tamu sana

african cuisine catering

Mittagskarte

HERZLICH WILLKOMMEN!

KARIBU!

TASTE IT! Afropean deliciousness FEEL IT!

Wenn Sie diese Seite aufschlagen, befinden Sie sich bereits auf einer kulinarischen Reise durch die (ost-)afrikanische Küche.

Unser Anliegen ist es, Ihnen auf eine natürliche, einfache und offene Art die Kultur Ostafrikas näher zu bringen.

Dabei achten wir auch stets darauf, Ihnen qualitative, frische, regionale und BIO-Produkte anzubieten.

Entdecken Sie hier in unserem Lokal die ostafrikanische Lebensart und schmecken Sie ein Stück Sonne, Freu(n)de, Gelassenheit und besondere Gastfreundschaft.

Ihr tamu sana-Team

UNSERE PARTNERiNNEN

- Unser Fleisch, Eier, Schnaps, Honig: Familie Kreil aus Weng im Innkreis (OÖ)
- Fruchtsäfte und Offene Weine: Familie Heiderer-Mayer Niederösterreich
- Bio-Gemüse (nach Verfügbarkeit): Gruber aus St. Florian (OÖ)
- Schnaps: HiGiZa Lembach im Mühlkreis

UNSER ANLIEGEN

Wir sind Klimabündnis Betrieb

Klimabündnis: Wir sind Mitglied des größten kommunalen Klimaschutz-Netzwerks Österreichs

foodsharing

Foodsharing: Nahrung ist kostbar, daher sind wir sehr bemüht so wenig Überschuss wie möglich zu erzeugen. Des Weiteren kooperieren wir mit Foodsharing, denen wir regelmäßig nicht konsumierte Lebensmittel und Speisen zur Verfügung stellen.

AT-BIO-301 EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft

BIO und Nachhaltigkeit: Da uns die Arbeit mit nachhaltigen und biologischen Produkten ein großes Anliegen ist, wurden unsere eigenen tamu sana Gewürzmischungen kreiert, die BIO zertifiziert sind.

VORSPEISEN

zum Teilen … oder auch nicht

SAMBUSA + 2 DIPS (A/N) — 3,00 €

Gefüllte Teigtaschen mit wahlweise Faschiertem,
Spinat und Schafskäse,
Kartoffel und Lauch,
oder Currylinsen (M)

