



Herzlich Willkommen, im historischen Gasthaus Alter Krug in Helpup, einem der ältesten Krüge in der Region Teutoburger Wald.

Nachdem der Möller zum Vogelsange in der Bauernschaft Wellentrup 1596 wegen unerlaubten Ausschanks von Bier und Branntwein eine Strafe von 20 Thalern zahlen musste, wurde ihm am 31. Juli 1596 die Genehmigung einer Krugwirtschaft erteilt.

Der „Krug Helpup“ mit dem Besitzer Johan Helpup tritt das erste Mal im Jahr 1640 auf. Eine Kopie der ersten urkundlichen Nennung hängt im Eingangsbereich unseres Hauses. Der heutige, unter Denkmalschutz stehende, Fachwerkbau wurde schließlich 1829/1830 erbaut und führt seitdem den Namen „Alter Krug“.

In der 14. Generation überzeugen wir heute wie damals mit guter Gastlichkeit in unseren liebevoll und gemütlich eingerichteten Räumlichkeiten. Es ist uns eine Verpflichtung in unserem familiär geführten Betrieb Bewährtes zu erhalten und Neues aufzunehmen.

WLAN



Während Ihres Aufenthaltes bieten wir Ihnen kostenfreies WLAN. Das Zugangspasswort für das Netzwerk AKH_Gast ist >>landgasthausseit1596<< oder Sie scannen mit Ihrem Tablet oder Smartphone den hier abgedruckten QR-Code, der alle nötigen Einstellungen an Ihr Mobilgerät übergibt. Selbstverständlich dürfen Sie den WLAN-Zugang auch nutzen, um uns auf Google oder bei facebook eine Bewertung zu hinterlassen.

Für Ihre Feier

stehen wir Ihnen bei Hochzeiten, Geburtstagen, Jubiläen und anderen Familien- oder Betriebsfeiern, gern auch außerhalb unserer Öffnungszeiten, zur Verfügung.

Im Saal mit dem Garten unter der 250 Jahre alten Linde und eigener Theke finden bis zu 100 Gäste Platz. Für Feierlichkeiten im kleinen und mittleren Rahmen stehen Ihnen unser Restaurant für bis zu 40 Gäste und unser Jagdzimmer für bis zu 20 Gäste zur Verfügung.

„HELPUP Catering“ bei Ihnen zu Hause

Selbstverständlich bieten wir Ihnen die Möglichkeit an, unsere Leistung auch außerhalb unseres Kruges zu genießen. Ob Menü oder Buffet, ob bei Ihnen im Haus, im Garten oder in der Firma. Um Ihnen bei Ihrer Auswahl behilflich zu sein, senden wir Ihnen gern unserer Menü- und Buffetkarte mit Ideen und Anregungen zur Gestaltung Ihrer Feier zu. Zögern Sie nicht! Sprechen Sie uns an, wir erstellen Ihnen ein individuelles Angebot.

Wir sind für Sie da:

Mittwoch bis Sonntag

17.30 Uhr (Küche bis 20.30 Uhr)

Sonntag

11.30 bis 14.00 Uhr „Sonntags-Buffet“

17.30 Uhr (Küche bis 20.00 Uhr)

Montag und Dienstag Ruhetag

So erreichen Sie uns:

Alter Krug Helpup

FS Gastronomie UG (haftungsbeschränkt)

