

Nale - Café und Bistro


Veröffentlicht auf Meine Südstadt - Nachrichten, Termine, Kultur, Geschäfte, Dienstleister und Handwerksbetriebe für die Kölner Südstadt (<http://meinesuedstadt.de>)

Nale - Café und Bistro

Anzeige

```
$(document).ready(function(){ $("#slider").easySlider({ prevId: 'prevBtn', prevText: ' ', nextId: 'nextBtn', nextText: ' ', controlsShow: false, controlsFade: false, firstId: 'firstBtn', firstText: ' ', firstShow: false, lastId: 'lastBtn', lastText: ' ', lastShow: false, vertical: false, speed: 800, auto: true, pause: 2000, continuous: true }); });
```

 [nale.jpeg](#) [1]

 [img_4292.jpeg](#) [2]

 [nale-2.jpeg](#) [3]

 [nale-4.jpeg](#) [4]

 [nale-3.jpeg](#) [5]

 [nale_logo_14.png](#) [6]

Nale - Café und Bistro

 [nale_logo_14.png](#) [7]

Ort

Darmstätter Straße 19
50678 Köln [Google Maps](#) [8]

Telefon: 0221 29995112

Website: nale-food.de [9]

Email: kontakt@nale-food.de [10]

Berufstätig sein und Mittagessen: das heißt oft, keine Zeit zu haben, etwas Gesundes zu sich zu nehmen. Nicht selten muss die Mittagspause erhalten für ein schnelles Gericht, das dann meist stundenlang schwer im Magen liegt. Diese Erfahrungen machten auch Stephanie Eckert und Marcel Krug. Die Oecotrophologin und der Sportwissenschaftler wollten auch mittags gesund und qualitativ hochwertig essen, besonders aber natürlich und lecker. Aus diesem Anspruch heraus entstand das Café-Restaurant Nale, ein Ort, an dem die Beiden genau dies anbieten: frische, gesunde und kreative Gerichte, eine Mischung aus bodenständiger und innovativer Küche. Das Team verwendet dazu stets saisonale, regionale und hochwertige Zutaten. Spannende Kombinationen wie beispielsweise Blumenkohl mit Kichererbsen und Aprikosen, Couscous mit Kräuterquark oder Quinoa mit Wurzelgemüse, immer verfeinert mit frischen Kräutern, warten dann im offenen Kühlregal auf ihren Verzehr.

Positive Energie aus dem Glas

Auch Nachhaltigkeit ist ein wichtiges Thema für Stephanie und Marcel. So werden die Gerichte schon morgens frisch zubereitet und dann in Einmachgläser geschichtet. Diese können bei Zeitmangel auch mit an den Arbeitsplatz oder in den Park genommen werden, um dort die Pause zu verbringen.

Nale - Café und Bistro

Veröffentlicht auf Meine Südstadt - Nachrichten, Termine, Kultur, Geschäfte, Dienstleister und Handwerksbetriebe für die Kölner Südstadt (<http://meinesuedstadt.de>)

Fettarme, vitamin- und mineralstoffreiche Speisen müssen nicht langweilig sein - im Gegenteil. Im Café Nale wird gesundes, natürliches und leichtes Essen zu Köstlichkeiten verarbeitet – und das alles zu einem fairen Preis. Stephanie und Marcel sind überzeugt, dass nur ein gut zusammengestelltes und ganzheitliches Essen einen positiven Einfluss auf die Gesundheit hat.

Gesundes Essen zu jeder Tageszeit

Doch das Nale bietet nicht nur für Berufstätige während der Pause ein Genuss. Die gemütlichen Räumlichkeiten in der Darmstädter Straße laden ein, neben den wöchentlich wechselnden Gerichten leckere, ausgefallene Kuchen und verschiedene süße oder deftige Quiches in entspannter Atmosphäre zu genießen. Für Sonnenhungrige stehen mehrere kleine Tische vor der Tür. Samstags und sonntags öffnet das Nale bereits um 10 Uhr seine Türen, um mit einer Auswahl an Frühstücksleckereien zu verwöhnen.

Die kommende Woche schon am Samstag planen

Bereits samstags könnt Ihr Euch die sechs neuen Gerichte der folgenden Woche im Netz anschauen und planen. Zudem habt Ihr die Möglichkeit, mit Stephanie und Marcel Eure Geburtstags-, Familien- oder Firmenfeiern auszurichten.

Das Catering-Angebot hält Quiches mit oder ohne Salat, köstlichen Salat-Kreationen, Currys, Suppen oder süße Tartes bereit – alles zu 100 % lecker, gesund und unkompliziert.

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 11:30–21:00 Uhr

Sa. & So. 10:00–21:00 Uhr

*im Sommer bei schönem Wetter auch länger

[11]

Branche / Kategorie

- [Bistro](#) [12]
- [Cafés](#) [13]
- [Catering & Event](#) [14]
- [Restaurants](#) [15]
- [Gastronomie](#) [16]

Vor der Haustür

- [Politik](#)
- [Gesellschaft](#)
- [Neuigkeiten](#)
- [Familie](#)
- [Glaube](#)
- [Umwelt](#)
- [Verkehr](#)
- [Auf ein Kölsch mit...](#)
- [Über den Tellerrand](#)

Sport

- [Immer wieder der FC](#)
- [Spielbericht](#)
- [Sportkolumne](#)
- [Veranstaltungen](#)

Südkids

- [Bücher](#)
- [Freizeit](#)
- [Kino & Theater](#)
- [Medien](#)
- [Meine Welt](#)
- [Musik](#)
- [Schule](#)
- [Veranstaltungen](#)
- [Wissen](#)

Kolumnen

- [Allein unter Zwergen](#)
- [Immer wieder der FC](#)
- [Mein Afrika](#)
- [Südstadt Geflüster](#)
- [Südstadtgeschichten](#)

Service

- [Wo finde ich was?](#)
- [Termine](#)
- [Kurzmeldungen](#)
- [Wohnungsmarkt](#)
- [Bilder-Galerien](#)
- [Redaktion](#)
- [Unsere Partner](#)
- [Kultur-Partner](#)
- [Lunch Time](#)
- [Wochenend-Freuden](#)
- [Filme](#)
- [Presse](#)
- [Mitmachen!](#)
- [Werben auf MS](#)

Nale - Café und Bistro

Veröffentlicht auf Meine Südstadt - Nachrichten, Termine, Kultur, Geschäfte, Dienstleister und Handwerksbetriebe für die Kölner Südstadt (<http://meinesuedstadt.de>)

Verweise:

- [1] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/nale.jpeg
- [2] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/img_4292.jpeg
- [3] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/nale-2.jpeg
- [4] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/nale-4.jpeg
- [5] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/nale-3.jpeg
- [6] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/nale_logo_14.png
- [7] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/logos/nale_logo_14.png
- [8] <http://maps.google.de/maps?z=18&q=loc:50.919193+6.961883>
- [9] <http://nale-food.de>
- [10] <mailto:kontakt@nale-food.de>
- [11] <http://meinesuedstadt.de/>
- [12] <http://meinesuedstadt.de/branchenverzeichnis/gastronomie/bistro>
- [13] <http://meinesuedstadt.de/branchenverzeichnis/gastronomie/caf%C3%A9s>
- [14] <http://meinesuedstadt.de/branchenverzeichnis/gastronomie/catering-event>
- [15] <http://meinesuedstadt.de/branchenverzeichnis/gastronomie/restaurants>
- [16] <http://meinesuedstadt.de/branchenverzeichnis/gastronomie>