Salate | Salads

LEBANESE CUISINE

SALATA MANDALOUN | 350g *chef's choice* — **55 lei**

falafel(năut, ceapă, usturoi, coriandru, chimion)roșii, castraveți, ardei kapia, salată verde, lipie prăjită, sumac, lămâie, ulei de măsline
falafel(chickpea, onion, garlic, coriander, cumin) tomatoes, cucumbers, bell pepper, lettuce, fried pita, sumac, lemon, olive oil — **50 lei**
valoare energetică(kcal)- 167.5, grăsimi-5, acizi grași saturați-2, sare-2 .2, zahăr-1

TABBOULEH CU MĂSLINE CU NUCI | 250g
măsline, nuci, lămâie, ulei de măsline, mentă,
olives, nuts, lemon, olive oil, mint — **46 lei**
valoare energetică(kcal)-202.4, grăsimi-12.8, acizi grași saturați-5.2, sare-2, zahăr-0

TABBOULEH CU GRÂU MĂCINAT | 250g
pătrunjel, grâu, roșii, ceapă, mentă, lămâie, ulei de măsline
parsley, wheat, tomatoes, onion, mint, lemon, olive oil — **46 lei**
valoare energetică(kcal)-340, grăsimi-5.9, acizi grași saturați -1.5, sare-2, zahăr-0

TABBOULEH CU QUINOA | 250g
pătrunjel, quinoa, roșii, ceapă, mentă, lămâie, ulei de măsline
parsley, quinoa, tomatoes, onion, mint, lemon, olive oil — **45 lei**
valoare energetică(kcal)-358, grăsimi-8, acizi grași saturați-3, sare-2.5, zahăr-0

SALATĂ ORIENTALĂ | 250g
roşii, castraveţi, ceapă, mentă, lămâie, ulei de măsline
tomatoes, cucumber, onion, mint, lemon, olive oil — **49 lei**
valoare energetică(kcal)-115, grăsimi-1.2, acizi grași saturați-0.5, sare- 1.5, zahăr-0.5

SALATĂ HALLOUMI | 250g
brânză halloumi, legume
halloumi cheese, vegetables — **41 lei**
valoare energetică(kcal)-580, grăsimi-16.6, acizi grași saturați-6.5, sare-2, zahăr-0

SALATĂ VERDE CU LĂMÂIE | 250g
salată verde, lămâie, ulei de măsline
lettuce, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)- 60, grăsimi-0.5, acizi grași saturați-0, sare-1, zahăr-0

FATTOUSH



SALATĂ TABBOULEH CU MĂSLINE CU NUCI



Salate | Salads

LEBANESE CUISINE

FATTOUSH | 250g *chef's choice* **45 lei**

roșii, castraveți, ardei kapia, salată verde, lipie prăjită, sumac, lămâie, ulei de măsline
tomatoes, cucumbers, bell pepper, lettuce, fried pita, sumac, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)- 167.5, grăsimi-5, acizi grași saturați-2, sare-2 .2, zahăr-1

SALATĂ DE VARZĂ MURATĂ | 250g **30 lei**

varză murată, ulei de măsline
pickled cabbage, olive oil
valoare energetică(kcal)-80, grăsimi-0.5, acizi grași saturați – 0, sare-3, zahăr -1

SALATĂ DE MĂSLINE CU NUCI | 250g **40 lei**

măsline, nuci, lămâie, ulei de măsline, mentă,
olives, nuts, lemon, olive oil, mint
valoare energetică(kcal)-202.4, grăsimi-12.8, acizi grași saturați-5.2, sare-2, zahăr-0

KABIS - SALATĂ LIBANEZĂ DE MURĂTURI | 250g **35 lei**

legume murate: castraveţi, conopidă, morcov
pickled vegetables: cucumber, cauliflower, carrot
valoare energetică(kcal)- 60.7, grăsimi-0.7, acizi grași saturați-0, sare-1.2 2, zahăr-0

SALATĂ ASORTATĂ CU BRÂNZĂ ȘI MENTĂ | 250g **43 lei**

brânză de vacă, mentă, roșii, castraveți, salată verde, ulei de măsline
cow cheese, mint, tomato, cucumber, lettuce, olive oil
valoare energetică(kcal)-260, grăsimi- 10.2, acizi grași saturați-5, sare-2.2, zahăr-1

SALATĂ COLESLAW | 250g **33 lei**

varză albă, maioneză, ceapă roșie, smochine, miere
white cabbage, mayonnnaise, red onion, figs, honey
valoare energetică(kcal)-255, proteine(g) - 2.3, grăsimi- 16.2, acizi grași saturați-26, sare-2.2, zahăr-20

HUMMUS CU SFECLĂ



HUMMUS CU TRUFE



Gustări Reci | Cold Starters

LEBANESE CUISINE

HUMMUS CU TRUFE | 200g *chef's choice* — **59 lei**

pastă de trufe, năut, tahina, lămâie, ulei de măsline

truffles paste, chickpea, tahini, lemon, olive oil

valoare energetică(kcal)-411, grăsimi- 27.2, acizi grași saturați-12, sare-3, zahăr-0

HUMMUS SIMPLU | 200g — **40 lei**

năut, tahina, lămâie, ulei de măsline

chickpea, tahini, lemon, olive oill

valoare energetică(kcal)-330, grăsimi-17.2, acizi grași saturați-6, sare-2, zahăr-0

HUMMUS BEIRUT | 200g — **40 lei**

năut, tahina, pastă de ardei iute, usturoi, lămâie, ulei de măsline

chickpea, tahini, chilli pepper salsa, garlic, lemon, olive oil

valoare energetică(kcal)-317, grăsimi-16.2, acizi grași saturați-4.3, sare-2, zahăr-0

