

MITTAGSMENÜ

NEU! Ab 15. Juli gibt es das Mittagmenü auch zur Abholung oder Lieferung über tamu sana (Bestellung am Vortag, Mindestbestellwert 14,5 €), Lieferando, HungryLama oder Mjam NEU!

Menü Vegan 8,50 €
Menü mit Fleisch 9,50 €
+ Gemüsesuppe mit Kokosmilch oder Salat
+ Mittagsggericht mit Reis oder Couscous

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
Maharage na Nyama
Über Nacht eingelegte getrocknete Bohnen mit Bio-Rinderfaschiertes und Gemüse, in Tomatensauce aufgekocht

DONNERSTAG

Ndengu
Linsen mit fein geschnittenem Gemüse in feiner Kokoscurrysauce
Mafe (E)
Hühnerfleisch mit gewürfelten Karotten in würziger Erdnusssauce

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!

SNACKS ZUM BESTELLEN

Sambusa (A) 3,0 €

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

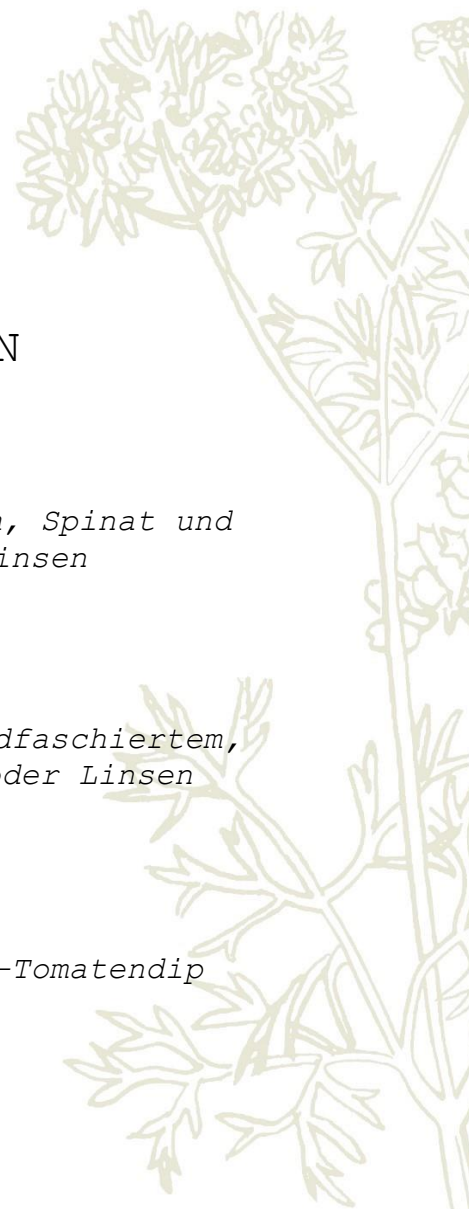
Sambusateller (A) 8,5 €

*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

