



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

Klassische Aperitifs

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

Zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an. Wir beraten Sie gerne.
Alle Preise inkl. Umsatzsteuer 19%



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

Unsere Kraftbrühe mit Gemüse, Nudeln und Ei	€ 6,50
Bärlauchrahmsuppe mit Croutons	€ 8,50

Vorspeise

Bunter Antipastiteller Mini- Ofenkartoffel mit Kräuterdip Crostinio mit Räucherlachs und Honig- Senf- Dillsauce Piccata vom Hähnchen auf Kräuterschmand Ziegenkäse im Speckmantel auf rotem Linsensalat Scalopini vom Schweinefilet gefüllt mit Schafskäse und Bärlauchpesto Baguette und Butter	€ 18,00
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------



April, Mai, Juni

Unsere Lieblingsschnitzel aus dem Schweinerücken mit Spiegelei, Champignon- und Paprikasauce, Ketchup, Mayo, Bratkartoffeln, dicken Pommes und Blattsalat.

Jeden Mittwoch und Donnerstag am Tisch serviert.

pro Person € 22,90

Reservierung empfohlen!



Spargel satt!!!

24.04. bis 19.06.2026

Klassischer Stangenspargel mit Röhrei, geschnippeltem Schinken und kleinen Schnitzeln jeden Freitag zum Sattessen am Tisch serviert. Dazu gibt es Salzkartoffeln, Butter und unsere selbstgemachte Sauce Hollandaise.

pro Person € 31,90



Salat

		Kleine Portion
Bunte Blattsalate	€ 13,00	€ 9,00
Winterliche 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 sahnigem Bärlauchpesto	€ 18,00	€ 14,00
Kirschtomaten, Pinienkerne, Parmesan und Blattsalat		
	3 Knödel	2 Knödel
Unser Knödelteller	€ 18,00	€ 14,00
Alle Knödel sind Semmelknödel, die mit verschiedenen Zutaten verfeinert werden		
Bitte wählen Sie Ihre Knödel, mischen ist selbstverständlich erlaubt:		
Spinatknödel mit einem Kern aus Bergkäse		
in Butter geschwenkt mit Kirschtomaten, Pinienkerne und Parmesan		
Rote Bete Knödel mit einem Kern aus Ziegenkäse		
mit Kräuterpesto		
Kaspessknödel mit 3erlei Käse		
mit Rotweinzwiebeln		
zu jedem Knödelteller servieren wir einen Blattsalat		



Fisch

Unser Backfisch	€ 24,00	€ 20,00
Saftiges Seehechtfilet in Bierteig gebacken mit Kräuterschmand, dicken Pommes und Blattsalat		

Heimisch Lippisch

Gebratene Blutwurst	€22,00	€ 18,00
mit Rührei, geschmorten Zwiebeln gemischtem Salat und Bratkartoffeln		

Schwein

Filetspitzen in Bärlauchrahm	€ 23,00	€ 19,00
Bandnudeln, Kirschtomaten, Pinienkerne und Blattsalat		
Helpuper Kutscherpfanne	€ 29,00	€ 25,00
Schweinefiletmedaillons mit Kräuterbutter und frischem Meerrettich auf Kartoffel- Bohnen- Ragout mit Speck und Zwiebel		

Rind

Filetsteak mit Kräuterbutter	€ 38,00	€ 34,00
Bratkartoffeln und gemischter Salat		



Jeden Sonntag von
11.30 Uhr bis 14.00 Uhr
vielerlei Leckerer aus der
Landhausküche vom
Buffet

pro Person € 24,90

Reservierung empfohlen!

Demnächst



Unsere Schnitzel- Klassiker

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
Bärlauchschnitzel mit Schafskäse und Bärlauchpesto gefüllt Bratkartoffeln und Blattsalat	€ 26,50	€ 22,50

Eine Pfanne Schnitzel

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

€ 26,50



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!

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

Alle Preise inkl. Umsatzsteuer 19%



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.

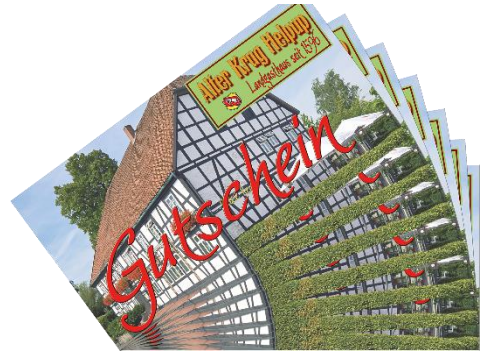
Alle Preise inkl. Umsatzsteuer 19%



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.

