

# **SPEISEN** **ohne GRENZEN**

Schön, dass Sie hier sind!

Infos und Anmeldung zum Newsletter,  
der wöchentlich auch über  
aktuelle Mittagsmenüs informiert gibt's auf

[www.speisen-ohne-grenzen.at](http://www.speisen-ohne-grenzen.at)

WLAN: speisen-ohne-grenzen  
Passwort: everybodywelcome

## ÜBER UNS

Speisen ohne Grenzen ist ein gemeinnütziger Verein, der durch das Betreiben dieses Restaurants und weitere Aktivitäten wie Caterings und Veranstaltungen die Integration von geflüchteten Menschen unterstützt.

Der Großteil des Speisen ohne Grenzen Teams musste in den vergangenen Jahren seine Heimat verlassen. Die Mitarbeiter\*innen haben nicht nur Mut und Freude mitgebracht, sondern auch das Wissen um traditionelle Speisen und Getränke. Das gemeinsame Zubereiten traditioneller Gerichte aus den Heimatländern des multi-ethnischen Teams fördert neben gegenseitigem Verständnis auch fachliche und sprachliche Kompetenzen und fördert den kulturellen Austausch gleichermaßen unter Kolleg\*innen sowie mit Ihnen, unseren Gästen.

Neben dem Restaurant am Yppenplatz kocht der Verein auch am Badeschiff am Donaukanal. Ein schöner Ort für große Feste – für bis zu 350 Gäste.

Ab zehn Portionen liefern wir das Mittagsmenü mittwochs und donnerstags per Lastenrad ins Büro, an den Arbeitsplatz oder wo Sie sonst gemeinsam Mittagessen möchten.

Sie haben ein großes Team-Meeting im Büro, feiern ein Geburtstagsfest oder planen eine Veranstaltung? Gerne liefern wir Ihnen ein Buffet – auch abends und am Wochenende. Oder Sie kommen einfach zu uns an den Yppenplatz: Unser privat zu mietender Extraraum hat Platz für bis zu 30 Personen.

**BLEIBEN WIR IN KONTAKT!**

[hallo@speisen-ohne-grenzen.at](mailto:hallo@speisen-ohne-grenzen.at)

[instagram.com/speisen.ohne.grenzen](https://www.instagram.com/speisen.ohne.grenzen)

[fb.com/vereinspeisenohnegrenzen](https://www.facebook.com/vereinspeisenohnegrenzen)

## HAUSGEMACHTE GETRÄNKE

VON OMID AUS DEM IRAN

0,25

### **Bidmeshk**

5,20

Basilikum-Samen, Rosenwasser, Blüten der Ägyptischen Weide, Oxymel-Sirup und kalter Malvenblütentee

*„Das Getränk wird in Schichten serviert und vor dem Trinken verrührt.“*

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

0,25

0,5

### **Khakshir**

4,20

5,90

Limonade mit frisch gepresster Zitrone, Kardamom, Rosenwasser und den Samen der Besenrauke

*„Khakshir ist vitamin- und ballaststoffreich:  
Man trinkt es auch, um gesund zu bleiben!“*

### **Shebbet Nana**

4,60

5,90

Hausgemachter Minz-Sirup, frisch gepresster Zitronensaft und frische Minze, aufgespritzt mit Sodawasser

VON FLORENCE AUS UGANDA

### **Omunanansi**

5,20

7,20

Hausgemachter Ananassaft mit Ingwer

*„In Uganda lassen manche Leute den Saft auch gerne vergären – ein Ananas-Most sozusagen.“*

VON SHIREEN AUS SYRIEN

### **Tamar Hindi**

4,20

5,20

Süß-saurer Saft der Tamarinde, auch „Indische Dattel“ genannt

*Shireen kocht zwar nicht mehr bei uns.  
Ihren Dattelsaft dürfen wir trotzdem weiterhin empfehlen!*