HUMMUS CU ROȘII USCATE ȘI BUSUIOC | 300g — **46 lei**

năut, tahina, ceapă, pătrunjel, usturoi, lămâie, ulei de măsline, roșii uscate, buusuioc

chickpea, tahini, onion, parsley, garlic, lemon, olive oil, dried tomatoes, basil

valoare energetică(kcal)-502, grăsimi-22, acizi grași saturați-1 0, sare-3, zahăr-0

HUMMUS CU SFECLĂ ROȘIE | 300g — **45 lei**

sfeclă roșie, năut, tahina, ceapă, pătrunjel, usturoi, lămâie, ulei de măsline

beetroot, chickpea, tahini, onion, parsley, garlic, lemon, olive oil

valoare energetică(kcal)-430, grăsimi-15.6, acizi grași saturați -6, sare-2.2, zahăr-0

HUMMUS este un preparat la baza căruia se află năutul - o sursă excelentă de fibre, bogat în vitaminele B6 și B9. Este vedeta bucătăriei libaneze, fiind cel mai apreciat și consumat produs. Hummus-ul vă ajută la menținerea sănătății celulelor musculare și nervoase, dar și la reglarea nivelului de glucoză din sânge.

HUMMUS FALAFEL



HUMMUS SHAWORMA CU PUI



Gustări Reci | Cold Starters

LEBANESE CUISINE

HUMMUS FALAFEL | 300g *chef's choice* — **50 lei**

năut, tahina, ceapă, pătrunjel, usturoi, lămâie, ulei de măsline
chickpea, tahini, onion, parsley, garlic, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-558, grăsimi-15.6, acizi grași saturați -6, sare-2.2, zahăr-0

HUMMUS SHAWORMA CU PUI | 300g — **59 lei**

carne de pui, năut, tahina, ceapă, pătrunjel, usturoi, lămâie, ulei de măsline
chicken meat, chickpea, tahini, onion, parsley, garlic, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-442, grăsimi-20, acizi grași saturați-8, sare-2, zahăr-0

HUMMUS SHAWORMA CU VITĂ | 300g — **59 lei**

carne de vită, năut, tahina, ceapă, pătrunjel, usturoi, lămâie, ulei de măsline
beef meat, chickpea, tahini, onion, parsley, garlic, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-488, grăsimi-24.5, acizi grași saturați-9.2, sare-3.2, zahăr-0

HUMMUS CU HALLOUMI | 300g — **45 lei**

brânză halloumi, năut, tahina, ceapă, pătrunjel, usturoi, lămâie, ulei de măsline
halloumi cheese, chickpea, tahini, onion, parsley, garlic, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-502, grăsimi-22, acizi grași saturați-1 0, sare-3, zahăr-0

HUMMUS CU CARNE | 250g — **55 lei**

carne de vită, năut, tahina, pătrunjel lămâie, ulei de măsline
beef meat, chickpea, tahini, parsley, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-380, grăsimi-23.7, acizi grași saturați -10.3, sare-3, zahăr-0

HUMMUS CU MUGURI DE PIN | 200g — **45 lei**

muguri de pin, năut, tahina, lămâie, ulei de măsline
pine seeds, chickpea, tahini, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-320, grăsimi-16.4, acizi grași saturați-7, sare-2, zahăr-0

LABNEH CU TRUFE



SHANKLISH CU BRÂNZĂ DE CAPRĂ



Gustări Reci | Cold Starters

LEBANESE CUISINE

SHANKLISH CU BRÂNZĂ DE CAPRĂ | 200g *chef's choice* — **53 lei**

brânză de capră, ceapă tocată, roșii și cimbru

goat cheese, choped onion, tomato, thyme

valoare energetică(kcal)-340, grăsimi-25.6, acizi grași saturați-12, sare-3, zahăr-1

LABNEH SIMPLU | 200g — **40 lei**

cremă de iaurt de vacă, ulei de măsline

creamy cow yogurt, olive oil

valoare energetică(kcal)-130, grăsimi-1 0.5, acizi grași saturați-5, sare-1, zahăr-0

LABNEH DE CAPRĂ | 200g — **43 lei**

cremă de iaurt de capră, ulei de măsline

creamy goat yogurt, olive oil

valoare energetică(kcal)-126, grăsimi-84, acizi grași saturați-4.2, sare-2.4, zahăr-0

LABNEH CU ZA'ATAR / MĂSLINE | 200g — **43 lei**

cremă de iaurt de vacă, za'atar | măsline , ulei de măsline

creamy cow yogurt, za'atar, olive oil

valoare energetică(kcal)-201, grăsimi-18.2, acizi grași saturați-7.2, sare-3, zahăr-0

LABNEH CU TRUFE | 200g — **45 lei**

cremă de iaurt de vacă, trufe , ulei de măsline

creamy cow yogurt, truffles, olive oil

valoare energetică(kcal)-288, grăsimi-20.2, acizi grași saturați -1 0, sare-3, zahăr-0

LABNEH - Un preparat tradițional al bucătăriei Orientale, Labneh-ul este nelipsit de la mesele cu specific libanez! Încearcă-l și lasă-ți simțurile purtate pe meleaguri îndepărtate! Potrivit pentru orice moment al zilei, acest preparat este bogat în calciu, are un nivel scăzut de lactoză, ceea ce îl face potrivit pentru persoanele care au intoleranță la acest glucid și menține colesterolul sub control. Cremos și ușor, este potrivit pentru a fi consumat la oricare masă a zilei.