Bahnhofstraße 1

33813 Oerlinghausen

T 05202 - 4034

F 05202 - 5038

E-Mail: reservierung@alterkrughelpup.de

Internet: www.alterkrughelpup.de



Aperitif- Cocktails

Hugo!	0,2 l	€ 8,00
Holundersirup, Sekt, frische Minze und Eis		
Aperol Sprizz	0,2 l	€ 8,50
Aperol, Soda, Sekt und Eis		
Herren Sprizz	0,2 l	€ 8,50
Aperol, Soda, König Pils und Eis		
Limoncello Sprizz	0,2 l	€ 8,50
Limoncello, Soda, Sekt und Eis		
Rosato Mio	0,2 l	€ 8,50
Ramazotti Rosato, Sekt, frisches Basilikum und Eis		
Fresco Tonic	0,2 l	€ 8,50
Ramazotti Fresco, Tonic Water frische Minze, Zitrone und Eis		
Unser Mäxchen	0,2 l	€ 8,50
Sonntags Erdbeer- Rhabarberlikör, Sekt, frische Minze und Eis		
Lillet Berry	0,2 l	€ 9,00
Lillet Blanc, Schweppes Russian Wild Berry, Eis und gefrorenen Beeren		
Kir	0,2 l	€ 8,00
Weißwein und Crème de Cassis		
Kir Royal	0,1 l	€ 8,00
Sekt und Crème de Cassis		
Campari	0,2 l	€ 8,00
mit Orangensaft oder Soda		
Monin Bitter	0,2 l	€ 7,50
mit Orangensaft oder Soda die alkoholfreie Alternative zum Campari		
Ramazotti Arancja 0,0 & Tonic	0,2 l	€ 7,50
die alkoholfreie Alternative zum Aperol Sprizz		

Klassische Aperitifs

Sekt Hausmarke trocken	0,1 l	€ 5,50
	0,75 l	€ 29,00
Martini	0,05 l	€ 6,00
Bianco oder extra dry		
Gonzales Byass „Tio Pepe“	0,05 l	€ 6,00
Palomino fino Sherry		
Sherry Sandeman	0,05 l	€ 6,00
medium dry oder cream		
2009 Taylor's Vintage Port	0,05 l	€ 7,50



Weißweine

2024 Silvaner b.A. feinherb	0,2 l	€ 6,60
Weinhaus Flick/ Privatkellerei	0,1 l	€ 3,50
Bornheim, Rheinhessen	0,5 l	€ 16,00
2024 Riesling b.A. trocken	0,2 l	€ 6,60
Schloss Koblenz	0,1 l	€ 3,50
	0,5 l	€ 16,00
2024 Grauburgunder b.A. trocken	0,2 l	€ 7,10
Weingut A.Nollen Erben, Pfalz	0,1 l	€ 3,80
	0,5 l	€ 16,50
2023 THEODOR Weißburgunder trocken	0,2 l	€ 7,10
Weingut Jacob Neumer	0,1 l	€ 3,80
Uelversheim, Rheinhessen	0,5 l	€ 16,50
2023 Sauvignon blanc	0,2 l	€ 7,90
Chateau de la Perriere	0,1 l	€ 4,20
Loire AC, Frankreich	0,5 l	€ 18,00
2023 Chardonnay trocken	0,2 l	€ 9,10
Weingut Meiser	0,1 l	€ 5,80
Gau- Königernheim	0,5 l	€ 22,00

Rosewein

2023 FELIX Spätburgunder rose	0,2 l	€ 7,10
Weingut Jacob Neumer	0,1 l	€ 3,80
Uelversheim, Rheinhessen	0,5 l	€ 16,50

Rotweine

2024 Merlot Casa Dolce	0,2 l	€ 6,60
Venetien, Italien	0,1 l	€ 3,50
	0,5 l	€ 16,00
2023 Trollinger feinherb	0,2 l	€ 7,10
GK Heilbronn e.G./ Württemberg	0,1 l	€ 3,80
	0,5 l	€ 16,50
2023 Spätburgunder trocken	0,2 l	€ 7,10
Winzeredition Kaiserstuhl	0,1 l	€ 3,80
Kellerei Weinland Baden	0,5 l	€ 16,50
2023 Primitivo Puglia IGP	0,2 l	€ 7,90
Tenuta Novantaceppi	0,1 l	€ 4,20
Latentia, Apulien	0,5 l	€ 18,00
2023 Pago de Circus „Oak Aged“	0,2 l	€ 9,10
Syrah, Merlot, Tempranillo	0,1 l	€ 5,80
Navarra, Spanien	0,5 l	€ 22,00