## HAUSGEMACHTE & ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

## ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

Jugendgetränke

<b>Fruchtsäfte</b> Rauch		<b>0,2</b>	<b>0,5</b>
<b>Bio Apfelsaft naturtrüb</b>	pur	3,60	
<b>Birnensaft</b>	gespritzt	3,40	4,20
<b>Bio Marillensaft</b>		<b>0,25</b>	<b>0,5</b>
<b>Roter Bio Traubensaft</b> Weingut Ettl	pur	3,90	
	gespritzt	3,70	4,50
<b>Soda</b>		<b>0,25</b>	<b>0,5</b>
<b>Zitron</b> mit frisch gepresstem Zitronensaft		3,20	4,50
<b>Ingwer</b> mit hausgemachtem Ingwer-Sirup		3,80	4,80
<b>Granatapfel</b> mit Granatapfel-Kernen & -Sirup		3,80	4,80
<b>Kardamom-Kurkuma</b> mit hausgemachtem Sirup		3,80	4,80
<b>Vimto</b> Sirup aus schwarzen Ribiseln, Himbeeren und Weintrauben, mit frisch gepresstem Zitronensaft		3,80	4,80
<i>Vimto ist ein Getränk, das es sowohl in Somalia als auch in Äthiopien gibt. Halima und Abeba trinken es beide gerne.</i>			
		<b>0,33</b>	<b>0,75</b>
<b>Vöslauer Prickelnd / Still</b>		3,90	6,90
			<b>0,33</b>
<b>Coca Cola / Coca Cola Zero / Makava Ice Tea</b>			4,30
			<b>0,2</b>
<b>Fever Tree Indian Tonic Water / Ginger Ale</b>			4,30

## HEISSGETRÄNKE

VON HALIMA AUS SOMALIA

**Kachuah** 4,50  
Würziger, gezuckerter Milchkaffee mit Ingwer, Zimt und Kardamom <sup>G</sup>

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

**Shir Chai** Schwarzer Tee mit Zimt, Ingwer und Milch <sup>G</sup> 4,80

**Kakao** Bio Fairtrade <sup>G</sup> 4,80

**Ingwertee** 4,80  
mit frisch aufgebühtem Ingwer und hausgemachtem Ingwer-Sirup

**Tee** in der Kanne / Sonnentor <sup>Bio</sup> 4,80

Ceylon Schwarztee, Grüntee, Pfefferminztee, Wildkräutertee, Früchtetee

Ceylon Schwarztee mit 4cl Flor de Cana 7 Rum 6,80  
*Der Klassiker für einen gemütlichen Abend bei Oma*

### KAFFEE

Alle Getränke gibt's auch mit Hafer- <sup>A</sup> statt Bio Vollmilch <sup>G</sup>

Espresso einfach / doppelt 3,10 / 4,30

Brauner kleiner / großer <sup>G</sup> 3,40 / 4,60

Espresso Macchiato kleiner / großer <sup>G</sup> 3,70 / 4,90

Verlängerter 3,10

Cappuccino <sup>G</sup> 4,30

Flat White <sup>G</sup> 5,20

Latte Macchiato <sup>G</sup> 4,80

KAFFEE VON IMMA AUS RUANDA



Linea Rossa 100% Red Bourbon Arabica

*Imma ist in Ruanda geboren und lebt seit ihrer Jugend in Tirol. Von dort aus importiert sie nun den Kaffee ihrer afrikanischen Familie, und somit auch die Bohnen der Linea Rossa – geröstet von der Kaffeerösterei Kanzi in Trumau.*

Gibt es auch als Bohnen zu kaufen (1kg) 42,00

## HAUSGEMACHTE GETRÄNKE MIT ALKOHOL

VON OMID AUS DEM IRAN

**Bidmeshk Gin** 9,20

Basilikum-Samen, Rosenwasser, Blüten der Ägyptischen Weide,  
Oxymel-Sirup und kalter Malvenblütentee mit 4cl Tanqueray London Dry Gin  
oder mit 4cl Tanqueray 0.0% <sup>Alkoholfrei</sup>

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

**Khakshir Prosecco** 5,30

Sirup aus Samen der Besenrauke, Kardamom und Rosenwasser mit  
San Rosso Prosecco vom Fass vom Weingut Sacchetto in Venetien

