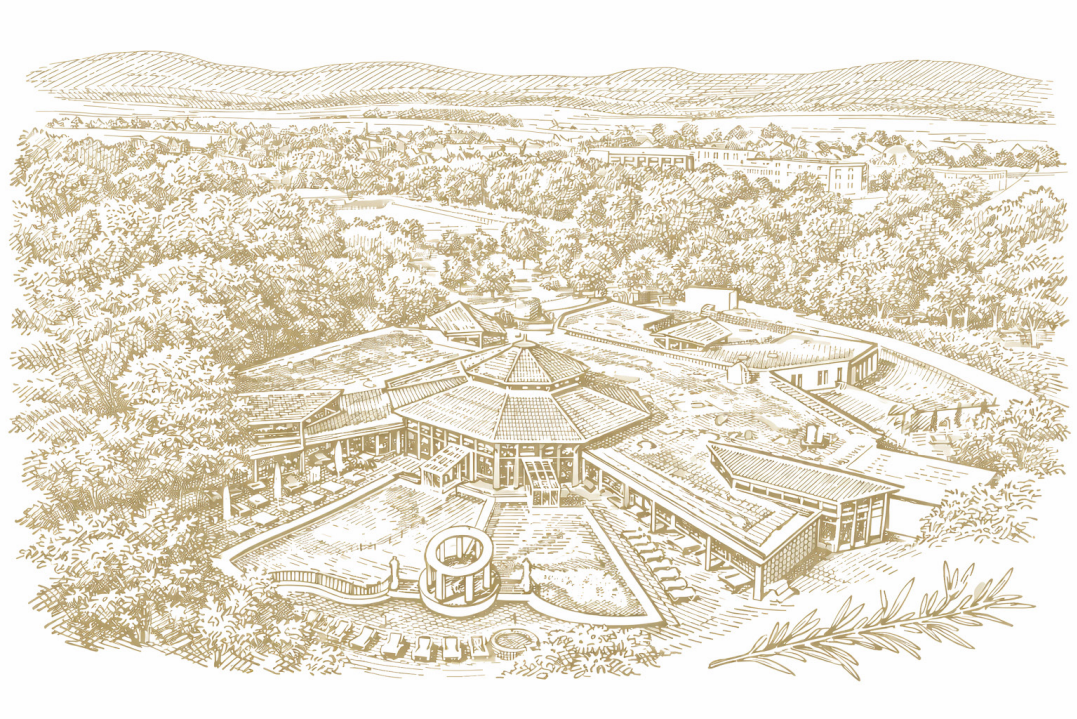


Thermen Restaurant

Öffnungszeiten:

Täglich 11.00 - 21.00 Uhr

(Warme Küche von 12.00 - 20.30 Uhr)

Ith Sole Therme

Salzhemmendorf

In der Saale-Aue 2-5
31020 Salzhemmendorf
Tel. 05153 80305-50
info@ther.me | www.ther.me | Social Media:

Saisonkarte

HERBST & WINTER



VORSPEISE

KÜRBISSUPPE (VEGAN)
mit gerösteten Kürbiskernen — 5,90 €

HAUPTGERICHT

WILDGULASCH
mit Rotkohl und Nudeln — 24,90 €

HALBE ENTE
mit Entensauce, Rotkohl und Kartoffelklößen — 29,90 €

KÜRBISFRIKADELLE
mit Kräuterschmand und Wildkräutersalat — 14,90 €

DESSERT

NUSSBECHER
Vanille-, Haselnuss- und Walnusseis mit Sahne, karamelisierten Walnüssen, Haselnusskrokant und Karamellsauce — 8,90 €



Vegetarisch
Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



VORSPEISEN

GERÖSTETE BAGUETTE-SCHEIBEN
mit hausgemachtem Kräutersalz-Schmand — 6,90 €

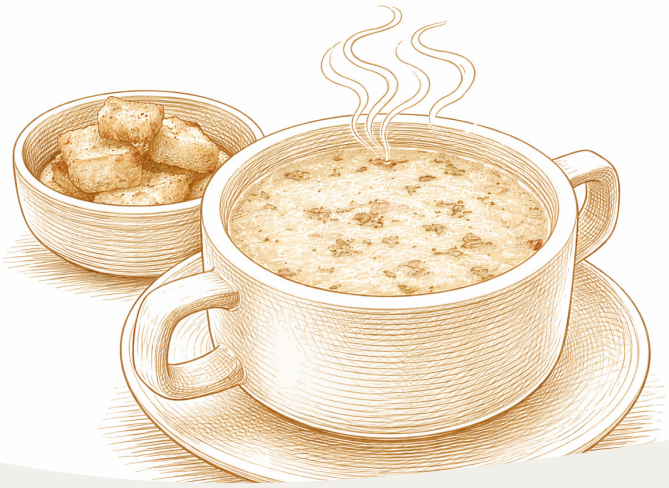
BRUSCHETTA
geröstetes Baguette mit Knoblauch, Zwiebeln, Tomaten und Balsamico-Creme — 8,20 €

