



Willkommen im Restaurant Namaste Nepal!

Wir freuen uns, Ihnen die vielfältigen Spezialitäten der nepalesischen Küche präsentieren zu können.

Unsere Gerichte werden stets frisch und mit speziellen Gewürzmischungen nach traditioneller nepalesischer Art zubereitet. Sowohl Veganer, Vegetarier als auch Fleischliebhaber finden auf unserer Speisekarte exotische Gaumenfreuden.

Gerne berücksichtigen wir auch Ihre individuellen Wünsche. Jedes Gericht wird speziell für jeden Gast zubereitet.

Unsere Spezialitäten werden Sie überraschen – eine außergewöhnliche und gesunde Alternative zu Ihrer gewohnten Ernährung.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Zeit in unserem Haus und einen guten Appetit!

Ihr Restaurant-Team

Restaurant Namaste Nepal
Rathausstraße 4
65203 Wiesbaden
Internet: www.namastenepal.de
E-Mail: restaurant@namastenepal.de
Telefon: 061136056093

Suppen / Soups

1 Rote Linsen Suppe *vegan / vegetarisch* **4,30 €**

Eine aromatische Suppe aus roten Linsen, verfeinert mit Kreuzkümmel, Rapsöl, Koriander, Knoblauch, Ingwer und Kurkuma. Diese schmackhafte und nahrhafte Suppe vereint die Aromen der Gewürze zu einem herzhaften Geschmackserlebnis.

An aromatic soup made from red lentils, refined with cumin, rapeseed oil, coriander, garlic, ginger and turmeric. This tasty and nutritious soup combines the flavors of the spices to create a hearty taste experience.

3 Namaste Nepal Spezial Suppe *vegan / vegetarisch* **5,50 €**

Eine traditionelle nepalesische Suppe, die fünf verschiedene Linsensorten und Bohnen vereint, sanft gegart mit ayurvedischen Gewürzen, fein gehackten Tomaten, Zwiebeln, Ingwer, Kreuzkümmel- und Ajwainsamen. Diese nahrhafte Suppe ist eine hervorragende pflanzliche Proteinquelle und bietet einen authentischen Geschmack der nepalesischen Küche.

A traditional Nepali soup featuring a blend of five different types of lentils and beans, gently cooked with Ayurvedic spices, finely chopped tomatoes, onions, ginger, cumin seeds, and ajwain seeds. This hearty soup serves as an excellent plant-based protein source and delivers an authentic taste of Nepali cuisine.

4 Chicken Jwaano Soup *nicht vegetarisch / non-vegetarian* **5,90 €**

Eine köstliche Curry-Creme-Suppe mit zarter Hähnchenbrust, verfeinert mit Ingwer, Koriander, Knoblauch, Kurkumapuder, Königskümmel und einer Mischung ayurvedischer Gewürze. Diese cremige, aromatische Suppe bietet ein reichhaltiges Geschmackserlebnis und ist ideal für alle, die sich nach einem herzhaften und würzigen Gericht sehnen.

A delicious curry cream chicken soup featuring tender chopped chicken breast, enhanced with ginger, coriander, garlic, turmeric powder and carrom seed, blended with ayurvedic spices. This creamy, aromatic soup provides a rich flavor experience, perfect for those craving a hearty and spicy dish.

Salatgerichte / Salad dishes

11 **Sandheko (Appetitanreger)**

Ein traditionelles, pikantes, leicht scharfes, nepalesisches Salatgericht mit Zitronengeschmack, zubereitet aus verschiedenen frischen Salatsorten, original nepalesischem Dressing und verschiedenen Beilagen. Der Salat wird mit einem Dressing aus frischem Koriander, frischem Knoblauch, frischem Ingwer, Zitronensaft, Himalaya-Salz, Senf, Tomaten, grünem Chili, Koriander, Gurke, Eisbergsalat und Asant (knoblauchähnliches Gewürz) verfeinert. Dieser Salat ist als Vorspeise sehr beliebt und regt den Appetit an.

A traditional, tangy, mildly spicy Nepalese salad with a lemon flavor, made from various fresh salad greens, original Nepalese dressing, and various sides. The salad is dressed with a blend of fresh coriander, fresh garlic, fresh ginger, lemon juice, Himalayan salt, mustard, tomatoes, green chili, coriander, cucumber, iceberg lettuce, and asafoetida (a garlic-like spice). This salad is very popular as an appetizer and stimulates hunger.

a) Alu Sandheko vegan / vegetarisch **5,90 €**

Sandheko mit Kartoffeln
Sandheko with potatoes

b) Badam Sandheko vegan / vegetarisch **5,50 €**

Sandheko mit Erdnüssen^g
Sandheko with peanuts

d) Kukhura Sandheko nicht vegetarisch **7,50 €**

Sandheko mit im Tandoor geröstetem Hühnerfleisch
Sandheko with tandoor roasted chicken