**Shebbet Nana Rum** 8,50

Hausgemachter Minz-Sirup, frisch gepresster Zitronensaft, frische Minze,  
aufgespritzt mit Sodawasser mit 4cl Flor de Cana 7 Rum <sup>Fairtrade</sup>

VON FLORENCE AUS UGANDA

**Omunanansi Rum** 9,20

Hausgemachter Ananassaft mit Ingwer mit 4cl Flor de Cana 7 Rum <sup>Fairtrade</sup>

VON SHIREEN AUS SYRIEN

**Tamar Hindi Vodka** 7,90

Süß-saurer Saft der „Indischen Dattel“ mit 4cl 42 Below Vodka

## GETRÄNKE MIT ALKOHOL

## BIER

VOM FASS	<b>0,3</b>	<b>0,5</b>
<b>Trumer Pils</b> <sup>A</sup>	3,90	5,20
„...mit den besten Naturhopfensorten, offen vergoren und mit Zeit zur Reifung für eine hohe Bekömmlichkeit“		
<b>Obertrumer Original</b> Bio Märzen Zwickl <sup>A</sup>	3,90	5,20
„Ein vollmundiges Bio Märzen-Zwickl wie damals: naturbelassen mit dezenter Trübung.“		
<b>Biri Bier</b> <sup>A</sup>	4,30	5,90
Trumer Pils mit einem Schuss Campari – ein sehr erfrischender Aperitif		
<b>Saurer Radler</b> <sup>A</sup>	3,70	4,80
Trumer Pils mit Soda gespritzt		
IN DER FLASCHE		<b>0,5</b>
<b>Trumer Pils Freispiel</b> alkoholfrei <sup>A</sup>		5,20
„Eine alkoholfreie, klassisch elegante Pilspezialität mit vollem Charakter“		
<b>Obertrumer Bio Zitronenradler</b> <sup>A</sup>		5,20
„Eine erfrischende Kombination aus vollmundigem Obertrumer Märzen und spritziger Zitronenlimonade.“		
		<b>0,33</b>
<b>Kobersdorfer</b> Bio Märzen <sup>A</sup>		3,90
„Das Märzen hat einen ansprechenden goldfarbenen Ton, und bietet ein Geschmackserlebnis von guten, ehrlichen Handwerksbieren.“		
<b>Kobersdorfer</b> Bio Spezial Dunkel <sup>A</sup>		3,90
Vorwiegend aus Münchner Dunkelmalz gebrautes, dunkles Spezialbier mit unverwechselbarem Malzcharakter		

## SPRITZIGES UND SPRUDELIGES

	<b>0,25</b>	<b>0,5</b>
<b>Weißer Spritzer</b> °	3,90	6,80
<b>Sommerspritzer</b> °		4,50

WEISSE SPRITZER AUS ÖSTERREICH MIT EINFLUSS AUS ALLER WELT

	<b>0,25</b>
<b>Minz Spritzer</b>	5,30
<b>Ingwer Spritzer</b>	4,90
<b>Granatapfel Spritzer</b>	4,90
<b>Kardamom-Kurkuma Spritzer</b>	4,90

ALS APERITIF

	<b>0,25</b>
<b>Aperol / Select / Campari Spritz</b> °	5,20
<b>Aperol / Select / Campari Prosecco</b> °	5,70
<b>Campari Soda</b> °	4,90

<b>Prosecco vom Fass</b>	<b>0,125</b>
Sacchetto San Rocco IGT Veneto °	4,50

	<b>0,75</b>
<b>Gelber Muskateller Frizzante</b> Ettl / 2023	27,00
Ein Muskateller Frizzante mit hellem goldgelb mit grünen Reflexen, frischer Muskatduft und feine Perlage	