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)

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



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)

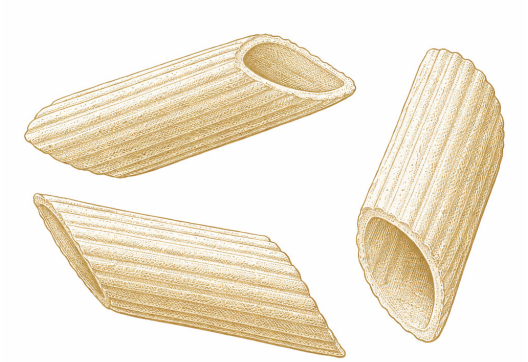
Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



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 GEGRILLTEM 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

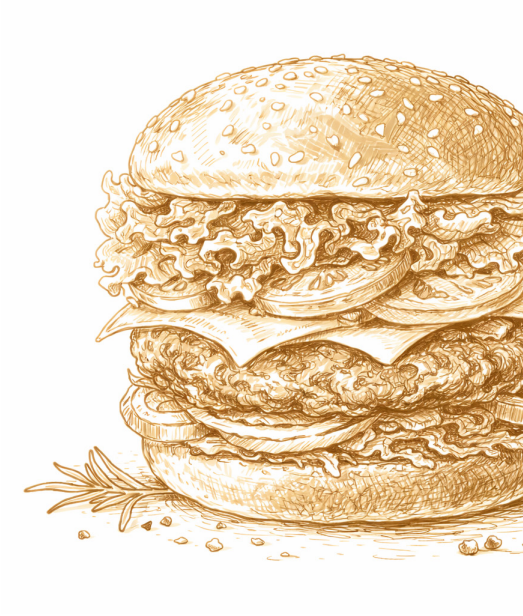


KLEINE & GROSSE SATTMACHER

PORTION POMMES mit Ketchup oder Mayo	4,90 €
CURRYWURST (ca. 180 g) mit hausgemachter Currysauce und Brot	7,90 €
CURRYWURST (ca. 180 g) mit hausgemachter Currysauce und Pommes	11,90 €
CHICKEN NUGGETS mit Pommes	10,90 €
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 €

Vegetarisch
Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



BURGER

BEEF BURGER
Patty aus 150g Rindfleisch und Weizeneiweiß, Bun aus Sauerteig und Kartoffelflocken, Cheddarkäse, Rucola, Tomaten, Gewürzgurken, geschmorrte Zwiebeln und Paprika-Chillisauce

19,90 €

CHICKEN BURGER
Panierte Hähnchenbrust, Bun aus Sauerteig und Kartoffelflocken, Rucola, Tomaten, Gewürzgurken, geschmorrte Zwiebeln und Honey-Mustard Sauce

18,50 €

VEGANER BURGER
Patty aus Rote Beete und Haferflocken, Bun aus Sauerteig und Kartoffelflocken, Rucola, Tomaten, Gewürzgurken, geschmorrte Zwiebeln und White Smoked BBQ Sauce

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

Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

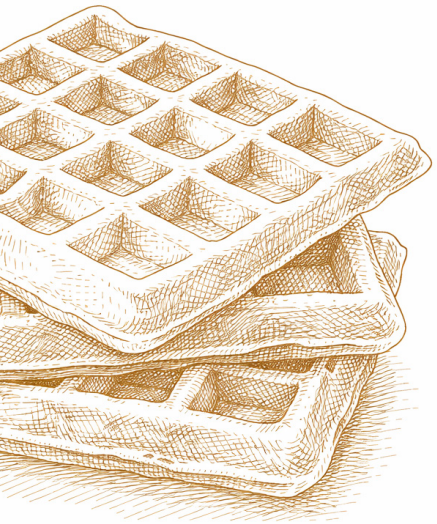
Ith Sole Therme
Salzhemmendorf

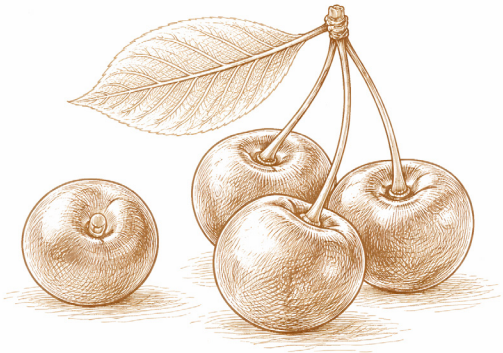


BEILAGEN & DIPS

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 — 1,50 €
- Eierlikör — 2,50 €
- Heiße Kirschen oder Himbeeren — 3,50 €
- Sahne — 1,50 €