17 Gemischter Salat vegan / vegetarisch **6,90 €**

bunt gemischter Salat
mixed salad

20 Chicken Sekuwa Salat nicht vegetarisch **12,50 €**

bunt gemischter Salat mit im Tandoor gegrillten, ayurvedisch marinierten Hühnerstreifen
mixed salad with chicken strips, marinated in ayurvedic sauce and spices, grilled in the tandoor

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

Vorspeisen / Starters *vegan / vegetarisch (vegan / vegetarian)*

21 **Naan^a** *vegetarisch*

Ein klassisches Fladenbrot aus Weizenmehl, im Tandoor ofenfrisch gebacken. Unser Naan zeichnet sich durch seine weiche, luftige Textur und leicht knusprige Oberfläche aus, die perfekt zu jeder nepalesischen Mahlzeit passt. Besonders gut eignet sich das Naan, um den köstlichen Sandheko Salat (Nummer 11) zu genießen. Ideal zum Eintunken in Saucen oder als Beilage zu Ihrem Hauptgericht.

A classic flatbread made from wheat flour, freshly baked in the tandoor. Our Naan features a soft, airy texture with a slightly crispy surface, making it the perfect accompaniment to any Nepali meal. It pairs especially well with the delicious Sandheko Salad (number 11). Ideal for dipping into sauces or as a side to your main dish.

a) Butter Naan^a *(mit Butter / with butter)* **4,50 €**

b) Garlic Naan^a *(mit Butter u. Knoblauch / with butter and garlic)* **5,50 €**

22 **Mustang Alu - pikant** *(vegan / vegetarisch)* **5,30 €**

Gekochte, geschälte und in Keile geschnittene Kartoffeln, verfeinert mit einer aromatischen Mischung aus Tomaten, Chili, Sichuan-Pfeffer, Kreuzkümmelsamen, Zitrone, Ingwer, Knoblauch und nepalesischen ayurvedischen Gewürzen. Dieses würzige Gericht dient als hervorragender Appetitanreger und bringt die Geschmäcker des Himalayas auf den Tisch.

Potatoes boiled, peeled and cut into wedges, refined with a flavored mixture of tomatoes, chili, Sichuan pepper, cumin seeds, lemon, ginger, garlic and Nepalese Ayurvedic spices. This spicy dish serves as an excellent appetizer and brings the flavors of the Himalayas to the table.

23 **Mixed Veg-Starter für zwei Personen** *vegan / vegetarisch* **11,90 €**

*gemischte Vorspeisenplatte mit den Nrn.: 24, 25, 27 und 29
mixed starter for two persons with nr 24, 25, 27 and 29*

24 **Frühlingsrollen** *vegan / vegetarisch* **5,80 €**

Knusprige, hausgemachte Frühlingsrolle nach traditioneller nepalesischer Art, gefüllt mit Gemüse. Ein schmackhaftes und ausgewogenes Gericht, das die Aromen der nepalesischen Küche in einer knusprigen Hülle vereint.

Crispy, homemade spring roll in traditional Nepalese style, filled with vegetables. A tasty and balanced dish that combines the flavours of Nepalese cuisine in a crispy shell.

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

- 25 Alu Chop** *vegan / vegetarisch* **5,80 €**
Knusprige, hausgemachte Kartoffelkugeln, gefüllt mit einer aromatischen Mischung aus gekochten Kartoffeln, Erbsen, Rosinen und Mandeln, verfeinert mit ayurvedischen Gewürzen, zubereitet nach nepalesischer Art. Dieses Gericht wird auf traditionelle nepalesische Art zubereitet und erinnert in seiner Art an Samosas, bietet jedoch einen einzigartigen Geschmack und eine besondere Note.
- Crispy, homemade potato balls, filled with an aromatic mixture of boiled potatoes, peas, refined with Ayurvedic spices, prepared Nepalese style. This dish is prepared in the traditional Nepalese way and is reminiscent of samosas in its style, but offers a unique flavor and a special touch.*
- 27 Paneer^d / Tofu Tareko** *vegan / vegetarisch* **5,50 €**
Frischkäse oder Tofu (vegane Variante) wird in einem würzigen Kichererbsenteig auf traditionelle nepalesische Art knusprig ausgebacken. Dieses Gericht erinnert an indische Pakoras, vereint jedoch die einzigartigen Aromen und Gewürze Nepals. Ideal als herzhafter Snack oder Vorspeise, der sowohl Vegetarier als auch Veganer begeistert.
- Cream cheese or tofu (vegan version) is fried crispy in a spicy chickpea batter in traditional Nepalese style. This dish is similar to Indian pakoras, but combines the unique flavors and spices of Nepal. Perfect as a hearty snack or appetizer that will delight both vegetarians and vegans.*
- 28 Bhatmas Kosa** *vegan / vegetarisch* **6,90 €**
Erleben Sie den Genuss gedämpfter grüner Sojabohnen, die zunächst in heißem Wasser gekocht und anschließend mit Salz, Knoblauch und Ingwer in feinem Öl aromatisch gebraten werden. Um die zarten Kerne zu genießen, lutschen Sie die Schalen, sodass die Bohnen direkt in den Mund gelangen und die Schalen beiseitegelegt werden können. Dieses Gericht ist nicht nur außergewöhnlich lecker, sondern auch ideal, um es in geselliger Runde mit Freunden zu genießen. Während Sie sich unterhalten, entfaltet sich der Geschmack der Sojabohnen. Ein geselliger Genuss, der am besten heiß serviert wird und hervorragend zu einem kühlen Bier oder einem Glas Wein passt.
- Experience the pleasure of steamed green soybeans, which are first boiled in hot water and then aromatically fried with salt, garlic and ginger in fine oil. To enjoy the tender kernels, suck the shells so that the beans go directly into the mouth and the shells can be set aside. This dish is not only exceptionally tasty, but also ideal to enjoy in a convivial atmosphere with friends. As you talk, the flavor of the soybeans unfolds. A convivial treat that is best served hot and goes perfectly with a cold beer or a glass of wine.*