## WEINE

	0,125	0,75
<b>Grüner Veltliner</b> Pferschy-Seper / 2023 <sup>o</sup>	4,70	24,00
Die wohl bekannteste und wichtigste Weißweinsorte Österreichs Würziger, facettenreicher Wein mit klassischem Mix aus Frucht und pfeffriger Würze, der sich optimal als Speisenbegleiter eignet.		
<b>Gemischter Satz</b> Pferschy-Seper / 2022 <sup>o</sup>	4,90	25,00
Ausgewogenes Zusammenspiel zwischen Säure, Fruchtigkeit und Restsüße. Aus den Rebsorten Grüner Veltliner, Welschriesling, Traminer und manchen alten, bereits in Vergessenheit geratenen Sorten		
<b>Chardonnay</b> Ettl / Prädium 2022 <sup>o</sup>	5,20	26,00
8 Monate im Fass ausgebaut, sanfter, seidiger Wein mit Nuancen nach Zitruszesten, Tropenfrucht und Honig		
<b>Gelber Muskateller</b> Ettl / 2024 <sup>o</sup>	4,90	25,00
Ausgeprägte frische Muskat Aromatik, Holunder, Minze, gelbe Frucht, traubige Anklänge, am Gaumen saftiger Wein, balanciertes feines Säurespiel, elegantes Fruchtfinish im Nachhall		
<b>Rosé</b> Ettl / 2022 <sup>o</sup>	4,90	25,00
Ein Wein mit lebendiger Säure und mittlerem Körper, trinkanimierend und vor allem im Sommer attraktiv		
<b>Zweigelt</b> Ettl / Neusiedlersee DAC Classic 2022 <sup>o</sup>	4,70	24,00
Frische Struktur, zarte Tannine, Noten von dunklen Beeren und Kirsche		
<b>Blaufränkisch</b> Ettl / Classic 2022 <sup>o</sup>	5,20	26,00
Lebendige Säure, zarte Tannine, floraler Touch, sowie Orangenzeste und rote Beeren		

Wir beziehen die ausgewählten Weine von den folgenden Bio-Weingütern:

**Ettl** aus Podersdorf / Neusiedlersee

**Pferschy-Seper** aus Mödling / Thermenregion

## WAS SONST NICHT FEHLEN DARF

<b>Negroni</b>	8,90
2cl Tanqueray London Dry Gin, 2cl Campari, 2cl Cocchi Vermouth di Torino	
<b>Cocchi Vermouth di Torino</b>	5,40
4cl roter Wermut on the rocks	
<b>Vermouth n' Tonic</b>	7,80
4cl Cocchi Vermouth di Torino, Fever Tree Indian Tonic Water	
<b>Gin Tonic</b>	7,80
4cl Tanqueray London Dry Gin, Fever Tree Indian Tonic Water	
4cl Tanqueray 0.0% <small>alkoholfrei</small> , Fever Tree Indian Tonic Water	7,80
<b>Mules</b>	
Wellington Mule / 4cl 42 Below Vodka, Fever Tree Ginger Ale	7,80
London Mule / 4cl Tanqueray London Dry Gin, Fever Tree Ginger Ale	7,80
London Mule Zero / 4cl Tanqueray 0.0% <small>alkoholfrei</small> , Fever Tree Ginger Ale	7,80
Nicaragua Mule / 4cl Flor de Cana 7 Rum <small>Fairtrade</small> , Fever Tree Ginger Ale	8,20
<b>Vodka Makava</b>	8,20
4cl 42 Below Vodka, Makava Ice Tea	
<b>Flor de Cana Rum</b>	
12 Jahre im Eichenfass gereifter Rum aus Nicaragua <small>Fairtrade</small>	5,80
Mit Coca Cola on the rocks – zum selber Mixen oder separat Genießen	8,90
<b>Averna Sour</b>	6,50
4cl Averna, frisch gepresster Zitronensaft	
<b>Zirm</b>	5,20
4cl Zirben-Schnaps aus der Steiermark	
<b>Yeni Raki</b>	4,90
4cl Türkischer Anis-Schnaps	
<b>Williams Birnenbrand</b>	4,90
4cl Greilinger aus Niederösterreich	

## SPEISEN, DIE IMMER GEHEN

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

### Soup ba Adas

klein

5,20

groß

7,90

Cremige Linsensuppe mit Zitrone, Petersilie, Fladenbrotchips und Fladenbrot <sup>A</sup> <sup>vegan</sup>

### Ash Reshteh

7,20

12,90

Suppeneintopf mit viererlei Hülsenfrüchten und Nudeln, dazu geröstete Zwiebel, Knoblauch und Minz-Öl <sup>A</sup> <sup>vegan</sup>

