

بلوچستان

Balutschistan

Pakistanisches Restaurant

Mittagskarte

von 12.00-17.00 Uhr

Montag-Freitag

Tel.: 040/41 28 02 46



tuglich wechselnder Mittagstisch

میرٹھرا ریسٹورانٹ



Willkommen!

Mit Liebe zubereitet haben wir die traditionellen Spezialitäten des Landes. Wir bieten diese in besonders schmackhafter und gesunder Weise an. Wie zum Beispiel die Fladenbrote Roti und Pharata, die wir aus biologischem Vollkornmehl backen, welches wir direkt vor dem Ansetzen des Teiges in unserer eigenen Getreidemühle mahlen.

Neu ist unser Tandoor, ein traditioneller Lehmofen, in dem wir unsere Vollkornfladen backen. Ebenso auch unser Fleisch, das – typisch Balutschistan – in einer besonderen Joghurtkräutermischung eingelegt wird.

Wir verwenden kein Schweinefleisch.

Wir nehmen für die Speisen frisches Gemüse und zum Zubereiten ein gesundes Sonnenblumenöl.

Unsere Joghurtsaucen stellen wir aus Joghurt mit natürlichem Fettgehalt her.

Die Gewürze Ingwer und Knoblauch schneiden wir zum Kochen jeweils frisch von der Knolle.

Alle Gerichte werden ohne Instant-Pulver angesetzt und auf natürliche Weise zubereitet. Außer den natürlichen Gewürzen nehmen wir keine Geschmacksverstärker.

Unsere Salate werden mit Saucen ohne Konservierungsstoffe zubereitet. Süßspeisen und Tschai werden mit Honig oder braunen Zucker gesüßt.

Sie finden in unserer Speisekarte noch weitere Nahrungsmittel mit Reformhaus- oder Bioladenqualität:

Vollkornnudeln im Salat, Ahornsirup, Sanddorn, Oliven, Sonnenblumenkerne, Tofu, Seitan, Getreidekaffee, Säfte, Kräuter-Tees, Bier und Wein.

Wir wünschen Ihnen einen gute Appetit!

میتھی

Mittagstisch

Vegetarische Gerichte

601. Seiten Sabsi

Seiten mit Gemüse in Kormasauce

dazu Salat Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney 5,90

602. Bengan Korma,

Auberginen in Kormasauce

dazu Salat Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney 6,10

603. Dal Sabsi

Verschiedenes Gemüse und Dal-Linsen in Tomatensauce

dazu Basmati-Reis, Roti, Salat Schafskäse, Oliven und Chutney 5,70

604. Bengan Panir

Auberginen mit Panir (Pakistanischer Käse),

Tomaten, Ingwer, Koriander, in Mackhan-Sauce mit Pinienkernen,

dazu Salat Basmati-Reis, Schafskäse, Salat, Roti, Oliven und Chutney 6,10

605. Bhendi Dal

Okraschoten mit Dal-Linsen,

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney 5,90

606. Palak-Panir

Spinat mit pakistanischem Käse und Kormasauce,

dazu Salat Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney 6,20

607. Sabsi-Lobia Pulau

Ein Basmati Reisgericht mit Gemüse, Rote Bohnen, Cashewnüsse,

Sonnenblumenkernen und Rosinen, dazu Reita-Sauce 5,80

Lammgerichte

608. Dumba Bengan

Lammfleisch und Aubergine in Tikka-Sauce

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney 6,10

609. Dumba Korma

Lammfleisch mit Cashewnüssen und Mandeln, Korma-Sauce,

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney 6,10

Mittagstisch

Lammgerichte

610. Dumba Curry Karacbi

Lammfleisch im Sesamsauce (pikant),
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,10**

611. Dumba Bhendi

Lammfleisch mit Okraschoten und Tomaten gebraten,
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,10**

612. Dumba Mewa

Lammfleisch mit Aprikosen und Mandeln,
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,10**

613. Dumba Murgh Biryani

Ein Basmati-Reisgericht mit Lammfleisch und Hähnchenfilet,
Gemüse, Cashewnüsse und Aprikosen, dazu Salat und Reita-Sauce **6,10**

614. Dumba Palak

Lammfleisch mit Spinat, Tomaten und Kräutern
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,10**

615. Dumba Dal

Lammfleisch mit Dallinsen in Massalahaussauce
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und 3 Chutneys **6,10**

Rindgerichte

616. Alu Gosht

Rindfleisch mit pakistanischen Kräutern, gebraten, mit Massalah-Sauce
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,10**

617. Gosht Korma

Rindfleisch in Kormasauce
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,20**

Mittagstisch

Hähnchengerichte

618. Murghi Sag

Hähnchenfilet mit Spinat in pikanter Sauce

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und 3 Chutneys **6,10**

619. Murghi Korma

Hähnchenfilet im Cashewnüsse und Mandeln Korma-Sauce,

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **6,10**

620. Murghi Bhuni

Hähnchenfilet in Ingwer,

Tomaten und Frischer Coriander gebraten (pikant),

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney **5,90**

621. Murghi Dal

Hähnchenfilet mit Dallinsen in Massalah-Sauce,

dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und 3 Chutneys **6,10**

Aus dem Tandoor (Lehmofen)

622. Murghi Tikka

Hähnchenfilet aus dem Tandoor mit Massalah-Sauce,

dazu Basmati-Reis, Salat, Oliven, Schafskäse, Nan und Chutney **6,50**

623. Lamm Tikka

Lammfleisch aus dem Tandoor mit Massalah-Sauce,

dazu Basmati-Reis, Salat, Oliven, Schafskäse, Nan und Chutney **6,50**



Mittagstisch

Salat

624. *Balutschistan Special Salat*

*Bunter gemischter Salat und Hähnchenfilet Tikka aus dem Tandoor
in Kräutersauce dazu Vollkornfladenbrot*

5,90

Fisch

625. *Machli Alu*

*Rotbarschfilet in Massalah-Sauce mit Kräutern
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und 3 Chutneys*

6,50

626. *Machli Korma*

*Rotbarschfilet in Kormasauce
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und 3 Chutneys*

6,90

627. *Machli Curry*

*Rotbarschfilet in Sesam-Currysauce,
dazu Salat, Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney*

6,90



Mittagstisch

Kleine Balutschistan Menues

628. Quetta Menue

Mulghathani Suppe

Eine Suppe aus Dal-linsen, Kräutern und Äpfeln

Mughabi Mewa

Ente und Hähnchenfilet mit Aprikosen in Kormasauce

dazu Salat Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney

Eis mit Mango

8,80

629. Lahori Menue

Sbami Bhajya

Ein vegetarischer Kebab aus Kartoffeln, pakistanischem Käse,

Linsen und Nüssen, zubereitet mit Podina Quarck

Dumba Amm

Lammfleisch in Kormasauce mit Mango zubereitet,

dazu Salat Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney,

Firini

Wohlschmeckendes Dessert

8,50

Vegetarische Menue

Maltan Menue

630. Samosa

Eine Teigtasche mit Kartoffeln, Gemüse und Nüssen gefüllt mit Chutney

Palak Panir

Spinat mit pakistanischem Käse, Kormasauce zubereitet,

dazu Salat Basmati-Reis, Oliven, Schafskäse, Roti und Chutney,

Eis mit Mango

8,50



بلوچستان

Balutschistan

*Sie bestellen telefonisch
und 20 Minuten später
steht Ihr Essen bei uns
zur Abholung bereit.*

*Grindelallee 91
Ecke Martin-Luther-King-Platz 1
20146 Hamburg
Tel. 41 28 02 46*