MUHAMMARA



MOUTABAL



Gustări Reci | Cold Starters

LEBANESE CUISINE

MUHAMMARA | 220 g *chef's choice* — **49 lei**

pastă de nucă cu ulei de masline și boia iute

walnut paste with olive oil and paprika

valoare energetică(kcal)- 381.63, grăsimi-21.62, acizi grași saturați-6.83, Glucide: 35.86 g, din care Zaharuri: 17.25, Proteine: 7.82, Fibre: 6.08 g, Sare: 0.69

MOUTABAL | 200g — **40 lei**

vinete, tahina, rodie, lămâie, ulei de măsline

eggplant, tahini, pomegranate, lemon, olive oil

valoare energetică(kcal)-66, grăsimi-1.2, acizi grași saturați- 0.3, sare-2.1, zahăr-1

MOUTABAL CU TRUFE | 200g — **49 lei**

vinete, tahina, trufe, lămâie, ulei de măsline

eggplant, tahini, truffles, lemon, olive oil

valoare energetică(kcal)-66, grăsimi-1.2, acizi grași saturați- 0.3, sare-2.1, zahăr-1

BABA GANOUSH | 200g — **40 lei**

vinete, roşii, ceapă, lămâie

eggplant, tomatoes, onion, lemon

valoare energetică(kcal)- 56, grăsimi-1. 5, acizi grași saturați-0.2, sare-2.2, zahăr-1.2

MUSACA DE VINETE | 200g — **49 lei**

vinete, ceapă, roșii, ardei kapia, usturoi, năut

eggplant, onion, tomatoes, bell pepper, garlic, chickpea

valoare energetică(kcal)-158, grăsimi-34, acizi grași saturați-1.2, sare-24, zahăr -1 . 2

VINETE COAPTE



WARAK ENAB



Gustări Reci | Cold Starters

LEBANESE CUISINE

WARAK ENAB | 200g *chef's choice* — **42 lei**

frunze de viță, orez, roșii, ceapă, lămâie, pătrunjel

vine leaves, rice, tomatoes, onion, lemon, parsley

valoare energetică(kcal)-366, grăsimi-12, acizi grași saturați-3, sare-2.4, zahăr-0

FASOLE VERDE CU ROŞII | 250g — **35 lei**

fasole verde, roşii, usturoi, ceapă

green beans, tomatoes, garlic, onion

valoare energetică(kcal)- 132.7, grăsimi-5.5, acizi grași saturați-1 , sare-3, zahăr-1.4

BAME CU ROŞII | 250g — **44 lei**

bame, roșii, ceapă, usturoi, ulei de măsline

okra, tomatoes, onion, garlic, olive oil

valoare energetică(kcal)-190.5, grăsimi-8.2, acizi grași saturați-0.6, sare-2, zahăr -1

VINETE COAPTE | 200g — **35 lei**

vinete, ulei de măsline, sare

eggplant, olive oil, salt

valoare energetică(kcal)-58, grăsimi- 0.4, acizi grași saturați- 0, sare-1 .5, zahăr-0

WARAK ENAB - Sănătoase și cu un gust deosebit, aceste sărmăluțe sunt alegerea perfectă pentru o zi de post sau pentru cei care nu consumă carne. Mixul de condimente folosit pentru realizarea acestui preparat îi conferă a aromă exotică foarte parfumată. Ingredientul surpriză, curmalele, sunt considerate în cultura arabă „sursa vieții", deoarece sunt fructele cele mai bogate în nutrienţi. Acestea sunt apreciate și pentru faptul că alungă oboseala, ameliorează anumite boli respiratorii și previn atacul cerebral.

KEBBE PRĂJITE





PACHEȚELE CU PHILADEPHIA ȘI MĂRAR

FALAFEL





BRÂNZĂ HALLOUMI PANE

Gustări Calde | Warm Starters

LEBANESE CUISINE

KEBBE PRĂJITE | 200g *chef's choice* — **45 lei**

carne tocată de vită și berbec, muguri de pin, bulgur, ceapă

beef and mutton minced meat, pine seeds, bulgur, onion

valoare energetică(kcal)-620, grăsimi-30, acizi grași saturați-12.2, sare-3.2, zahăr-0

BRÂNZĂ HALLOUMI PANE | 200g — **45 lei**

brânză halloumi, condimente, pesmet | halloumi cheese, spices, bread crumbs

valoare energetică(kcal) -504, grăsimi- 14.6, acizi grași saturați -6, sare -2, zahăr-0

FALAFEL | 200g — **49 lei**

năut, ceapă, usturoi, coriandru, chimion | chickpea, onion, garlic, coriander, cumin

valoare energetică(kcal) -660, grăsimi-7.8, acizi grași saturați -1.3, sare -2. 1, zahăr-0

BRÂNZĂ HALLOUMI LA GRILL | 200g — **45 lei**

brânză halloumi de vacă, mentă uscată, ulei de măsline | halloumi cheese, dried mint, olive oil

valoare energetică(kcal)-442, grăsimi-1 0.6, acizi grași saturați-5.3, sare-2, zahăr-0

PACHEȚELE CU PHILADEPHIA ȘI MĂRAR | 200g — **42 lei**

brânză Philadelphia, legume, mărar | Philadelphia Cheese, vegetables, dill

valoare energetică(kcal)-406, grăsimi-10, acizi grași saturați-4.5, sare-3, zahăr-0

RULOURI CU CARNE, MOZZARELLA ȘI TRUFE | 200g — **45 lei**

carne de vită, mozzarella, tofu, condimente | beef, mozzarella, tofu cheese, spices

valoare energetică(kcal)-520, grăsimi-31.6, acizi grași saturați-15, sare-3, zahăr-0



SAMBUSECK CU CARNE

Gustări Calde | Warm Starters

LEBANESE CUISINE

SAMBUSECK MIXT | 200g *chef's choice* — **45 lei**

carne/spanac/brânză în aluat, ceapă

deepfried dough stuffed with meat/spinach/cheese, onion

valoare energetică(kcal)- 380, grăsimi-20.4, acizi grași saturați-1 0.2, sare-2.4, zahăr-0

