

MITTAGSMENÜ

Wochenmenü 18.05.-21.05.2021

Menü Vegan 14,50 €

Menü mit Fleisch 15,50 €

+ Gemüsesuppe mit Kokosmilch oder Salat

+ Mittagsggericht mit Reis oder Couscous

+ Alkoholfreies Getränk

DIENSTAG

Mafe na Mboga (E)

Süßkartoffel mit frischem Gemüse in würziger Erdnusssauce

Mboga na Nyama (M)

Hühnerfleisch mit frischem Gemüse in feiner Kokoscurrysauce

MITTWOCH

Mboga na Viazi

Kartoffel mit weiterem Gemüse in würziger Kokoscurrysauce

Mafe (E)

*Hühnerfleisch mit gewürfelten Karotten in würziger
Erdnusssauce*

DONNERSTAG

Ndengu

Linsen mit fein geschnittenem Gemüse in feiner Kokoscurrysauce

Maharage na Nyama

*Über Nacht eingelegte getrocknete Bohnen mit Bio-Rindfleisch,
frischem Spinat und Gemüse, in Tomatensauce aufgekocht*

FREITAG

Maharage na Mboga

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

Boulette

*Fleischbällchen aus Bio-Rinderfaschiertem gewürzt mit tamu
sanas Gewürzmischung in feiner Tomatensauce*

Änderungen vorbehalten!

ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

Apfel-Holundersaft • Apfelsaft • Birnensaft • Marillennektar •
Johannisbeernektar • Makava • Tirola Kola • Mineralwasser

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!

