



MITTAGSMENÜ

17.11.20-20.11.20

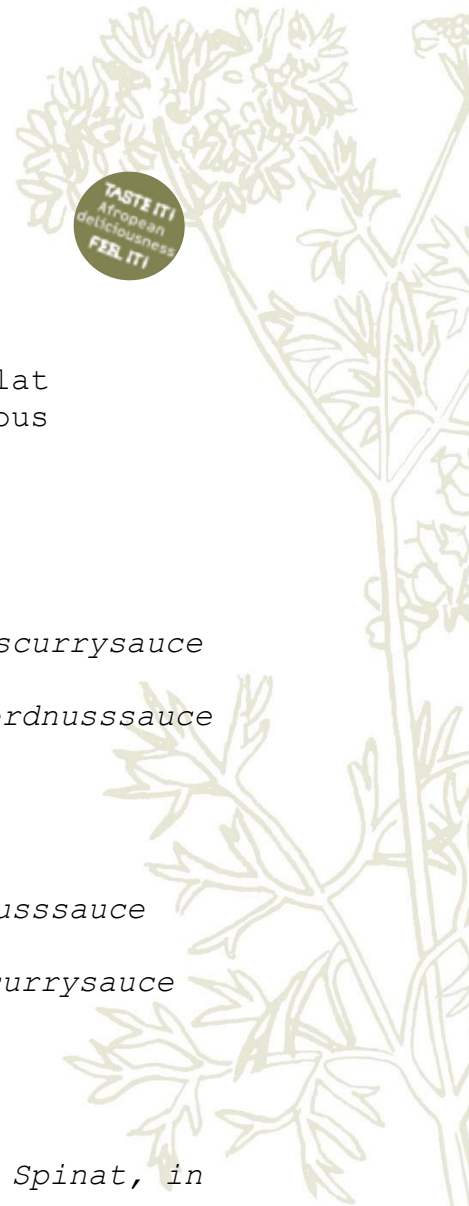
Menü Vegan 14,50 €

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!

