

RESTAURANT

MAMA AFRIKA

Vegan



FLEISCHGERICHTE

Traditionell isst man gemeinschaftlich aus einer großen Platte, die Grundlage jeder Mahlzeit ist ein gesäuertes Fladenbrot, das Injera genannt wird. Da in Eritrea und Äthiopien meistens mit der Hand gegessen wird dient dieses Brot gleichzeitig als Besteck.



Von der Hand zum Mund



Schritt für schritt zum Geschmack

1. man reißt mit der rechten Hand ein Stück Injera ab
2. Mit dem Abgerissenen Injera Stück greift man sich die Soßen
3. guten Appetit



Speisekarte



Vorspeise

- 01. Sambusa** ^{A,Wh,G,M,1,5}
6 Teigtaschen gefüllt mit Rindfleisch oder Gemüse  4,50 €
- 02. Massawa** ^B
Gambas in Olivenöl mit Zwiebeln, Knoblauch und scharfen eritreischen Gewürzen  6,00 €
- 03. Katena** ^{A,Wh,G}
Frisches Fladenbrot mit Chili und eritreischer Duftbutter (leicht scharf) 3,50 €
- 04. Kleiner gemischter Salat**
mit einfachem klassischen Hausdressing 4,00 €

Salate

- 04a. Asmara Salat Spezial** 10,00 €
Eisbergsalat mit Tomaten, Zwiebeln, Gurken, Mais, Oliven mit gebratenen Rindfleisch oder Hähnchenbrustfilet
- 05. Avocado Salat** 12,00 €
mit Tomaten, Zwiebeln, Rucola, mit gebratenen Rindfleisch oder Hähnchenbrustfilet
- 05a. Großer gemischter Salat** ^{D,G,M} 10,00 €
mit Gambas
- 05d. Mama Afrika Salat** 6,50 €
Rucola, Tomaten, Peperoni, Thunfisch Schafskäse mit Olivenöl

Vegan

- 06. Tintimo Linsen** ^H 8,50 €
Rote Linsen mit Zwiebeln, Peperoni und Knoblauch mit verschiedenen Gewürzen verfeinert 
- 07. Alich** ^{M,4} 8,50 €
Kartoffeln, Zwiebeln, Karotten und Paprika
- 08. Shiro** ^H 9,50 €
Geröstete Kichererbsen mit eritreischen Gewürzen
- 09. Hamli** ⁴ 8,50 €
Spinat mit verschiedenen Gewürzen verfeinert
- 10. Bamya** 9,50 €
Okraschoten mit Zwiebeln in Tomatensoße 

- | | | |
|---|--|-----------------------|
| <p>11. Maadi^H (Vegan Platte)
 Alle veganen Gerichte außer Full und Bamyä
 Für jede Personenzahl erhältlich
 (z.b. Platte für 1 Person, 4 Personen...)</p> |  | <p>12,50 €</p> |
| <p>12. Full^{A,G} (vegetarisch)
 Bohnen mit Paprika, Zwiebeln, Tomaten, Schafskäse und Olivenöl</p> | | <p>5,50 €</p> |
| <p>12a. Kitcha Fitfit
 zerstückelte eritreische Fladenbrot mit eritreischer Butter
 oder Tomatensauce</p> | | <p>5,50 €</p> |
| <p>12b. Kitcha Fitfit mit Zigni
 zerstückelte eritreische Fladenbrot mit Rindfleisch in Tomatensauce</p> | | <p>9,00 €</p> |
| <p>12c. Fitfit (Ingera)
 Eintopf aus Ingera in Tomatensoße mit Lammfleisch oder Rindfleisch</p> | | <p>13,00 €</p> |