29 Veg-Momos (5 Stück) vegan / vegetarisch

Unsere traditionellen nepalesischen Veg-Momos sind knusprig frittierte Teigtaschen, gefüllt mit Paprika, Kohl, Möhren, Zwiebeln, Frühlingszwiebeln, Koriander, Tofu, Tomaten und nepalesischen Gewürzen. Die Momos werden mit einer mild-pikanten Tomaten-Koriander-Sauce, enthält u.a. Erdnüsse^g, Koriander, Tomaten, Sesam u. schwarzen Sezuan Pfeffer.

Our traditional Nepalese Veg-Momos are crispy fried dumplings, filled with bell peppers, cabbage, carrots, onions, spring onions, coriander, tofu, tomatoes and Nepalese spices. The momos are served with a mildly spicy tomato-coriander sauce, contains peanuts, coriander, tomatoes, sesame seeds and black Sichuan pepper.

a) Frittierte Momos **6,30 €**

b) Spicy Momos (pikant) **7,30 €**

Die Würzigen Momos (spicy) werden mit einer geschmackvollen Mischung aus Tomaten, Chili, Sezuan-Pfeffer, Kreuzkümmel, Zitrone, Ingwer, Knoblauch und ayurvedischen Gewürzen verfeinert.

The spicy momos (spicy) are refined with a tasty mixture of tomatoes, chili, Sichuan pepper, cumin, lemon, ginger, garlic and Ayurvedic spices.

Vorspeisen / Starters nicht vegetarisch (non vegetarian)

30 Mixed Non-Veg-Starter für Zwei Personen **13,90 €**

Hühner- und Lammfleischstücke werden in ayurvedischer Sauce und Gewürzen im Tandoor gegrillt und zusammen mit den Nrn. 24, 25, 31 und 32 serviert.

Pieces of chicken and lamb are grilled in Ayurvedic sauce and spices in the tandoor and served together with Nos. 24, 25, 31 and 32.

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6=chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

31 **Chicken Momo (5 Stück)**

Unsere hausgemachten, traditionell zubereiteten Chicken Momo sind knusprig frittiert und mit zartem Hühnerhackfleisch gefüllt. Serviert werden sie mit einer mild-pikanten Tomaten-Koriander-Sauce.

Chicken Momo are crispy fried dumplings filled with tender minced chicken and served with a mildly spicy tomato-coriander sauce.

- | | |
|---|---------------|
| a) Frittierte Chicken Momos | 7,50 € |
| b) Spicy Chicken Momos (pinkant) | 8,50 € |

32 **Chicken Basket¹**

6,80 €

Saftige Hühnerfleischstücke werden sorgfältig mariniert und frittiert, bis sie außen knusprig und innen zart sind. Dieses einfache, aber geschmackvolle Gericht bietet einen authentischen Geschmack und ist perfekt als Snack oder Vorspeise.

Juicy pieces of chicken are carefully marinated and deep-fried until crispy on the outside and tender on the inside. This simple but flavorful dish offers an authentic flavor and is perfect as a snack or appetizer.

33 **Chicken Takatak scharf**

7,50 €

Frittierte Hühnerfleischstücke werden knusprig und in Keile geschnitten, verfeinert mit einer würzigen Mischung aus Tomaten, Chili, Kreuzkümmelsamen, Zitrone, Ingwer, Sezuwan Pfeffer, Knoblauch und nepalesischen ayurvedischen Gewürzen. Dieses Gericht ist ein idealer Appetitanreger und bietet einen pikanten Geschmack, der besonders Liebhaber scharfer Speisen anspricht. Die ayurvedischen Gewürze wie Kreuzkümmel und Chilli harmonisieren gut mit der Pitta-Dosha, was für Personen geeignet ist, die eine Neigung zu intensiven, würzigen Aromen haben.

Fried chicken cuts are crispy and cut into wedges, enhanced with a spicy blend of tomatoes, chilli, cumin seeds, lemon, ginger, Sezuwan pepper, garlic and Nepalese Ayurvedic spices. This dish is an ideal appetizer and offers a spicy taste that will appeal especially to lovers of spicy dishes. The Ayurvedic spices such as cumin and chili harmonize well with the Pitta dosha, which is suitable for people who have a tendency to intense, spicy aromas.