SAMBUSECK CU CARNE | 5 buc — **40 lei**

carne în aluat, ceapă

deepfried dough stuffed with meat and onion

valoare energetică(kcal)-310, grăsimi-18.6, acizi grași saturați -7.2, sare-3, zahăr-0

SAMBUSECK CU SPANAC | 200g — **40 lei**

spanac în aluat, ceapă

deepfried dough stuffed with spinach and onion

valoare energetică(kcal)-280, grăsimi -12, acizi grași saturați-4, sare-1.5, zahăr-0

SAMBUSECK CU BRÂNZĂ | 200g — **40 lei**

brânză în aluat, ceapă, mentă, pătrunjel

deepfried dough stuffed with cheese and onion, mint, parsley

valoare energetică(kcal)-300, grăsimi-14.6, acizi grași saturați-7.2, sare-3.2, zahăr-0

SAMBUSECK CU CARNE ȘI MOZZARELLA | 200g — **40 lei**

carne și mozzarella în aluat, ceapă

deepfried dough stuffed with meat and mozzarella, onion

valoare energetică(kcal)-356, grăsimi-20, acizi grași saturați -1 0, sare-2, zahăr-0

MAKANEK



RAS ASFOUR DE DE VITĂ



Vită | Beef

RAS ASFOUR | 180g *chef's choice* — **60 lei**

carne de vită, ceapă, sos de rodii | beef meat, onion, pomegranate sauce

valoare energetică(kcal)-120, grăsimi-10, acizi grași saturați-3.5, sare-3, zahăr-1

SHARHAT DIN MUŞCHI DE VITĂ | 300g — **65 lei**

muşchi de vită, mentă, usturoi, 7 condimente | beef sirloin, mint, garlic, 7 spices

valoare energetică(kcal)-580, grăsimi-29. 1 , acizi grași saturați-8.9 , sare-3, zahăr-0

SHAWORMA DE VITĂ | 250g — **60 lei**

carne de vită, ceapă, tahina, lămâie, 7 condimente | beef meat, onion, tahini, lemon, 7 spices

valoare energetică(kcal)-536, grăsimi-24.4, acizi grași saturați-6.8, sare-2.4, zahăr-0

MAKANEK | 200g — **50 lei**

cârnați libanezi prăjiți, marinați cu lămâie | traditional lebanese sausages, marinated with lemon

valoare energetică(kcal)-520, grăsimi- 22.4, acizi grași saturați-8.1, sare-4, zahăr-0

SUJUK IUTE | 200g — **50 lei**

cârnați picanți cu carne de vită și oaie, ceapă, roșii, usturoi, lămâie

spicy sausages with beef and mutton, onion, tomatoes, garlic, lemon

valoare energetică(kcal)-496, grăsimi-20, acizi grași saturați-6.6 , sare-2.2 , zahăr-0

PASTRAMĂ DE VIŢEL | 200g — **55 lei**

carne de vițel, usturoi, cimbru, boia | veal meat, garlic, thyme, paprika

valoare energetică(kcal)-320, grăsimi-13, acizi grași saturați-4.7 , sare-3.4 , zahăr-0

RAS ASFOUR este o delicatesă de al cărui gust dulce-acrișor te vei îndrăgosti iremediabil! Proprietățile și beneficiile aduse de acest preparat sunt numeroase. Carnea de vită oferă majoritatea nutrienților necesari pentru o funcționare optimă a organismului. De asemenea previne anemia și reface masa musculară. Sucul de rodie folosit în acest preparat are și el efecte benefice pentru sănătatea dumneavoastră: creşterea imunităţii, menținerea oaselor puternice, dar și un nivel potrivit de coagulare al sângelui.

LEBANESE CUISINE

PHILADELPHIA DE VITĂ



SHAWORMA DE VITĂ



Vită | Beef

LEBANESE CUISINE

MĂDUVĂ DE VITĂ ÎN OS | 950g *chef's choice* — **129 lei**

măduvă de vită în os | beef bone marrow

valoare energetică(kcal) - 600, grăsimi-56, acizi grași saturați-20, sare-4.2, zahăr-0

LIMBĂ DE VIŢEL CU LĂMÂIE | 200g — **55 lei**

limbă de vițel, lămâie, usturoi, pătrunjel | veal tongue meat, lemon, garlic, parsley

valoare energetică(kcal)-396, grăsimi-28.6, acizi grași saturați -8.8, sare-2, zahăr-0

LIMBĂ DE VIŢEL CU MĂSLINE ȘI ROȘII | 200g — **55 lei**

limbă de vițel, măsline, roșii, pătrunjel | veal tongue meat, olives, tomatoes, parsley

valoare energetică(kcal)-426, grăsimi-30.4, acizi grași saturați-12.3, sare-3.6, zahăr- 1. 5

PHILADELPHIA DE VITĂ | 200g — **65 lei**

mușchi de vită, ceapă, ciuperci, ardei kapia, mozzarela, sos de soia, ulei de susan, 7 condimente

beef, onion, mushrooms, kapia pepper, mozzarella, soy sauce, sesame oil, 7 spices

valoare energetică(kcal)-501, grăsimi -36.6, acizi grași saturați -14.2, sare-3.4, zahăr-1

CREIER ÎN SOS DE UNT | 200g — **65 lei**

creier de vită, condimente, unt | beef brain, spices, butter

valoare energetică(kcal)-392, grăsimi -14.8, acizi grași saturați-14.8, sare-2, zahăr-0

CREIER PANE | 200g — **60 lei**

creier de vită, condimente, pesmet | beef brain, spices, bread crumbs

valoare energetică(kcal)-476, grăsimi-40, acizi grași saturați-18, sare-2, zahăr-0