HAUSGEMACHTE BELGISCHE WAFFELN
- mit Puderzucker — 5,50 €
- mit Sahne — 6,50 €
- mit Eis und Sahne — 7,90 €
- mit Früchten und Sahne — 8,90 €
- mit Eis und wahlweise heiße Kirschen oder Himbeeren — 8,90 €
- mit Eis, Sahne und wahlweise heiße Kirschen oder Himbeeren — 9,90 €

Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf





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

Wellnessgericht (für Day Spa Gäste)

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



SOFTGETRÄNKE

COLA, ZERO, FANTA, SPRITE, SPEZI | 0,2 L | 0,4 L	**3,50 € | 4,90 €**
SAFT | 0,2 L | 0,4 L Apfel | Banane | Kirsche | Orange | Ananas | Maracuja	**4,00 € | 5,40 €**
SAFTSCHORLE | 0,2 L | 0,4 L Apfel | Banane | Kirsche | Orange | Ananas | Maracuja	**3,50 € | 4,90 €**
TAFELWASSER | 0,35 L | 0,75 L Classic | Medium | Still	**2,90 € | 4,90 €**
SCHWEPPES | 0,2 L Bitter Lemon | Ginger Ale | Tonic Water	**3,50 €**
MALZBIER | 0,33 L	**4,20 €**
SAUNA KICK | 0,4 L Fit Kick | Apfelsaft | Mineralwasser	**4,90 €**
FRITZ | 0,33 L fritz-kola | fritz-kola mit Orange fritz-limo Honigmelone | Apfel-Kirsch-Holunder fritz-spritz Bio-Rhabarberschorle | Bio-Apfelschorle | Bio-Traubenschorle	**3,90 €**



SMOOTHIES

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

SUNSHINE | 0,4 L 6,90 €
Pfirsich | Passionsfrucht | Mango

PINK PITAYA | 0,4 L 6,90 €
Drachenfrucht | Mango | Banana | Passionsfrucht

ACAI BERRY & CO | 0,4 L 6,90 €
Erdbeere | Blaubeere | Mango | Acaibeere

GRASSHOPPER | 0,4 L 6,90 €
Ananas | Banane | Spinat | Mango



pomom

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



COCKTAILS

TEQUILA SUNRISE | 0,2 L Tequila | Orange | Grenadine	5,80 €
SWIMMING POOL | 0,2 L Rum | Wodka | Blue Curaçao | Ananas | Kokos	5,80 €
SEX ON THE BEACH | 0,2 L Wodka | Orange | Ananas | Passionsfrucht-Cranberry	5,80 €
MAI TAI | 0,2 L Rum | Orange	5,80 €
ZOMBIE | 0,2 L Rum | Ananas | Orange	5,80 €
PINA COLADA | 0,2 L Rum | Ananas | Kokos	5,80 €
VIRGIN COLADA | ALKOHOLFREI | 0,2 L Ananas | Kokos	5,10 €
STRAWBERRY COLADA | ALKOHOLFREI | 0,2 L Ananas | Erdbeer | Kokos	5,10 €
SPORTSMAN | ALKOHOLFREI | 0,2 L Ananas | Maracuja	5,10 €

Vaihinger's COCKTAIL PLANT

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



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 €

SÖLTJER THERMENBIER

VELTINS

Maisel's Weisse

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:	0,2 L	0,75 L
MERLOT trocken | ausdrucksstark mit intensiven Aromen nach Cassis und reifen Waldbeeren, cremig-weiches Mundgefühl	5,10 €	19,00 €

Roséwein:		
PINOT NOIR BREE elegant mit viel Frucht und saftigen Beeren-aromen	5,10 €	19,00 €

Weinschorle:	
WEISS- | ROT- | ROSÉWEIN MIT SODA	4,50 €

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf



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 €

"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.



Ith Sole Therme
Salzhemmendorf

Salz & Sole

Wenn Sie zuvor die Geschichte Salzhemmendorfs in 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	5,90 €
KORKGLAS	7,90 €

SALZ & SOLE NATURMANUFAKTUR

BIO nach EG-Öko-Verordnung

vegan

Ith Sole Therme Salzhemmendorf

Söltjer Thermenbier

Im sauerländischen Hallenberg, wo handwerkliche Braukunst noch gelebt wird, liegt der „Brauhof 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, süffige Landbier nach Hallenberger Brauart mit der feinen Prise aus Salzhemmendorf!

SÖLTJER THERMENBIER | 0,3 L **4,30 €**

BRAUHOF HALLENBERG

SÖLTJER THERMENBIER

Ith Sole Therme
Salzhemmendorf