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

Hauptspeisen / main foods

Spezialitäten des Hauses:

40 Lamm Kathmandu 18,90 €

Zarte Lammstücke werden im Tandoor gegrillt und orientalisch gewürzt, kombiniert mit frischem Paprika, Knoblauch, Ingwer, Kreuzkümmel und Koriandersamen. Dieses Gericht bietet eine harmonische Mischung aus aromatischen Gewürzen und saftigen Lammstücken, ideal für Liebhaber von Lammfleisch und Gemüse.

Tender pieces of lamb are grilled in the tandoor and seasoned in an oriental way, combined with fresh paprika, garlic, ginger, cumin and coriander seeds. This dish offers a harmonious blend of aromatic spices and juicy pieces of lamb, ideal for lovers of lamb and vegetables.

41 Momos (10 Stück)

Diese authentischen Teigtaschen sind ein wesentlicher Bestandteil der nepalesischen Küche und bieten Ihnen die Möglichkeit, die reiche und vielfältige Esskultur Nepals direkt zu erleben. Ein Muss für jeden, der den Geschmack Nepals kennenlernen möchte. Genießen Sie unsere hausgemachten traditionellen Momos, Teigtaschen. Die weitere Beschreibung finden Sie unter den Nrn. 29 und 31. Die Momos werden mit einer leckeren Tomaten-Koriander-Soße serviert.

Enjoy our homemade traditional momos, dumplings. The description can be found under Nos. 29 and 31. The momos are served with a delicious tomato coriander souce.

- | | |
|---|----------------|
| a) Momos frittiert / Fried momos <i>vegan / vegetarisch</i> | 12,90 € |
| b) Momos gedämpft / Steamed momos <i>vegan / vegetarisch</i> | 13,90 € |
| c) Spicy Momos / Spicy momos <i>vegan / vegetarisch</i> | 14,90 € |
| d) Chicken Momo frittiert / Fried chicken momos | 14,90 € |
| d) Chicken Momo gedämpft / Chicken momos steamed | 15,90 € |
| e) Spicy Chicken Momo / Spicy chicken momos | 16,90 € |

42 **Chaumain⁸**

Die Chaumain ist ein beliebtes nepalesisches Nudelgericht, das aus gebratenen Nudeln mit frischem Gemüse, Gewürzen und optionalem Fleisch oder Tofu besteht. Die Nudeln werden in einem Wok mit Paprika, Karotten, Zwiebeln, Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Ingwer schnell angebraten und mit einer speziellen Sojasauce und Koriander verfeinert. Perfekt für eine ausgewogene und schmackhafte Mahlzeit. Wahlweise vegetarisch, vegan oder mit Hühnchen.

The chaumain is a popular Nepalese noodle dish that consists of fried noodles with fresh vegetables, spices, and optional meat or tofu. The noodles are quickly fried in a wok with bell peppers, carrots, onions, spring onions, garlic and ginger and refined with a special soy sauce and coriander. Perfect for a balanced and tasty meal. Choice of vegetarian, vegan or chicken.

- | | |
|--|----------------|
| a) Veg-Chaumain vegan / vegetarisch | 12,90 € |
| b) Chicken Chaumain nicht vegan / nicht vegetarisch | 14,90 € |

44 **Butter Chicken** **18,50 €**

Butter Chicken ist ein köstliches nepalesisches Gericht, das zarte Hühnerstücke in einer reichhaltigen und cremigen Tomatenbuttersoße vereint. Das Huhn wird mariniert und dann perfekt gegrillt, bevor es in die samtige Soße aus Butter, Sahne, Tomaten, Kaschukerne und einer speziellen Mischung aus aromatischen nepalesischen Gewürzen eingetaucht wird. Das Ergebnis ist ein geschmackvolles und beruhigendes Gericht, das perfekt zu Naan-Brot oder Reis passt. Ein Muss für alle Liebhaber der nepalesischen Küche.

Tender chicken pieces marinated and grilled, then simmered in a rich and creamy tomato butter sauce made with butter, cream, tomatoes, cashewnut and aromatic Nepali spices. Perfectly paired with naan bread or rice, this dish is a must-try for lovers of Nepali cuisine.

45 **Paneer^d Butter Masala / Tofu Butter Masala** vegan / vegetarisch **16,50 €**

Paneer oder Tofu Butter Masala sind die vegane / vegetarische Variante des traditionellen Butter Chicken. Hier wird hausgemachter Paneer oder Tofu 12 Stunden lang in einer aromatischen Marinade eingeweicht und dann in einer reichhaltigen, cremigen Sauce aus Butter, Sahne, Cashewnüssen und Tomaten geschwenkt. Das Ergebnis ist ein geschmacklich intensives und wohltuendes Gericht, das sich hervorragend mit Naan-Brot oder Reis kombinieren lässt. Ein Highlight für Liebhaber der nepalesischen Küche.