*Fatima kocht nicht nur im Winter gerne Suppen, auch im Sommer gibt es köstliche kalte Suppen*

VON SHIREEN AUS SYRIEN

### Fattoush

6,90

13,90

Grüner Salat mit Gurken, Paradeisern, Petersilie, Minze, rotem Zwiebel, frischem Granatapfel und knusprigen Fladenbrotchips <sup>vegan</sup> <sup>A</sup> groß mit Fladenbrot <sup>A</sup>

*In bester Erinnerung an Shireen, die weitergezogen ist ...*

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

### Pure Badinjan

8,20

Lauwarmer Melanzani-Aufstrich mit fermentiertem Ziegenjoghurt <sup>G</sup>, geröstetem Zwiebel, geröstetem Knoblauch und Walnuss <sup>H</sup>, dazu schwarze Oliven und Fladenbrot <sup>A</sup>

*Das Ziegenjoghurt hat einen intensiven Geschmack. Auch wenn es nicht allen schmeckt, hat es diese afghanische Spezialität auf unsere Speisekarte geschafft.*

VON ABEBA AUS ÄTHIOPIEN

### Kik

7,50

Warme rote Linsen in Paprika-Sauce mit hausgemachtem Frischkäse <sup>G</sup> und Paradeiser-Paprika-Zwiebel Salat <sup>(vegan möglich)</sup>, dazu Fladenbrot <sup>A</sup>

VON HALIMA AUS SOMALIA

### Foul

7,50

Kidneybohnen-Zwiebel-Mus mit Chilisauce und Koriander-Paradeiser Salat <sup>vegan</sup>, dazu Fladenbrot <sup>A</sup>

## SPEISEN, DIE IMMER GEHEN

## SPEISEN, DIE IMMER GEHEN

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

### **Badinja ba Gerdu**

7,90

Melanzani-Röllchen gefüllt mit Schafkäse und gehackten Walnüssen <sup>G H</sup>,  
Oliven und Granatapfelkerne, serviert mit Fladenbrot <sup>A</sup>

*„Es ist zwar viel Arbeit, sie zu machen, aber ich habe immer  
gerne welche im Kühlschrank*

*... auch wenn sie meistens schnell wieder gegessen werden!“*

VON MAHDI AUS AFGHANISTAN

### **Cucu**

7,90

Dill-Koriander-Petersil-Kuchen mit Bio-Ei, Berberitzen,  
dazu Paradeiser-Zwiebel-Sauce und Fladenbrot <sup>A C</sup>

*„Die frischen Kräuter müssen ganz fein geschnitten werden.*

*Das ist zwar aufwendig und benötigt viel Geduld,*

*aber zum Frühstück am Wochenende gehört Cucu einfach dazu!“*

\*\*\*\*\*

Wenn Sie sich nicht für eine Vorspeise entscheiden können und zu mehr  
sind, empfehlen wir zum Durchkosten eine

### **Geschmacksreise**

28,00

Pure Badinjan, Abebas hausgemachter Frischkäse, Kik, Foul, Cucu,  
Badinja ba Gerdu, schwarze Oliven, Zwiebel-Petersil-Sumach-Salat,  
frisches Gemüse und Fladenbrot <sup>A C G H</sup>

*Viele Köch\*innen bringen Vielfalt auf den Teller!*

### **Für unsere jungen Gäste**

bereiten wir gerne auch Nudeln mit Butter oder Olivenöl zu.

6,50

Falls Sie andere Wünsche haben, kommen Sie gerne auf uns zu.