MĂDUVĂ DE VITĂ PANE | 200g — **60 lei**

măduvă de vită, condimente | beef bone marrow, spices

valoare energetică(kcal) - 600, grăsimi-56, acizi grași saturați-20, sare-4.2, zahăr-0

SHARHAT DE PUI



SHAWORMA DE PUI



Pui | Chicken

LEBANESE CUISINE

FAJITAS CU PUI | 250g *chef's choice* — **50 lei**
piept de pui, mozzarella, legume, condimente
chicken breast, mozzarella, vegetables, spices
valoare energetică(kcal)-377, grăsimi-10, acizi grași saturați-4.2, sare-2.3, zahăr-0

SHARHAT DE PUI | 300g — **55 lei**
piept de pui, sos de lămâie, coriandru, usturoi
chicken breast, lemon sauce, coriander, garlic
valoare energetică(kcal)- 444, grăsimi-54, acizi grași saturați-5, sare-2, zahăr-0

CROCHETE DE PUI CU LĂMÂIE | 200g — **45 lei**
piept de pui, pesmet, sos de lămâie, coriandru, usturoi
chicken breast, breadcrumb, lemon sauce, coriander, garlic
valoare energetică(kcal)-400, grăsimi-98, acizi grași saturați-4.4, sare-2, zahăr-0

RAS ASFOUR DE PUI | 200g — **55 lei**
piept de pui, ceapă, sos de rodii, ulei de măsline
chicken breast, onion, pomegranate sauce, olive oil
valoare energetică(kcal)- 408, grăsimi-12.2, acizi grași saturați-5 , sare-2.6, zahăr -1.2

SHAWORMA DE PUI | 300g — **65 lei**
piept de pui, 7 condimente, oţet, sos de usturoi, lămâie
chicken breast, 7 spices, vinegar, garlic sauce, lemon
valoare energetică(kcal)-454, grăsimi-11.2, acizi grași saturați-5.5, sare-2.2, zahăr-0

MĂRUNTAIE DE PUI | 250g — **40 lei**
măruntaie de pui, usturoi, lămâie, ulei de măsline
chicken giblets, garlic, lemon, olive oil
valoare energetică(kcal)-310, grăsimi-11.2, acizi grași saturați-4.6, sare-1, zahăr-0

FICĂŢEI DE PUI CU LĂMÂIE / RODIE | 250g — **45 lei**
ficăței de pui, lămâie/ rodie, usturoi, condimente, ulei de măsline
chicken liver, lemon, garlic, spices, olive oil
valoare energetică(kcal)-430, grăsimi-16.3, acizi grași saturați-6, sare-2.2, zahăr-0

RAS ASFOUR DE BERBEC



Berbec | Mutton

LEBANESE CUISINE

RAS ASFOUR DE BERBEC | 200g *chef's choice* **70 lei**

carne de berbec, sos de rodie, ceapă, usturoi, lămâie, ulei de măsline

mutton meat, pomegranate sauce, onion, garlic, lemon, olive oil

valoare energetică(kcal)-780, grăsimi-53, acizi grași saturați-15, sare-3.4, zahăr -1 .4

PASTRAMĂ DE BERBEC | 250g **60 lei**

carne de berbec, cimbru, boia de ardei iute

mutton meat, thyme, chilli powder

valoare energetică(kcal)- 760, grăsimi- 50.2, acizi grași saturați- 15.7, sare-5, zahăr-0

BERBEC CU LĂMÂIE | 250g **55 lei**

carne de berbec, sos de lămâie, 7 condimente

mutton meat, lemon sauce, 7 spices

valoare energetică(kcal)-786, grăsimi-54, acizi grași saturați-16.4, sare-3, zahăr-0

TOCĂNIŢĂ DE BERBEC | 300g **55 lei**

carne de berbec, ceapă, roşii, boia de ardei iute

mutton meat, onion, tomatoes, chilli powder

valoare energetică(kcal)-776, grăsimi-52.2, acizi grași saturați-11.6, sare-3.7, zahăr-2

Bucătăria tradițională libaneză este cunoscută pentru preparatele ce au la bază carnea de berbec. Este una dintre cele mai gustoase și sănătoase alimente. Bogată în proteine, vitamine, fosfor și magneziu, este o sursă perfectă pentru un plus de energie, pentru îmbunătățirea funcționării organelor interne și reprezintă și un afrodisiac natural. Descoperă farmecul preparatelor libaneze din carne de berbec și lasă-ți simțurile purtate pe tărâmuri orientale!



PULPĂ DE MIEL LA TAVĂ CU OREZ CARNE ȘI MIGDALE

Fel Principal | Main Course

MIEL LA TAVĂ CU OREZ, CARNE ŞI MIGDALE | 500g *chef's choice* — **120 lei**

carne de miel, orez, carne tocată de vițel, migdale, ceapă, morcov, ardei kapia, usturoi

lamb meat, rice, minced veal meat, almonds, onion, carrot, bell pepper, garlic

valoare energetică(kcal)-1100, grăsimi- 58, acizi grași saturați-19.6, sare-3, zahăr-0

PULPĂ DE MIEL LA TAVĂ CU OREZ 1500g/3000g — **275 lei/475 lei**

pulpă de miel, orez, carne tocată de vițel, migdale, usturoi, ulei de măsline

lamb thigh meat, rice, veal minced meat, almonds, garlic, olive oil

1500g: valoare energetică(kcal)-270 grăsimi-180 acizi grași saturați-30 sare-5.5 zahăr-0

3000g: valoare energetică(kcal)-5400 grăsimi -300 acizi grași saturați-50 sare-6 zahăr-0

COCOȘ LA CEAUN | 500g — **79 lei**

pui coquelet, pastă de usturoi

deepfried coquelet with garlic paste

valoare energetică(kcal) -760, grăsimi -33.2 , acizi grași saturați -9.4, sare-2, zahăr-0