Here, homemade paneer or tofu is soaked in an aromatic marinade for 12 hours and then tossed in a rich, creamy sauce of butter, cream, cashewnuts and tomatoes.

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

46 Alu-Kauli vegan / vegetarisch 12,90 €

Kartoffeln und Blumenkohl, zusammen mit Zwiebeln, Tomaten, Ingwer und Knoblauch in Sonnenblumenöl gebraten und mit ayurvedischen Gewürzen verfeinert. Dieses Gericht bietet eine köstliche Kombination von Aromen und Gewürzen.

Potatoes and cauliflower, sautéed with onions, tomatoes, ginger, and garlic in sunflower oil, and seasoned with Ayurvedic spices. This dish offers a delightful blend of flavors and spices.

47 Kalo-Daal vegan / vegetarisch 12,90 €

Kalo Daal ist ein aromatisches Gericht aus schwarzen Linsen, Kidneybohnen und Kichererbsen, verfeinert mit nepalesischen Gewürzen. Trotz seiner leichten Zubereitung bietet es ein intensives und köstliches Geschmackserlebnis, das ideal für eine gesunde und schmackhafte Mahlzeit ist.

Kalo Daal is an aromatic dish made from black lentils, kidney beans and chickpeas, refined with Nepalese spices.

48 Baigan ko Tarkari vegan / vegetarisch 13,90 €

Zarte Auberginen werden gewürzt mit aromatischen Kräutern und sautiert in einer cremigen Mischung aus Kokosmilch (für die vegane Variante) oder Joghurt, zusammen mit Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch, Tomaten und Cashewkernen. Dieses Gericht bietet eine harmonische Balance aus reichen Aromen und cremiger Textur, perfekt für eine köstliche und gesunde Mahlzeit, die Ihre Geschmacksknospen verwöhnt.

Tender eggplants are seasoned with aromatic herbs and sautéed in a creamy mixture of coconut milk (for the vegan version) or yogurt, along with onions, ginger, garlic, tomatoes and cashews. This dish offers a harmonious balance of rich flavors and creamy texture, perfect for a delicious and healthy meal that tantalizes your taste buds.

49 Matar Paneer^d vegetarisch 14,90 €

Matar Paneer ist klassisches Gericht, das sowohl in Nordindien als auch in Nepal beliebt ist, bestehend aus Paneer-Würfeln, grünen Erbsen in einem Curry auf Basis von Tomaten, Zwiebeln, Kaschukernen und nepalesischen Gewürzen. Idealerweise wird es mit Naan-Brot oder Reis serviert. „Mutter Panier“ ist ein wahrer Genuss für alle Liebhaber der indischen und nepalesischen Küche.

Matar paneer is a classic dish popular in both northern India and Nepal, consisting of paneer cubes, green peas in a curry based on tomatoes, onions and cashews, seasoned with cumin, coriander, garam masala and turmeric. Ideally, it is served with naan bread or rice. Matar Paneer is a real treat for all lovers of Indian and Nepalese cuisine.

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

58 Blattspinat mit gegrilltem Fisch 17,50 €

Es erwartet Sie ein zart gegrilltes Fischfilet, kunstvoll angerichtet auf einem Bett aus würzigem Blattspinat, der nach nepalesischer Art mit ayurvedischen Gewürzen verfeinert wird. Die Zugabe von gerösteten Königskümmel verleiht dem Gericht eine angenehme Knusprigkeit und einen zusätzlichen nussigen Geschmack. Serviert mit aromatischem Basmatireis, bietet dieses Gericht eine harmonische Balance aus zarten, frischen Zutaten und tiefen, aromatischen Gewürzen, die sowohl den Gaumen als auch das Wohlbefinden erfreuen. Ein perfektes Gericht für alle, die nach einer gesunden und geschmackvollen Mahlzeit suchen.

delicately grilled fish fillet, artfully arranged on a bed of spicy spinach, which is refined with Ayurvedic spices in Nepalese style. The addition of roasted carrom seeds gives the dish a pleasant crunchiness and an additional nutty taste. Served with aromatic basmati rice.

59 Tapke Kukhura, Beilage Reis 16,90 €

Ein leckeres Gericht aus Hühnerfleischstücken, frischem Paprika, Zwiebeln, Tomaten, Kaschukernen und nepalesischen Gewürzen. Dieses Gericht bietet eine zarte Balance aus zartem Hühnerfleisch, frischem Gemüse und aromatischen Kräutern.

A delicious dish made from chicken pieces, fresh peppers, onions, tomatoes, cashew kernels and Nepalese spices. This dish offers a delicate balance of tender chicken, fresh vegetables.

Currygerichte / Curry dishes:

51 Curcuma-Curry, Beilage Reis

Eine typische nepalesische, pikante Kurkuma-Curry-Soße, verfeinert mit exotischen Gewürzen wie Cashewkernen, Koriander, Curcuma, Zwiebeln und Kräutern aus der Himalaya-Region. Zubereitet in Sojabohnen- oder Sonnenblumenöl und serviert mit Basmati-Reis.