Weinschorle	0,2 l	€ 5,40
--------------------	--------------	---------------



Suppe

Pfifferlingrahmsuppe	€ 8,50
mit geröstetem Landschinken	

Vorspeise

Bunter Antipastiteller	€ 18,50
Mini- Ofenkartoffel mit Kräuterdip	
Büffelmozzarella und Strauchtomate mit Basilikumpesto	
Crostino mit Räucherlachs und Honig- Senf- Dillsauce	
BBQ- Hackbällchen in pikanter Tomatensalsa	
Scalopini vom Schweinefilet gefüllt mit	
Büffelmozzarella und Basilikumpesto	
Baguette und Butter	

Salat

		Kleine Portion
Bunte Blattsalate	€ 13,00	€ 9,00
Knackige Blattsalate bunt garniert		
mit unserem Hausdressing, dazu nach Wahl		
Schafskäse		€ 3,00
gebratene Champignons		€ 4,00
gebratenen Hähnchenbruststreifen		€ 5,00
Räucherlachs		€ 6,00

Vegetarisches

Bandnudeln mit Rahmpfifferlingen	€ 19,00	€ 15,00
Kirschtomaten, Pinienkerne, Parmesan und Blattsalat		
Geschmorte Pfifferlinge mit Rührei	€ 21,00	€ 17,00
Bratkartoffeln und gemischtem Salat		

Fisch

		Kleine Portion
Matjesfilet nach Hausfrauen Art	€ 20,00	€ 16,00
mit Gewürzgurken, Äpfeln und Zwiebeln		
Bratkartoffeln und Blattsalat		
Unser Backfisch	€ 24,00	€ 20,00
Saftiges Seehechtfilet in Bierteig gebacken		
mit Kräuterschmand, dicken Pommes und Blattsalat		



Schwein

Filetspitzen mit Rahmpfifferlingen Kirschtomaten, Bandnudeln und Blattsalat	€ 25,00	€ 21,00
Medaillons vom Schweinefilet mit Rahmpfifferlingen Bratkartoffeln und gemischter Salat	€ 31,00	€ 27,00

Rind

Filetsteak mit Kräuterbutter Bratkartoffeln und gemischter Salat	€ 39,00	€ 35,00
---	---------	---------

Unsere Schnitzel- Klassiker

Eine Pfanne Schnitzel

Riesen- Schnitzel*
so groß wie die Pfanne
mit 2 Spiegeleiern
Bratkartoffeln und Blattsalat

€ 26,50

Kleine Portion

Schnitzel „Wiener Art“ Bratkartoffeln und Blattsalat	€ 21,50	€ 17,50
Sahneschnitzel mit frischen Champignons Bratkartoffeln und gemischter Salat	€ 23,50	€ 19,50
Gefülltes Schnitzel mit Schinken und Käse gefüllt Bratkartoffeln und gemischter Salat	€ 26,50	€ 22,50
Pesto Schnitzel mit Büffelmozzarella und Basilikumpesto gefüllt Bratkartoffeln und gemischter Salat	€ 26,50	€ 22,50
Pfifferlingschnitzel mit Rahmpfifferlingen, Bratkartoffeln und Blattsalat	€ 28,50	€ 24,50



SPARE RIBS SATT !!!

Heiß, Scharf, Süß, Zart
Jeden Mittwoch und Donnerstag
ab 17.30 Uhr

Geschmorte Kotelettrippchen
in fruchtig- scharfer Mangomarinade,
verschiedene Dips, dicke Pommes,
Baguette und Blattsalat
zum Sattessen am Tisch serviert

pro Person € 24,90

Reservierung empfohlen!



Loaded Fries

Classic Fries

Dicke Pommes getoppt mit
Salsa, Guacamole und Kräuterschmand
Blattsalat

€ 13,00

Kleine Portion

€ 9,00

Pulled Pork Fries

Dicke Pommes getoppt mit
Pulled Pork aus dem Schweinenacken,
BBQ- Sauce, Kräuterschmand und roten Zwiebeln
Blattsalat

€ 17,00

€ 14,00

Veggie Fries

Dicke Pommes getoppt mit
Pulled Jackfruit, BBQ- Sauce, Kräuterschmand und roten Zwiebeln
Blattsalat