LEBANESE CUISINE

DOVLECEL UMPLUT CU CARNE ŞI OREZ ÎN SOS DE ROŞII





TIGAIA BUCĂTARULUI

KAFTA IUTE LA TIGAIE





SĂRMĂLUȚE ÎN FOI DE VIȚĂ ȘI CARNE DE BERBEC

Specialități

LEBANESE CUISINE

DOVLECEL UMPLUT CU CARNE ŞI OREZ ÎN SOS DE ROŞII | 350g *chef's choice* — **75 lei**
dovlecel, carne tocată de vită și berbec, carne de berbec cu os, roșii, usturoi, mentă
courgette stuffed with rice and minced meat, mutton meat, tomatoes, garlic, mint
valoare energetică(kcal)-504, grăsimi-28 , acizi grași saturați-9.5, sare-3, zahăr-1.3

TIGAIA BUCĂTARULUI | 300g — **55 lei**
mușchi de vită, ouă | beef sirloin, eggs
valoare energetică(kcal) -584, grăsimi-29. 1, acizi grași saturați - 10, sare-3, zahăr-0

KAFTA IUTE LA TIGAIE CU SOS DE ROŞII | 300g — **65 lei**
carne tocată de vită şi berbec, ceapă, cartofi, sos de roșii, usturoi, lămâie, pătrunjel, ulei de măsline
beef and mutton minced meat, onion, potatoes, tomato sauce, garlic, lemon, parsley, olive oil
valoare energetică(kcal) -788, grăsimi -35.8, acizi grași saturați -12, sare-4, zahăr-1. 7

KAFTA CU TAHINI | 300g — **65 lei**
carne tocată de vită şi berbec, ceapă, cartofi, sos de roșii, usturoi, tahini, pătrunjel, ulei de măsline
beef and mutton minced meat, onion, potatoes, tomato sauce, garlic, tahini, parsley, olive oil
valoare energetică(kcal) -788, grăsimi -35.8, acizi grași saturați -12, sare-4, zahăr-1. 7

SĂRMĂLUŢE ORIENTALE | 250g — **60 lei**
carne tocată de vită și berbec, orez, menă, varză murată, usturoi, lămâie
beef and mutton minced meat, rice, mint, pickled cabbage, garlic, lemon
valoare energetică(kcal)-363, grăsimi-19.4, acizi grași saturați-5.2, sare- 4, zahăr-0

SĂRMĂLUŢE ÎN FOI DE VIŢĂ ȘI CARNE DE BERBEC | 300g — **65 lei**
carne tocată de vită și berbec, frunză de viță, carne de berbec
beef and mutton minced meat, vine leaf, mutton meat
valoare energetică(kcal)-504, grăsimi-26, acizi grași saturați-10.3 , sare-3.2, zahăr-1

FASOLE CU BERBEC ŞI OREZ | 500g — **75 lei**
fasole boabe, carne de berbec, orez, sos de roșii | mutton meat with beans and rice
valoare energetică(kcal)-441.5, grăsimi-20.4, acizi grași saturați-8, sare-2, zahăr-0



PLATOU CARNE CRUDĂ

Carne Crudă | Raw Meat

PLATOU CU CARNE CRUDĂ | 600g *chef's choice* — **150 lei**

Kebbe Nayyeh, Habra Nayyeh, Frake Nayyeh, legume

Kebbe Nayyeh, Habra Nayyeh, Frake Nayyeh, vegetables

valoare energetică(kcal)-1154, grăsimi -58.4, acizi grași saturați -16 , sare-6.4, zahăr-0

KEBBE NAYYEH | 200g — **65 lei**

carne tocată crudă de vită și berbec, ceapă, mentă, ardei iute

raw beef and mutton minced meat, onion, mint, chilli pepper

valoare energetică(kcal)-393.8, grăsimi-21.2, acizi grași saturați-8.4, sare-3, zahăr-0

HABRA NAYYEH | 200g — **65 lei**

carne tocată crudă de vită și berbec, pastă de usturoi

raw beef and mutton minced meat, garlic paste

valoare energetică(kcal)-380, grăsimi-18.2, acizi grași saturați-5, sare-3.2, zahăr-0

FRAKE NAYYEH | 200g — **65 lei**

carne tocată crudă de vită și berbec, ceapă, mentă

raw beef and mutton minced meat, onion, mint

valoare energetică(kcal)-380.8, grăsimi-19, acizi grași saturați-5, sare-2, zahăr-0

LEBANESE CUISINE



CREVEȚI CU SOS DE ROȘII ȘI CORIANDRU

Creveți

CREVEȚI CU SOS DE ROȘII ȘI CORIANDRU | 200g *chef's choice* — **75 lei**

creveți, roșii, coriandru, lămâie, usturoi, ulei de măsline

shrimps, tomatoes, coriander, lemon, garlic, olive oil

valoare energetică(kcal)-128.4, grăsimi-5.5, acizi grași saturați-2, sare-2.5, zahăr-1 .3

CREVEŢI CU SOS DE LĂMÂIE | 200g — **75 lei**

creveți, lămâie

shrimps, lemon

valoare energetică(kcal)-116, grăsimi-3.2, acizi grași saturați-1.2, sare-2, zahăr-0

CREVEȚI CU ANGHINARE ÎN SOS ALB | 200g — **75 lei**

creveți, anghinare, smântână

shrimps, artichoke, cream

valoare energetică(kcal)-180.6, grăsimi-93, acizi grași saturați-3.2, sare-2.2, zahăr-0

LEBANESE CUISINE

MIXT GRILL



Grill

MIXT GRILL | 250g *chef's choice* — **150 lei**

carne de pui, carne de berbec, kafta libaneză | chicken meat, mutton meat, lebanese kafta

valoare energetică(kcal)-384.2 , grăsimi-22.4, acizi grași saturați-10, sare-3, zahăr-0