Fleischgerichte

- | | | |
|---|---|-----------------------|
| <p>13. Zigni Derho^{C,G}
 Hähnchenschenkel in scharfer Tomatensauce
 mit original eritreischer Gewürzbutter und gekochtem Ei</p> | | <p>10,50 €</p> |
| <p>14. Zigni Berai
 Rindfleisch zubereitet in scharfer Tomatensauce mit
 eritreischer Gewürzbutter</p> |  | <p>10,50 €</p> |
| <p>14b. Siga Dinisch
 Rindfleisch mit Kartoffeln zubereitet in scharfer Tomatensauce</p> | | <p>10,50 €</p> |
| <p>15. Kilwa Begin Keyen oder Zada^A
 Gebratenes Lammfleisch mit Zwiebeln und mit scharfer oder milder Peperoni</p> | | <p>13,00 €</p> |
| <p>15b. Kilwa Derho
 Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Zwiebeln, milder oder
 scharfer Peperoni erhältlich</p> | | <p>10,50 €</p> |
| <p>16. Kilwa Berai Keyen oder Zada^A
 Gebratenem Rindfleisch mit Zwiebeln und scharfer oder milder Peperoni</p> | | <p>11,00 €</p> |
| <p>17. Gored Gored^{A,G}
 Gewürfeltes rohes Rindfleisch mit äthiopischer Gewürzbutter
 Auf Wunsch auch leicht angebraten</p> | | <p>13,50 €</p> |
| <p>18. Zilzil Tibsi^A
 Gebratenem Rindfleischstreifen mit Zwiebeln
 und Peperoni</p> |  | <p>13,50 €</p> |

- 19. Kitfo** ^{A,G} **13,50 €**
Tartar nach äthiopischer Art.
Mit Gewürzbutter und Mitmita (sehr scharfes Chilipulver),
auf Wunsch auch leicht angebraten.

- 20. Maadi** ^{A,H} (gemischte Platte)
Die gemischte Platte enthält folgenden Gerichte:
Zigni Derho
Zigni Berai
Kilwa Berai
Timtimo linsen
Alicha
für bis zu sechs Personen erhältlich
für 1 Person **14,00 €**
für 2 Personen **26,00 €**
Zu jedem Gericht kann zusätzlich Ingera oder Reis als Beilage bestellt werden



Snacks

- 21. Fischstäbchen mit Pommes** ^{A,C,D} **6,00 €**
- 22. Portion Pommes** ^{C,O} **3,00 €**
mit Ketchup und Mayonnaise
- 23. Hähnchen Nuggets mit Pommes** ^{C,O,4} **6,00 €**
mit Ketchup und Mayonnaise

Fisch

- 24. Kilwa Assa** ^{2,7,9} **13,50 €**
Gebratene Fisch mit Zwiebeln, Knoblauch und milder oder
scharfer Peperoni. Erhältlich mit Reis oder Ingera.
- 25. Meeresfrüchte** **13,50 €**
Gebratene Meeresfrüchte mit Zwiebeln, Knoblauch und milder oder
scharfer Peperoni. Erhältlich mit Reis oder Ingera, auf Wunsch auch mit Nudeln.

Dessert

- 28. Obstsalat** **4,00 €**
- 29. Cassata** **4,00 €**
italienische Eisspezialität mit kandierten Früchten

Getränken

Heiße Getränke

Kaffee	2,00 €
Espresso	1,80 €
Doppelte Espresso	2,80 €
Cappuccino	2,70 €
Latte Macchiato	2,80 €
Kaffeezeremonie (ab 2 Personen)	pro Person 15,00 €

Tee (Glas) mit Zimt Kardamom und Nelken	2,00 €
Frischer Ingwertee	2,80 €
Frischer Minztee	2,80 €

Softdrinks

Coca Cola ^{1,10}	0,2 l	2,50 €
	0,4 l	3,50 €
Coca Cola light ^{1,10}	0,2 l	2,50 €
	0,4 l	3,50 €
Sprite ³	0,2 l	2,50 €
	0,4 l	3,50 €
Fanta ^{1,3}	0,2 l	2,50 €
	0,4 l	3,50 €
Wasser	0,2 l	2,00 €
	0,7 l	5,00 €
Wasser	0,2 l	2,00 €
	0,7 l	5,00 €