€ 15,00

€ 11,00



SOMMER BBQ DRINKS

Lynchburg Lemonade

Jack Daniels, Triple Sec,
Limette und Sprite

€ 9,00

Limoncello Sprizz

Limoncello, Soda, und Sekt

€ 8,50

Arancja 0,0 & Tonic

Aperitivo Arancja, Eis und Tonic

€ 7,50

Tanqueray & Tonic

Tanqueray London Dry Gin,
Schweppes Tonic, Zitrone

€ 9,00

BBQ-Sommer

		Kleine Portion
Jalapeño- Cheese- Brats	€ 19,50	€ 15,50
Texas BBQ Beans und dicke Pommes Mayo und BBQ-Sauce		
Pulled Pork Burger	€ 23,00	€ 19,00
Saftiges Pulled Pork aus dem Schweinenacken, hausgemachter Cole Slaw und BBQ- Sauce auf rustikalem Brötchen, Dicke Pommes, Mayo und Blattsalat		
Beef Brisket Burger	€ 30,00	€ 26,00
Zartes, rauchiges Beef Brisket, hausgemachter Cole Slaw und BBQ- Sauce auf rustikalem Brötchen, Dicke Pommes, Mayo und Blattsalat		
Geschmorte Kotelettrippchen	€ 25,00	€ 21,00
in fruchtig- scharfer Mangomarinade, verschiedene Dips, dicke Pommes, frisches Baguette und Blattsalat		



Die Klassiker der texanischen BBQ- Küche vereint
in einer Pfanne, rund ein Pfund bestes Fleisch pro
Gast, begleitet von den leckersten Beilagen.

UNSERE TEXAS BBQ MEAT PAN

nur Freitag, Samstag und Sonntag ab 17.30 Uhr

Spare Ribs, Beef Brisket, Pulled Pork und Jalapeño- Cheese- Brats

Mac'n Cheese, Texas BBQ Beans, Steakhouse Fries,
hausgemachten Cole Slaw, Gurkensalat
verschiedene BBQ- Saucen, BBQ- Brot

1 Person	€ 37,00
2 oder 3 Personen	€ 35,00 pro Person
ab 4 Personen	€ 33,00 pro Person

Räuberteller

€ 10,00



Weißweine

Deutschland

2022 Silvaner b.A. feinherb 0,75 l € 21,90

Weinhaus Flick/ Privatkellerei
Bornheim, Rheinhessen

Leicht, fruchtig mit wenig Säure ist dieser Silvaner der ideale Begleiter an den ersten warmen Frühlingstagen.

2021 THEODOR Weißburgunder trocken 0,75 l € 24,90

Weingut Jacob Neumer
Uelversheim, Rheinhessen

Sehr erfrischend! Ein rundherum gelungener Weißburgunder, an dem man schmeckt, dass sein Namenspatron gleichzeitig der Winzermeister der Zukunft im Hause Weinmann ist.

2021 Chardonnay trocken 0,75 l € 29,50

Weingut Meiser
Gau- Königernheim

Frankreich

2023 Sauvignon blanc 0,75 l € 26,90

Chateau de la Perriere
Loire AC

Elegant, frisch, duftig, blumig, fruchtig. Wer einen guten Sancerre liebt wird von diesem „kleinen Bruder“ positiv überrascht. Blassgold mit einem hellen Funkeln. Der Geruch explodiert mit den Aromen von reifen gelben und exotischen Früchten.

Rosewein

Deutschland

2021 FELIX Spätburgunder rose 0,75 l € 24,90

Weingut Jacob Neumer
Uelversheim, Rheinhessen

Duftet nach Erdbeeren. Komplex und fruchtig-frisch, macht Laune!



Rotweine

Deutschland

- | | | |
|--|---------------|----------------|
| 2021 PAULUS Dornfelder trocken | 0,75 l | € 24,90 |
| Weingut Jacob Neumer
Uelversheim, Rheinhessen
<i>Schmeckt wie ein ganzes Körbchen dunkler Beeren.</i> | | |
| 2021 Spätburgunder Kabinett trocken | 0,75 l | € 24,90 |
| Winzeredition Kaiserstuhl
Weinland Baden | | |
| 2012 Pinot Noir Tafelstein | 0,75 l | € 42,50 |
| Weinmann Black Label, Weingut Jacob Neumer
Uelversheim, Rheinhessen
<i>Trockener Spätburgunder aus der Lage Dienheimer Tafelstein, im Barriquefass vergoren und 12 Monate gereift. Jugendlicher, etwas erdiger Duft nach roten Beeren. Geschliffene, feinsaftige, eher kühle rote Frucht im Mund, kräuterig-pflanzliche Noten, im Hintergrund leicht erdige, salzige und kalkige Mineralik, zarter Säurebiss. Nachhaltigkeit, sehr guter Abgang mit Schliff.</i> | | |