COTLET DE BERBEC | 250g — **100 lei**

carne de berbec, condimente | mutton chops, spices

valoare energetică(kcal) -535, grăsimi -21.4, acizi grași saturați -8.4, sare-3, zahăr-0

FRIGĂRUI DE BERBEC | 250g — **85 lei**

carne de berbec, condimente | mutton meat, spices

valoare energetică(kcal) -500, grăsimi -20, acizi grași saturați -7.2, sare-2.2, zahăr-0

FRIGĂRUI DE VITĂ | 250g — **80 lei**

carne de vită, condimente | beef meat, spices

valoare energetică(kcal) -517, grăsimi -17, acizi grași saturați-7, sare-2, zahăr-0

SHARHAT DE BERBEC | 250g — **90 lei**

carne de berbec, condimente | mutton meat, spices

valoare energetică(kcal)-542, grăsimi-22.2, acizi grași saturați-9.1, sare-3, zahăr-0

KAFTA LIBANEZĂ | 250g — **75 lei**

carne tocată de berbec și vită, pătrunjel, ceapă | mutton and beef minced meat, parsley, onion

valoare energetică(kcal)- 360.6, grăsimi-17, acizi grași saturați-5, sare-2.2, zahăr-0

ADANA KEBAB | 250g — **75 lei**

carne tocată de vită și berbec, ceapă, ardei iute, 7 condimente

beef and mutton minced meat, onion, hot pepper, 7 spices

valoare energetică(kcal)-374, grăsimi-19, acizi grași saturați-6, sare-2. 1, zahăr-0

LEBANESE CUISINE



FRIGĂRUI DE PUI

Grill

COCOȘ LA GRĂTAR | 350g *chef's choice* — **90 lei**
pui coquelet, pastă de usturoi | coquelet, garlic sauce
valoare energetică(kcal)-458, grăsimi-13.6, acizi grași saturați-4.8, sare-3, zahăr-0

ARIPIOARE DE PUI PICANTE | 250g — **65 lei**
aripioare de pui, pastă de usturoi, boia de ardei iute | chicken wings, garlic sauce, chilli powder
valoare energetică(kcal)-517, grăsimi-25.2, acizi grași saturați-10.1, sare-3.3, zahăr -1.2

ARIPIOARE DE PUI GLAZURATE BBQ | 380g — **65 lei**
aripioare de pui, unt, sos BBQ | chicken wings, butter, BBQ sauce
valoare energetică(kcal)-517, grăsimi-25.2, acizi grași saturați-10.1, sare-3.3, zahăr -1.2

FRIGĂRUI DE PUI | 250g — **65 lei**
piept de pui, pastă de usturoi | chicken breast, garlic sauce
valoare ***energetică(kcal)- 315, grăsimi-1 0.3, acizi grași saturați-4, sare-2, zahăr-0***

PUI LA JAR | 550g — **85 lei**
pui dezosat, pastă de usturoi | boneless chicken, garlic sauce
valoare energetică(kcal)-720.5, grăsimi-19.8, acizi grași saturați-7.2, sare-24, zahăr-0

LEBANESE CUISINE

PIZZA ORIENTALĂ CU PESTO ȘI HALLOUMI



PIZZA ORIENTALĂ CU BRÂNZĂ ȘI PĂTRUNJEL



LAHM BI AJEEN



RULOURI CU HALLOUMI



Produse la cuptor | Baked goods

LEBANESE CUISINE

LAHM BI AJEEN | 200g *chef's choice* **50 lei**

plăcintă subțire cu mix carne tocată vită și miel, roșii, condimente orientale

thin pie with minced beef and lamb, tomatoes, oriental spices

valoare energetică(kcal)- 134.10, grăsimi-3.42, acizi grași saturați- 1.78, Glucide: 13.60., din care Zaharuri: 2.48, Proteine: 11.73, Fibre: 1.10 gr, Sare: 0.10 g

MANAKISH ZA'ATAR | 150g **35 lei**

blat cu za'atar și ulei | top with za'atar and oil

valoare energetică(kcal)- 402.78, grăsimi-19.21, acizi grași saturați-2.89, Glucide: 47.83 din care Zaharuri: 1.79, Proteine: 8.76, Fibre: 1.66, Sare: 3.17

PIZZA ORIENTALĂ CU BRÂNZĂ ȘI PĂTRUNJEL | 200g **40 lei**

aluat, brânză, pătrunjel | dough, cheese, parsley

valoare energetică(kcal)- 160, grăsimi-3.42, acizi grași saturați- 1.78, Glucide: 13.60., din care Zaharuri: 2.48, Proteine: 11.73, Fibre: 1.10 gr, Sare: 0.10 g

PIZZA ORIENTALĂ CU PESTO ȘI HALLOUMI | 200g **50 lei**

aluat, brânză halloumi, sos pesto, ulei de măsline

dough, halloumi cheese, spesto sauce, olive oil

valoare energetică(kcal)- 162, grăsimi-3.46, acizi grași saturați- 1.78, Glucide: 13.60., din care Zaharuri: 2.48, Proteine: 11.73, Fibre: 1.10 gr, Sare: 0.10 g

MARKUK **15 lei**

lipie tradițional libaneză la "saj" | traditional Lebanese lipie cooked at "saj"

valoare energetică(kcal)- 315.53, grăsimi: 3.09, acizi grași saturați: 1.77, Glucide: 61.68, din care Zaharuri: 4.84, Proteine: 8.77, Fibre: 2.86, Sare: 0.01 gr