Säfte

Bananen, Apfelschorle	0,2 l	2,80 €
Kirsche, Maracuja, Mango	0,4 l	4,50 €
Orangina	0,25 l	2,80 €
Orangina Rouge	0,25 l	2,80 €

Bier

Krombacher vom Fass	0,3 l	2,80 €
Krombacher	0,5 l	3,80 €
Krombacher alkoholfrei	0,33 l	2,80 €
Afrikanisches Spezial Bier Djudju	0,33 l	4,00 €
Bier mit verschiedenen Geschmacksrichtungen: Mango, Maracuja, Banane, Ananas und Palm lager		
Eritreisches Bier	0,33 l	4,00 €
Äthiopisches Bier	0,33 l	4,00 €

Krombacher Weizen

Hefeweizen hell	0,5 l	3,80 €
Hefeweizen dunkel	0,5 l	3,80 €
Hefeweizen alkoholfrei	0,5 l	3,80 €

Aperitifs

Ramazzotti	4 cl	4,00 €
Martini	4 cl	4,50 €
Sambuko	2 cl	3,00 €
Baley's	4 cl	4,50 €
Amarula	4 cl	4,50 €
Jägermeister	2 cl	2,50 €
Ouzo	2 cl	2,50 €

Weine

Bardolino DOC 0,25 l 7,00 €

Fasoli Gino La Corte del Pozzo 0,75 l 18,00 €

Italien(Trentino)

trocken, Alk 12,5 Vol.-%

Aromen von Kirschen, wilden Rosen, Blütenaromen, ausgewogen,
nicht zu schwer.

Enthält Sulfite

Chenin Blanc - Cabernet Sauvignon 0,25 l 5,80 €

Stellar Organics Moonlight, Südafrika 0,75 l 16,00 €

trocken, Alk 13,6 Vol.-%

Duftig, frisch und anregend, angenehmes Zusammenspiel von
moderater Säure und an wenig Rohrzucker

Enthält Sulfite

Nero di Traia IGT 0,25 l 7,00 €

Masseria Duca d`Ascoli, Italiaen (Apulien) 0,75 l 18,00 €

trocken, Alk 13 Vol.-%

Intensive Nase von Sauerkirschen, exotische Gewürze, leichte
Röstaromen und Beerenfrüchte, fein eingebundene Tannine.

Enthält Sulfite

Pinotage 0,25 l 7,00 €

Darling Cellars Chocohollic, Südafrika 0,75 l 18,00 €

trocken, Alk 13 Vol.-%

Intensive Nase von Sauerkirschen, exotische Gewürze, leichte
Röstaromen und Beerenfrüchte, fein eingebundene Tannine.

Enthält Sulfite

Riesling QbA 0,25 l | **4,50 €**
Forster Winzerverein Forster Stift, 0,75 l | **12,00 €**
Rheinland-Pfalz
 trocken, Alk 12,5 Vol.-%
 Ausgewogen, fruchtige Säure, Pfirsicharomen.
 Enthält Sulfite

Merlot IGT 0,25 l | **4,50 €**
Villa Arfanta, Italien (Venetien) 0,75 l | **12,00 €**
 trocken, Alk 12 Vol.-%
 Intensiv-fruchtig und ausgewogen, leichte Grasnoten.
 Enthält Sulfite

Pinot Grigio IGT 0,25 l | **4,50 €**
Serena Le Vigne Verdi, Italien (Venetien) 0,75 l | **12,00 €**
 trocken, Alk 15 Vol.-%
 Blumig-fruchtig, am Gaumen würzig, ausgewogen und anhaltend.
 Enthält Sulfite

Allergene:

A= Enthält glutenhaltige/s Getreide/-Erzeugnisse, Wh = Weizen, Ry = Roggen, Ba = Gerste, Oa = Hafer, Sp = Dinkel,
 Ka = Kamut, B = Enthält Krebstiere/-Erzeugnisse, C = Enthält Ei/-Erzeugnisse, D = Enthält Fisch/-Erzeugnisse ,
 E = Enthält Erdnüsse/-Erzeugnisse , F = Enthält Sojabohnen/-Erzeugnisse, G = Enthält Milch/-Erzeugnisse (laktosehaltig),
 H = Enthält Schalenfrüchte/Nüsse bzw. Nusserzeugnisse, Al = Mandeln, Ha = Haselnüsse, Wa = Walnüsse, Ca = Cashewnüsse,
 Pe = Pekannüsse, Br = Brasilianische Nüsse, Ma = Macadamianuss , Qu = Queensland Nüsse, L = Enthält Sellerie/-Erzeugnisse,
 L = Enthält Sellerie/-Erzeugnisse, M = Enthält Senf/-Erzeugnisse, N = Enthält Sesamsamen/-Erzeugnisse, O Enthält Schwefeloxid/Sulfite
 P = Enthält Lupine/-nerzeugnisse, Pi = Pistazien R = Enthält Weichtiere/-Erzeugnisse

Zusatzstoffe:

1 mit Farbstoff, 1.1 mit Könnnten die Aktivität und Aufmerksamkeit von Kindern beeinträchtigen, 2 mit Konservierungsstoff, 2.1 mit Nitritpökelsalz
 2.2 mit Nitrat, 2.3 mit Nitritpökelsalz und Nitrat, 3 mit Antioxidationsmittel, 4 mit Geschmacksverstärker, 5 mit Sulfite, 6 mit Geschwärtzt,
 7 mit Gewachst, 8 mit Phosphat, 9 mit Süßungsmittel(n), 9.1 enthält Phenylalanin, 9.2 Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken,
 10 enthält Koffein, 10.1 erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen.
 10.2 enthält Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht geeignet. 11 enthält Chinin, 12 gentechnisch verändert, 13 enthält Säuerungsmittel
 14 enthält Stabilisatoren, 15 enthält Eiweiß, 15.1 enthält Milcheiweiß, 15.2 enthält Stärke, 15.3 enthält Eiweiß

Tagesmenü

Montag

Siga Dinisch

Rindfleisch mit Kartoffeln zubereitet in scharfer Tomatensauce

7,00 €

Dienstag

Zigni Derho

Hähnchenschenkel in scharfer Tomatensauce
mit original eritreischer Gewürzbutter und gekochtem Ei

7,00 €

Mittwoch

Maadi (Vegan Platte)

Alle veganen Gerichte außer Full und Bamyä
Für jede Personenzahl erhältlich (z.B. Platte für 2 Personen, 4 Personen...)

7,00 €

Donnerstag

Kilwa Berai Keyen oder Zada

Gebratenes Rindfleisch mit Zwiebeln und scharfer oder milder Peperoni

7,00 €

Freitag

Kilwa Assa

Gebratene Fisch mit Zwiebeln, Knoblauch und milder oder scharfer Peperoni. Erhältlich mit Reis oder Ingera

7,00 €

Frühstück

Frittata

5,00 €

Eier mit Zwiebeln frische Tomaten und Paprika, gebraten dazu Brötchen

Fata

5,00 €

Zerstückelte Brötchen in scharfe Tomatensauce

Kitcha Fitfit

5,50 €

Zerstückelte Brot mit eritreischer Butter oder Tomatensauce

Kitcha Fitfit mit Siga

9,00 €

Zerstückelte Brot mit Rindfleisch in Tomatensauce

Full (Vegetarisch)

5,50 €

Bohnen mit Paprika, Zwiebeln, Tomaten, Schafskäse und Olivenöl