## SÜSSES ... GEHT AUCH IMMER

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

### **Khorma ba Piste ba Gerdu ba Nargil** 5,90

Dreierlei Dattelbällchen aus Mazfazati Datteln mit Kokos, Haselnüssen und Pistazien <sup>H</sup> <sup>vegan</sup>

*„Viele Menschen essen diese saftigen Datteln gerne im Ramadan – ich nasche sie das ganze Jahr über gerne ... meistens gemeinsam mit Nüssen!“*

### **Shir Berenj** 4,90

Milchreis mit Kardamon, garniert mit Zimt und gehackten Pistazien <sup>G H</sup>

*„Manche essen Milchreis warm, bei mir zu Hause gibt es ihn aber kalt.“*

### **Bastani Safran** 6,80

Safran-Eis mit frisch gehackten Pistazien <sup>G H</sup> und Manner Eiswaffeln <sup>A F</sup>

*„Safran schmeckt nicht nur in pikanten Gerichten, auch als Gewürz im Eis passt er sehr gut.“*

VON HALIMA AUS SOMALIA

### **Bur Salid** 5,20

Dünne Krapfen mit Süßmilch und Zimt <sup>A C G</sup>

VON ABEBA AUS ÄTHIOPIEN

### **Butukan Cake** 4,90

Fruchtiger Orangenkuchen <sup>A C G</sup>

VON TILLI AUS WIEN

### **Schoko-Nuss-Schnitte** 5,80

Saftige Schoko-Nuss-Schnitte mit

Bio-Eiern und bio und fair gehandelter Schokolade von Zotter <sup>C G H</sup>

VON SHIREEN AUS SYRIEN

### **Ghazl al Banat** 6,80

Handgezogene Zuckerwatte mit Vanille-Eis, gehackten Pistazien und hausgemachtem Krokant <sup>A C G H</sup> (vegan möglich +1,50)

*Diese bei uns unbekannt Kombination schmeckt im Winter wie im Sommer*

### **Süße Geschmacksreise** 22,00

Butukan Cake, Schoko-Nuss-Schnitte, Bur Salid, Shir Berenj, Khorma ba Piste ba Gerdu ba Nargil, Ghazl al Banat <sup>A C G H</sup>

# FRÜHSTÜCK

## Naan Toast – getoastetes Fladenbrot

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

8,50

Gefüllt mit Spinat, Lauch und Erdäpfeln,  
dazu scharfe Mangosauce und frisches Gemüse <sup>A</sup> <sup>vegan</sup>

VON NESA AUS DEM KOSOVO

9,90

Gefüllt mit Sucuk, einer würzigen Wurst aus Rind- und Lammfleisch, und Eierspeise, dazu Joghurt-Sauce, schwarze Oliven und frisches Gemüse <sup>A</sup> <sup>C</sup> <sup>G</sup>

VON HALIMA AUS SOMALIA

8,90

Gefüllt mit in würziger Paradeiser-Joghurtsauce marinierter Hühnerbrust mit rotem Zwiebel und frischem Koriander <sup>A</sup> <sup>G</sup>

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

## Omlet

7,50

Paradeiser-Eierspeis mit zwei Bio-Eiern,  
Schafkäse, Oliven und Fladenbrot <sup>A</sup> <sup>C</sup> <sup>G</sup>

*„Wenn wir Zeit für ein gemütliches Frühstück haben,  
mache ich immer gerne auch ein Omelett!“*

VON HALIMA AUS SOMALIA

## Hilib Ari

11,50

Frisch geröstete Lamm-Leber mit Chili, Koriander,  
roten Zwiebeln und Paradeisern, dazu Fladenbrot <sup>A</sup>

*„Ich liebe scharfes Essen. Und frischen Koriander.  
Auch die Lamm-Leber mache ich so!“*

## Süßes Frühstück

9,90

Frisches Pita Brot <sup>A</sup> aus dem 16. Bezirk, Bio Butter <sup>G</sup>,  
Marillen-, Erdbeer- oder Himbeermarmelade und Honig von Staud,  
Schüsselchen Joghurt mit Granola und Granatapfelkernen <sup>A</sup> <sup>G</sup> <sup>H</sup>

## Granola

6,80

Joghurt mit Granatapfelkernen und hausgemachtem Nuss-Crunch aus  
Cashews, Walnüssen, Mandeln, schwarzem Sesam, Kokos- und  
Haferflocken, gesüßt mit Blütenhonig <sup>A</sup> <sup>G</sup> <sup>H</sup>