SFIHA | 200g(6 buc) **41 lei**

aluat de plăcintă cu carne tocată | pie dough, mincemeat

valoare energetică(kcal)-184.43, grăsimi:, acizi grași saturați: 2.62, Glucide: 21.72, din care Zaharuri: 8.74, Proteine: 13.15, Fibre: 0.42, Sare: 0.30 gr

RULOURI CU HALLOUMI | 200g(6 buc) **41 lei**

aluat de plăcintă, brânză halloumi | pie dough, halloumi cheese

valoare energetică(kcal)-184.43, grăsimi:, acizi grași saturați: 2.62, Glucide: 21.72, din care Zaharuri: 8.74, Proteine: 13.15, Fibre: 0.42, Sare: 0.30 gr

OREZ CU MIGDALE ȘI CARNE



BULGUR



Garnituri | Side Dishes

LEBANESE CUISINE

OREZ CU MIGDALE ȘI CARNE | 250g *chef's choice* — **35 lei**

orez, carne, migdale, 7 condimente

rice, meat, almonds, 7 spices

valoare energetică(kcal)-480, grăsimi-12.2, acizi grași saturați -5, sare-2.2, zahăr-0

OREZ ORIENTAL CU FIDEA | 200g — **35 lei**

orez, fidea | rice, noodles

valoare energetică(kcal)-424, grăsimi-10, acizi grași saturați-3.5, sare-1 .6, zahăr-0

OREZ CU LEGUME / CIUPERCI | 200g — **35 lei**

orez, legume mexicane, condimente

rice, mexican vegetables, spices

valoare energetică(kcal)-388.6, grăsimi-94, acizi grași saturați-3.2, sare-1 .4, zahăr-0

OREZ SIMPLU | 200g — **35 lei**

orez, sare

rice, salt

valoare energetică(kcal)-314, grăsimi-2.2, acizi grași saturați-0, sare-1, zahăr-0

OREZ CU SCORȚIȘOARĂ ÎN SOS DE PUI | 200g — **35 lei**

orez, supă de pui, scorțișoară

rice, chicken sauce, cinnamon

valoare energetică(kcal) -406, grăsimi-7, acizi grași saturați -3, sare- 1. 8, zahăr-0

BULGUR | 200g — **35 lei**

bulgur, roșii, ceapă, suc de roșii, ulei de măsline

bulgur, tomatoes, onion, tomato juice, olive oil

valoare energetică(kcal) -166.6 , grăsimi-2, acizi grași saturați-0, sare -1.3, zahăr-0

BATATA HARA



CARTOFI CU CEAPĂ, ROŞII ŞI TRUFE



Garnituri | Side Dishes

BATATA MACLUBE | 200g *chef's choice* — **35 lei**

cartofi, ulei de măsline

potatoes, olive oil

valoare energetică(kcal)-204, grăsimi- 3.2, acizi grași saturați -1.1, sare-2, zahăr-0

BATATA HARA | 200g — **38 lei**

cartofi, ulei de măsline, usturoi, fulgi de ardei roșu

potatoes, olive oil, garlic, crushed red pepper

valoare energetică(kcal)-223.2, grăsimi-4.1, acizi grași saturați-1.2, sare-2, zahăr-0

CARTOFI PRĂJIŢI CU BRÂNZĂ RASĂ | 200g — **35 lei**

cartofi, brânză de vacă, sare

potatoes, cow cheese, salt

valoare energetică(kcal)-368, grăsimi-1 0.6, acizi grași saturați-5, sare-3.5, zahăr-0

CARTOFI CU CEAPĂ, ROŞII ŞI TRUFE | 200g — **40 lei**

cartofi, ceapă, roşii, trufe, condimente

potatoes, onion, tomatoes, truffles, spices

valoare energetică(kcal)-526, grăsimi-1 0.6, acizi grași saturați -3.6, sare-3.4, zahăr-0

Topping | Side Dishes

SOS DE TRUFE 50g | 10 lei

MOZARELLA 50g | 10 lei

SOS TARATOR 50g | 10 lei

SOS DE USTUROI 50g | 10 lei

SOS DE RODIE 50g | 10 lei

SOS SWEET CHILLI 50g | 10 lei

MAIONEZĂ PICANTĂ 50g | 10 lei

SOS DE MIGDALE 50g | 10 lei

LEBANESE CUISINE



BORȘ DE MIEL

Supe | Soups

BORȘ DE MIEL | 400g — **40 lei**
carne de miel, ardei kapia, ceapă, morcov, țelină
lamb meat, bell pepper, onion, carrot, celery
valoare energetică(kcal)-236.8, grăsimi-14, acizi grași saturați -2.3, sare-2.3, zahăr-0

SUPĂ CLARĂ DE VIȚEL | 400g — **35 lei**
carne de vițel, morcov, ceapă, țelină, păstârnac, pătrunjel, fidea, sare, piper
veal meat, carrot, onion, celery, parsnip, parsley, noodles, salt, pepper
valoare energetică(kcal) -220, grăsimi-8.6, acizi grași saturați-2.1, sare-2, zahăr-0

SUPĂ DE PUI DE CASĂ | 400g — **35 lei**
pui, fidea, ceapă, ardei kapia, țelină, păstârnac, pătrunjel, sare, piper
chicken meat, noodles, onion, bell pepper, celery, parsnip, parsley, salt, pepper
valoare energetică(kcal)-150, grăsimi-12, acizi grași saturați-4.3, sare-2, zahăr-0

SUPĂ DE LINTE | 400g — **35 lei**
linte, ceapă, usturoi, chimen
lentil, onion, garlic, cumin
valoare energetică(kcal)-173, grăsimi-5, acizi grași saturați- 1.4, sare-1.1, zahăr-0

LEBANESE CUISINE





International Cuisine

SPAGHETTI ARABIATTA



BURGER PREMIUM SMASHED