A typical Nepalese spicy turmeric curry sauce enriched with exotic spices like cashews, coriander, turmeric, onions, and herbs from the Himalayan region. Prepared in soybean or sunflower oil and served with basmati rice.

a) mit Paneer^d oder Tofu / with Paneer^d or Tofu 14,90 €
vegan / vegetarisch

b) mit Gemüse der Saison / with seasonal vegetables 13,90 €
vegan / vegetarisch

c) mit Hühnerfleisch / with chicken nicht-vegetarisch / non-vegetarian 15,90 €

d) mit Lammfleisch / with lamb nicht-vegetarisch / non-vegetarian 18,90 €

e) mit Ente / with duck nicht-vegetarisch / non-vegetarian 18,90 €

f) mit Garnele / with shrimps nicht-vegetarisch / non-vegetarian 19,90 €

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

52 **Fruchtige Mango-Curry-Soße, Beilage Reis**

Eine süße, aber fruchtige und exotische Mango-Curry-Soße, verfeinert mit einer speziellen Gewürzmischung, Tomaten, Zwiebeln und Kaschukernen. Serviert mit duftendem Basmati-Reis für ein harmonisches und außergewöhnliches Geschmackserlebnis.

A sweet yet fruity and exotic mango curry sauce enriched with a special blend of spices, tomatoes, onions and cashews. Served with aromatic basmati rice for a harmonious and unique flavor experience.

- a) mit Paneer^d oder Tofu / with paneer^d or tofu** vegan / vegetarisch **15,90 €**
- b) mit Gemüse der Saison / with seasonal vegetables** **15,90 €**
vegan / vegetarisch
- c) mit Hühnerfleisch / with chicken** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **16,90 €**
- d) mit Lammfleisch / with lamb** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **20,90 €**
- e) mit Ente / with duck** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **20,90 €**
- f) mit Garnele / with shrimps** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **21,90 €**

53 **Ayurvedische Currysoße, Beilage Reis**

Eine milde ayurvedische Soße, zubereitet aus ayurvedischen Gewürzen, verfeinert mit Mandeln, Kokosnuss, Zitrone, Kaschukernen und schwarzem Pfeffer, Kreuzkümmel, Königskümmel, Kurkuma und Knoblauch, serviert mit duftendem Basmati-Reis für ein ausgewogenes und wohltuendes Geschmackserlebnis.

A mild Ayurvedic sauce, prepared from Ayurvedic spices, refined with almonds, coconut, lemon, cashew kernels and black pepper, cumin, turmeric, carrom seed, and garlic, served with fragrant basmati rice for a balanced and soothing taste experience.

- a) mit Paneer^d oder Tofu / with paneer^d or tofu** **15,90 €**
vegan / vegetarian
- b) mit Gemüse der Saison / with seasonal vegetables** **14,90 €**
vegan / vegetarisch
- c) mit Hühnerfleisch / with chicken** **16,90 €**
nicht-vegetarisch / non-vegetarian
- d) mit Lamm / with lamb** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **18,90 €**
- e) mit Ente / with duck** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **18,90 €**
- f) mit Garnele / with shrimps** nicht-vegetarisch / non-vegetarian **20,90 €**

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

54 Spinat-Currysoße, Beilage Reis

Aromatische Spinat-Currysoße mit gebratenen Zwiebeln und Tomaten, frischem Ingwer und Knoblauch, Kreuzkümmel und Kaschukernen. Serviert mit duftendem Basmati-Reis. Spinat ist reich an Nährstoffen wie Eisen, Kalzium und Vitaminen, die wichtig für die Gesundheit unserer Knochen und das Immunsystem sind.

An aromatic spinach curry with sautéed onions, tomatoes, ginger, and garlic, seasoned with nutmeg, salt, and pepper. Served with basmati rice. Spinach is rich in nutrients like iron, calcium, and vitamins, supporting bone health and the immune system.

Aromatic spinach curry sauce with fried onions and tomatoes, fresh ginger and garlic, cumin and cashew kernels. Served with fragrant basmati rice. Spinach is rich in nutrients such as iron, calcium and vitamins, which are important for the health of our bones and the immune system.

- | | |
|---|----------------|
| a) mit Paneer^d oder Tofu / with paneer^d or tofu | 14,90 € |
| <i>vegan / vegetarian</i> | |
| b) mit Kartoffeln / with potatoes | 12,90 € |
| <i>vegan / vegetarisch</i> | |
| c) mit Hühnerfleisch / with chicken nicht-vegetarisch / non-vegetarian | 16,50 € |
| d) mit Lamm / with lamb nicht-vegetarisch / non-vegetarian | 19,90 € |
| f) mit Garnele / with shrimps nicht-vegetarisch / non-vegetarian | 21,90 € |

55 Mustang-Curry-Soße, Beilage Reis

Erleben Sie eine pikante Currysoße, verfeinert mit goldenen Kartoffeln, Zwiebeln, Tomaten, frischem Ingwer und Knoblauch - ein Geschmackserlebnis, das typisch für die Himalaya-Region ist. Diese exquisite Fusion verbindet die herzhaften Aromen eines traditionellen Gulaschs mit der exotischen Würze eines aromatischen Currys. Jeder Bissen entfacht eine Geschmacksexplosion, die sowohl wärmend als auch beruhigend wirkt. Auf Wunsch wird sie auch scharf zubereitet.

