



# MITTAGSMENÜ

17.11.20-20.11.20

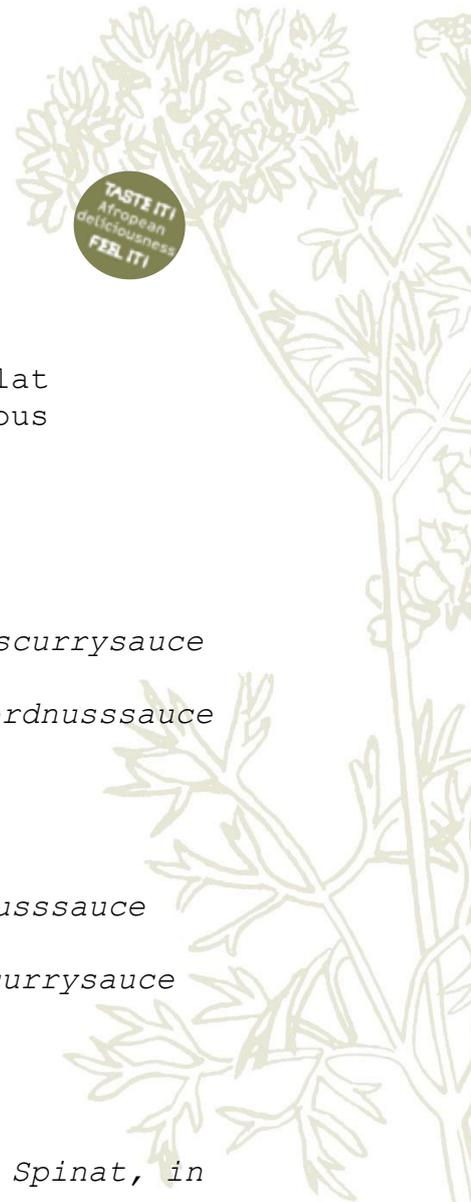
Menü Vegan 14,50 €

Menü mit Fleisch 15,50 €

+ Gemüsesuppe mit Kokosmilch oder Salat

+ Mittagsgeschicht mit Reis oder Couscous

+ Alkoholfreies Getränk



## DIENSTAG

Ndengu

*Linsen mit fein geschnittenem Gemüse in Kokoscurrysauce*

*Mafe na nyama (E)*

*Hühnerfleisch mit feinen Karotten in Tomatenerdnusssauce*

## MITTWOCH

Mafe na Mboga (E)

*Süßkartoffeln mit Gemüse in würziger Erdnusssauce*

*Mboga na Nyama (M)*

*Hühnerfleisch mit frischem Gemüse in Kokoscurrysauce*

## DONNERSTAG

Maharage

*Über Nacht eingelegte getrocknete Bohnen mit Spinat, in Tomatensauce aufgekocht*

*Pilau*

*Würzig angebratenes Rindfleisch mit fein geschnittenen Karotten in Reis gemischt. Dazu feine Joghurtsauce und Salat als Beilage*

## FREITAG

Mboga na Viazi

*Gemüse mit Kartoffel in würziger Kokoscurrysauce*

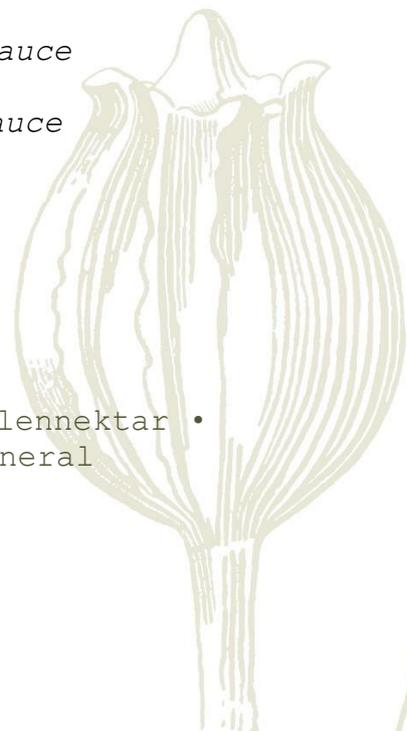
*Nyama*

*Rindfleisch mit Spinat in würziger Tomatensauce*

Änderungen vorbehalten!

## ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

Apfel-Holundersaft • Apfelsaft • Birnensaft • Marillenektar •  
Johannisbeerektar • Makava • Tirola cola • Mineral



## SNACKS ZUM BESTELLEN

Sambusa (A) 3,0 €

*Gefüllte Teigtasche mit wahlweisem Faschiertem, Spinat und Schafskäse, Kartoffel und Lauch oder Linsen*

Sambusateller (A) 8,5 €

*2 Stück gefüllte Teigtaschen mit wahlweise Rindfaschiertem, Spinat und Schafskäse, Kartoffel und Lauch oder Linsen  
Dazu frischen Salat und Dips*

Plantine Bokoboko (E) 5,9 €

*süße Kochbananen mit Tomatendip oder Erdnuss-Tomatendip*

Allergenenachweis:

A... Glutenhaltiges Getreide

E... Erdnuss

M... Senf

Unsere Gerichte wurden mit unserer selbstkreierten **tamu sana BIO Gewürzmischung** gekocht. **Ab sofort im Restaurant erhältlich**

TASTE IT!  
African  
deliciousness  
FEEL IT!