Frankreich

- | | | |
|---|---------------|----------------|
| 2017 Secret de Campagne | 0,75 l | € 24,90 |
| Camille Cayran
Grenache, Merlot, Carignan und Cinsault
Vin de Pays Méditerranée, Vaucluse | | |
| 2015 Chateau du Plantier | 0,75 l | € 32,90 |
| Bordeaux AOC | | |

Italien

- | | | |
|---|---------------|----------------|
| 2022 Primitivo Puglia IGP | 0,75 l | € 26,50 |
| Tenuta Novantaceppi
Apulien
<i>Samtige Frucht mit gutem Körper und überraschender Länge. Ein Primitivo wie er im Buche steht. Er ist mit ein wenig mehr Restsüße ausgebaut, um seine wundervolle fruchtige Note zu betonen.</i> | | |

Spanien

- | | | |
|--|---------------|----------------|
| 2023 Pago de Cirsus «Oak Aged» | 0,75 l | € 29,90 |
| Tempranillo, Syrah, Merlot
Navarra, Spanien | | |



Bier vom Faß

König Pilsener	0,25 l	€ 3,20
	0,4 l	€ 4,80
Benediktiner Hell	0,3 l	€ 3,70
	0,5 l	€ 5,90
Benediktiner Hefeweizen	0,3 l	€ 3,70
	0,5 l	€ 5,90

Flaschenbier

König Pilsener	0,33 l	€ 3,70
alkoholfrei		
Bitburger Alster 0,0	0,33 l	€ 3,70
alkoholfrei		
Benediktiner Dunkel	0,5 l	€ 5,90
Hefeweizen		
Benediktiner alkoholfrei	0,5 l	€ 5,90
Hefeweizen		
Vita Malz	0,33 l	€ 3,70

Alkoholfreie Getränke:

Mineralwasser

Graf Metternich	0,25 l	€ 3,20
medium	0,75 l	€ 6,10
Graf Metternich	0,25 l	€ 3,20
classic	0,75 l	€ 6,10
Graf Metternich	0,25 l	€ 3,20
ohne Kohlensäure	0,75 l	€ 6,10

Heimische Säfte

aus der Mosterei Wernicke in Helpup

Orangensaft	0,2 l	€ 3,90
Apfelsaft naturtrüb	0,2 l	€ 3,20
Rhabarbernektar	0,2 l	€ 3,20
Apfelschorle naturtrüb	0,2 l	€ 3,20
oder Rhabarberschorle	0,3 l	€ 3,90
	0,5 l	€ 5,90

Limonaden

Coca- Cola	Fl. 0,33 l	€ 3,90
Coca- Cola Light	Fl. 0,33 l	€ 3,90
Coca Cola Zero	Fl. 0,33 l	€ 3,90
Fanta	Fl. 0,33 l	€ 3,90
Sprite	Fl. 0,33 l	€ 3,90
Spezie	0,3 l	€ 3,90
alle Limonaden	0,5 l	€ 5,90
Bionade Holunder	Fl. 0,33 l	€ 4,50
Schweppes Bitter Lemon, Tonic oder Wild Berry	Fl. 0,25 l	€ 3,90

Spirituosen 2cl aus der Region

Wippermann Wacholder	32%	€ 2,30
Weizenkorn	32%	€ 2,30
Verler Heimatwasser		
Schroeders Boonekamp	42%	€ 3,10