Indulge in a tangy curry sauce crafted with golden potatoes, onions, tomatoes, fresh ginger, and garlic - a true taste of the Himalayan region. This exquisite fusion marries the hearty flavors of traditional goulash with the exotic spices of an aromatic curry. Every bite unveils an explosion of taste that is both warming and comforting. Available hot upon request.

- | | |
|---|----------------|
| a) mit Hühnerfleisch / with chicken nicht-vegetarisch / non-vegetarian | 16,90 € |
| b) mit Lamm / with lamb nicht-vegetarisch / non-vegetarian | 20,90 € |

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6= chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

Menu Sekuwa Gerichte → nicht vegetarisch / non vegetarian

56 Paneer Sekuwa Teller vegetarisch / vegetarian **19,90 €**

Zarte Paneer-Scheiben, zusammen mit frischem Paprika und Zwiebeln, 24 Stunden lang in einer ayurvedischen Soße mariniert, die aus Ingwer, Knoblauch, Zitronensaft und einer Mischung nepalesischer Gewürze wie Kreuzkümmelsamen, Ajwainsamen und schwarzem Salz besteht. Anschließend im Tandoor gegrillt und auf einem Bett aus knackigem Gemüse (Weißkohl, Porree-Stücke und Zwiebeln) auf einer heißen Eisenpfanne serviert. Abgerundet mit einer Zitronenscheibe und einer nepalesischen ayurvedischen Soße für ein authentisches Geschmackserlebnis.

Tender slices of Paneer, along with fresh capsicum and onions, marinated for 24 hours in an Ayurvedic sauce made from ginger, garlic, lemon juice, and a blend of Nepali spices like cumin seeds, ajwain seeds, and black salt. Then grilled in the tandoor and served on a bed of crisp vegetables (cabbage, leek pieces, and onions) on a sizzling iron pan. Finished with a lemon slice and a Nepalese Ayurvedic sauce for an authentic flavor experience.

57 Für Fleischliebhaber nicht-vegetarisch / non-vegetarian

Zarte Fleischstücke (Hühnerfleisch oder Lammfleisch) oder Garnelen, 24 Stunden lang in einer ayurvedischen Soße mit Joghurt und Gewürzen mariniert, anschließend im Tandoor gegrillt, serviert mit einer Zitronenscheibe und einer nepalesischen, ayurvedischen Soße.

Tender pieces of meat (chicken or lamb) or shrimp, marinated for 24 hours in an Ayurvedic sauce with yogurt and spices, then grilled in the tandoor, served with lemon slice and a Nepalese Ayurvedic sauce.

a) Mixed Sekuwa Teller nicht-vegetarisch / non-vegetarian **25,50 €**

(Zusammenstellung aus verschiedenen Tandoori-Spezialitäten - Hühnerfleisch, Lammfleisch, Garnelen)
combination of tandoori specialties chicken, lamb and shrimps)

b) Chicken Sekuwa nicht-vegetarisch / non-vegetarian **21,90 €**

(mit Hühnerfleisch / with chicken)

c) Lamb Sekuwa nicht-vegetarisch / non-vegetarian **24,90 €**

(mit Lammfleisch / with lamb)

d) Jhinga Sekuwa nicht-vegetarisch / non-vegetarian **26,50 €**

(mit Garnelen / with shrimps)

1= mit Farbstoffen, 2= koffeinhaltig, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Konservierungsstoffen, 5= mit Süßungsmittel, 6=chininhaltig, 8= mit Geschmacksverstärker, a= Weizen, b= Fisch, c= Krebstiere, d= Milch und Laktose, e= Eier, f= Senf, g= Erdnüsse, h= Soja, i= Sesamsamen, j= Pistazien, k= Weichtiere

Menu Traditional Thalís

61 *Thali Gerichte / Thali dishes*

Wir bieten eine Vielzahl von verschiedenen Gerichten an, wodurch die Auswahl für Sie vielleicht schwierig erscheint. Daher bieten wir Ihnen die "Thali" Lösung an. Dabei handelt es sich um eine Zusammenstellung verschiedener Köstlichkeiten, die auf einem großen Teller serviert werden.