# FRÜHSTÜCK

## ABENDESSEN

VON ABEBA AUS ÄTHIOPIEN

### **Ajnet** 14,50

Hausgemachtes Vollkorn-Injera serviert mit vielen vegetarischen Speisen: Erdäpfel-Karotten-Gemüse, rote Linsen, Fisolengemüse, Paradeiser-Paprika-Salat und selbst gemachter Käse <sup>G M</sup> (vegan möglich)

*„In Äthiopien isst man zu fast jeder Mahlzeit Injera. Es ist ein dünnes Brot, wie eine Sauerteigpalatschke aus Hirse-Vollkornmehl.“*

### **Tibs Wat** 16,50

Zarter, klein gewürfelter Lammschlegel in einer Paprika-Sauce, dazu Kurkuma-Reis und Paradeiser-Paprika-Salat mit roten Zwiebeln <sup>G M</sup>

*„Die wichtigste Zutat ist Paprikapulver. Man braucht süßes und scharfes und vor allem viel!“*

VON FATIMA AUS AFGHANISTAN

**vegan** **mit Rind**

### **Demi Bulgur** 13,50 14,90

Gedämpfter Bulgur mit buntem Paprika, Paradeisern und Zwiebeln <sup>A</sup>, dazu Rindsstreifen oder Soja-Geschnetzeltes <sup>F</sup> in sämiger Sauce und Zwiebel-Petersil-Sumach-Salat

*„Bulgur hat eine lange Tradition in meiner Familie. Meine Großmutter hat ihn gekocht, wenn es keinen Reis gab. Ich aber koche ihn, weil er gut schmeckt und mich an meine Kindheit erinnert.“*

### **Köfte Alu** 14,90

Mit Dörrzwetschken gefüllte Rindfleisch-Bällchen in Spalterbsen-Paradeiser-Sauce, dazu Safran-Berberitzen-Reis

*„Ich mag die fruchtige Süße im Fleisch **Vorsicht Kerne!** ... dazu die sauren Berberitzen am Safran-Berberitzen-Reis“*

VON HALIMA AUS SOMALIA

### **Qudaar** 12,90

Blattspinat-Zucchini-Erbsen-Karotten Gemüse mit hart gekochtem Bio-Ei <sup>C</sup>, dazu bunter Reis mit Rosinen (vegan möglich)

*„Jede Familie kocht ihren ganz besonderen Gemüseintopf. Zu diesem Eintopf gibt es in unserer Familie immer ein hartes Ei dazu!“*

### **Digaag iyo Groch** 14,90

Gebeizte Hühnerbrust in Paradeiser-Joghurtsauce, serviert mit buntem Reis mit Rosinen <sup>G</sup>

*Halimas Huhn ist ein All-Time-Favorit!*

**ABENDESSEN**

## DIE 14 ALLERGENE

- A glutenhaltiges Getreide
- B Krebstiere- und -erzeugnisse
- C Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
- D Fisch- und Fischerzeugnisse (außer Fischgelatine)
- E Erdnüsse und -erzeugnisse
- F Soja (-bohnen) und -erzeugnisse
- G Milch und Milcherzeugnisse (inklusive Laktose)
- H Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse
- L Sellerie und -erzeugnisse
- M Senf und Senferzeugnisse
- N Sesam-Samen und -erzeugnisse
- O Schwefeldioxid und -erzeugnisse
- P Lupinen und daraus hergestellte Produkte
- R Weichtiere wie Schnecken, Muscheln, Tintenfische und daraus hergestellte Erzeugnisse

Eine Nennung erfolgt, wenn die bezeichneten Stoffe oder daraus hergestellte Erzeugnisse als Zutat im Endprodukt enthalten sind. Die Kennzeichnung der 14 Hauptallergene erfolgt entsprechend den gesetzlichen Vorschriften. Es gibt darüber hinaus noch andere Stoffe, die Lebensmittelallergien oder -unverträglichkeiten auslösen können.

Trotz sorgfältiger Herstellung unserer Gerichte können neben gekennzeichneten Zutaten Spuren anderer Stoffe enthalten sein, die im Produktionsprozess in der Küche verwendet werden.

Alle Preise in der Karte verstehen sich in Euro.  
Alle angegebenen Maße verstehen sich in Liter.

An Jugendliche und Alkoholisierte wird kein Alkohol ausgeschenkt.