Melmsche Apotheke Oerlinghausen

Melmer Magenbitter	38%	€ 3,10
Toens Kräutergeistlikör	56%	€ 3,80

Aatal- Apotheke Bad Wünnenberg

Maikäferflugbenzin	45%	€ 3,50
Likör aus 16 heimischen Kräutern		

Sonstige Spirituosen 2 cl

Hamburger Kümmel	35%	€ 2,30
Malteser Aquavit	40%	€ 3,50
Linie Aquavit	41,5%	€ 3,70
Jubiläums Akvavit	42%	€ 3,70
Fernet Branca	40%	€ 3,10
Ramazotti	30%	€ 3,10
	4cl auf Eis	€ 5,70
Baileys	30%	€ 3,10
	4cl auf Eis	€ 5,70
Bodensee-Obstler	38%	€ 2,80
Grappa Nonino Riserva	40%	€ 4,50

Obstbrände

Birkenhof Alte Williams	40%	€ 4,00
Birkenhof Alte Himbeer	40%	€ 4,00
Birkenhof Alte Quetsch	40%	€ 4,00
Birkenhof Alte Kirsch	40%	€ 4,00
Birkenhof Alte Marille	40%	€ 4,00
Birkenhof Haselnuß	32%	€ 4,00

Heißgetränke

Tasse Kaffee Creme	€ 2,80
Becher Kaffee creme	€ 4,90
Espresso	€ 2,80
Cappuccino	€ 3,30
Latte Macchiato	€ 3,90
Glas Tee	€ 2,80
Schwarztee, Grüntee, und verschiedene Kräutertees	
Heiße Schokolade	€ 3,90
schwarz oder weiß	
Whitepresso Macchiato	€ 4,50
Weißer Schokolade mit Espresso	

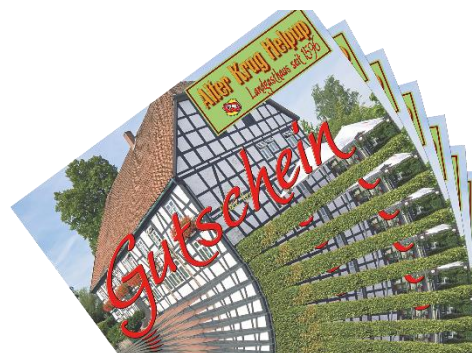
Zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an. Wir beraten Sie gerne.

Alle Preise inkl. Umsatzsteuer 19%

Die Geschenkidee

Verschenken Sie doch mal Genuss.

Immer wieder die gleiche Frage vor Festtagen, zu Geburtstagen und Jubiläen. Machen Sie es sich einfach und Verschenken Sie einen Gutschein für einen genussvollen Aufenthalt im Alten Krug Helpup. Ob Sie einen Abend für 2 am festlich gedeckten Tisch, einen Gutschein für unser Sonntagsbuffet oder einen Gutschein mit einem freien Betrag verschenken möchten bleibt Ihnen überlassen. Sprechen Sie uns an, wir finden gemeinsam mit Ihnen genau den richtigen Gutschein.



eMail- Newsletter abonnieren

Wir halten Sie auf Wunsch gern mit unseren aktuellen Angeboten und Aktionen per Mail auf dem Laufenden. Scannen Sie einfach mit Ihrem Smartphone den QR-Code. Dort werden Sie auf unser Anmeldeformular weitergeleitet. Dieses Formular einfach ausfüllen, die Bestätigungsmail beantworten und schon erhalten Sie ab der nächsten Ausgabe unseren Newsletter. Wenn Sie diesen nicht mehr erhalten möchten, können Sie sich dort jederzeit problemlos wieder abmelden. Sollten Sie kein



Smartphone dabei haben lassen Sie sich von uns einfach eine Karte aushändigen, füllen Sie diese aus und wir geben die Daten für Sie ein.



Der Alte Krug im Internet

Unter www.alterkrughelpup.de finden Sie unsere Angebote auch im Internet. Den Alten Krug Helpup finden Sie jetzt auch bei facebook und instagram, tagaktuell mit allen Neuigkeiten und Veranstaltungen. Folgen

Sie uns auf unserer facebook- Seite und werden Sie Fan. Einfach rechts den QR- Code mit Ihrem Smartphone scannen, den Like- Button drücken und schon erhalten Sie immer wieder Neuigkeiten rund um den Alten Krug Helpup.