We offer a variety of different dishes, which may make it difficult for you to choose. That's why we have the "Thali" solution. An authentic Nepalese Thali is a diverse assortment of delicious dishes served on a large platter.

a) Veg / vegan Thali *vegan / vegetarisch* **21,90 €**

- Alu kauli (Nr. 46)
- Kaalo Daal (Nr. 47)
- Spinat Curry mit Paneer (hausgemachter Käse) / Tofu
- mit oder ohne Joghurt / with or without yoghurt
- Gemischter Salat / mixed salad, Basmatireis / Basmati rice,
- Papadam Brot / house made papadam bread,
- Nachspeise: Laalmohan / Lal mohan as dessert

b) Fleisch Thali / Meat Thali *nicht-vegetarisch / non-vegetarian* **24,90 €**

- Alu kauli (Nr. 46)
- Kaalo Daal (Nr. 47)
- Curcuma Curry mit Huhn oder Lamb (Curcuma curry with chicken or Lamb)
- mit oder ohne Joghurt / with or without yoghurt
- Gemischter Salat / mixed salad, Basmatireis / Basmati rice,
- Papadam Brot / house made papadam bread,
- Nachspeise: Laalmohan / Lal mohan as dessert

Gerichte für Kinder / children's meals

Für unsere kleinen Gäste empfehlen wir folgende Kindergerichte.

- | | | |
|-----------|--|----------------|
| 70 | Pommes aus Kartoffeln | 6,30 € |
| 71 | Mango Curry <small>vegan / vegetarisch / nicht-vegetarisch</small>
milde Mango-Curry-Soße mit spezieller Gewürzmischung, Tomaten, Zwiebeln,
Beilage: Basmati-Reis

<i>mild mango curry sauce with special spice mix, tomatoes, onions, Side dish: Basmati rice</i> | 10,50 € |
| 73 | Frühlingsrolle <small>vegetarisch</small>
Frühlingsrolle mit Zwiebeln, Paprika, Karotten, Champignons und Gewürzen

<i>Spring rolls with onions, bell pepper, carrots, mushrooms and spices</i> | 5,80 € |
| 74 | Alu Chop <small>vegan / vegetarisch</small>
gekochte Kartoffelkugeln mit Erbsen, Rosinen, Mandeln und ayurvedischen Gewürzen, zu-
bereitet auf nepalesische Art

<i>Boiled potato balls, peas, raisins and almonds and Ayurvedic spices prepared Nepalese style</i> | 5,80 € |
| 75 | Chicken Momo (5 Stück)
hausgemachte frittierte Teigtaschen gefüllt mit Hühnerhackfleisch und serviert mit mild pi-
kanter Tomaten-Koriander Sauce

<i>Homemade fried dumplings filled with minced chicken and served with a mildly spicy to-
mato-coriander sauce</i> | 7,50 € |
| 76 | Chicken Chowmain kinder
Noodle gericht mit Hühnerfleisch Stücke

<i>chicken pieces marinated and grilled in tandoor</i> | 7,90 € |
| 77 | Pommes mit Chicken Basket
Eine Kombination aus den Nrn. 70 und 77

<i>Combination of nos. 70 and 77</i> | 10,90 € |

Desserts / Desserts

82 Laal Mohan vegetarisch **5,50 €**

Laal Mohan ist ein traditionelles nepalesisches Dessert, bestehend aus saftigen, frittierten Teigbällchen, die in aromatisiertem Zuckersirup getränkt sind. Diese süßen, goldbraunen Bällchen werden mit einem Hauch von Kardamom und Safran verfeinert, um ein unwiderstehliches Geschmackserlebnis zu bieten. Perfekt als krönender Abschluss Ihres nepalesischen Festmahls.

A traditional Nepali dessert made of juicy, deep-fried dough balls soaked in flavored sugar syrup. These sweet, golden-brown balls are enhanced with a hint of cardamom and saffron to provide an irresistible taste experience. Perfect as a grand finale to your Nepali feast.

83 Gajarko Haluwa vegetarisch / vegan **5,90 €**

Ein klassisches nepalesisches Dessert, zubereitet aus in Ghee gebratenen, geriebenen Karotten, die in Ghee, Kokosmilch für Veganer und Kondensmilch für Vegetarier langsam gekocht werden, bis sie eine samtige Konsistenz erreichen. Verfeinert mit grünem Kardamom, Nelken, Rosinen, Cashewnüssen und Pistazien. Ein süßes und aromatisches Gericht, das eine besondere Note zu Ihrem kulinarischen Erlebnis hinzufügt.

A classic Nepali dessert made from grated carrots, saute in ghee, slowly cooked in coconut milk for vegans and condensed milk for vegetarians until they reach a velvety consistency. Enhanced with green cardamom, cloves, raisins, cashew nuts, and pistachios. This sweet and aromatic dish adds a special touch to your culinary experience.

84 Apfel jalewi **4,50 €**

Apfel jalewi sind knusprige Apfelringe, mariniert in einem Maismehlteig mit feinem Safran, duftendem Rosenwasser und aromatischem, grünem Kardamom, anschließend in goldenem Zuckersirup eingelegt. Dieses verführerische Dessert vereint die Frische der Äpfel mit der Süße und den exotischen Gewürzen. Ideal für alle, die ein leichtes und fruchtiges Dessert genießen möchten.

Apple jalewi are crispy apple rings, marinated in a cornmeal dough with fine saffron, fragrant rose water and aromatic, green cardamom, then pickled in golden sugar syrup. This seductive dessert combines the freshness of apples with sweetness and exotic spices. Ideal for those who want to enjoy a light and fruity dessert.