Dazu 2 Dips

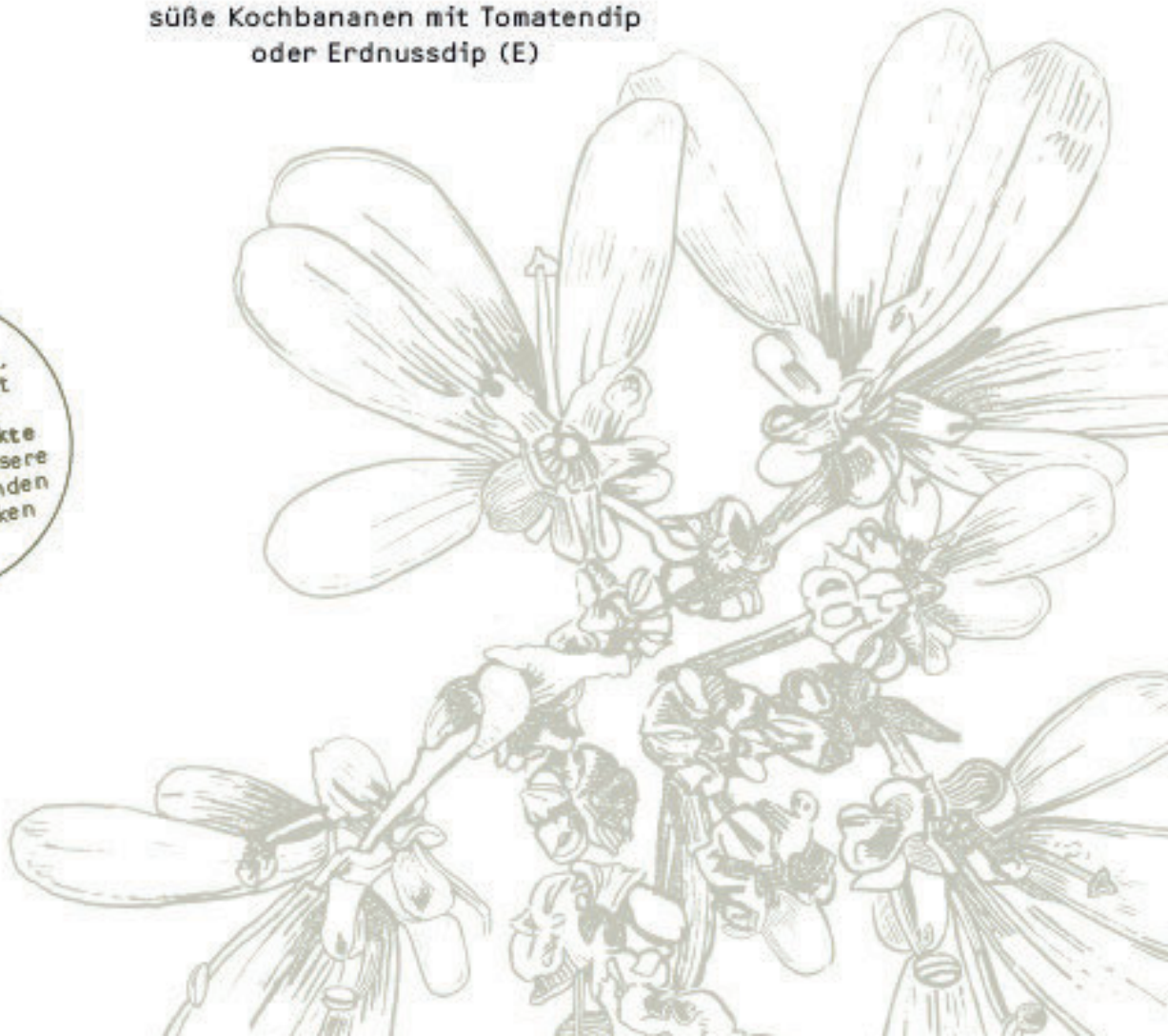
SAMBUSATELLER (A/N) — 8,50 €

2 Sambusa + 2 Dips + tamu sanas Haussalat
Max. 2 weitere Sambusa je 2,50 €

PLANTINE BOKOBOKO — 5,90 €

süße Kochbananen mit Tomatendip
oder Erdnussdip (E)

Es ist ein großes Anliegen, nach Möglichkeit **BIO-** und/oder **regionale Produkte** zu verwenden. Unsere PartnerInnen finden Sie auf der linken Seite.



Mittagsmenü

Dienstag Mittwoch

MITTAGSMENÜ= Mittagsbuffet bestehend aus Suppe & Salat 3 Mittagsgerichten mit Reis und Couscous **12,50 €**

DIENSTAG

Mafe na Mboga(E)
Süßkartoffel mit frischem Gemüse in würziger Erdnusssauce

Mboga na Nyama (M)
Hühnerfleisch mit frischem Gemüse in feiner Kokoscurrysauce

Überraschungsgericht

MITTWOCH

Mboga na Viazi
Kartoffel mit weiterem Gemüse in würziger Kokoscurrysauce

Maharage na Nyama
Über Nacht eingelegte getrocknete Bohnen mit Bio-Rindfleisch, frischem Spinat und Gemüse, in Tomatensauce aufgekocht

Überraschungsgericht

Änderungen vorbehalten!

Mittagsmenü

Donnerstag Freitag

MITTAGSMENÜ= Mittagsbuffet bestehend aus Suppe & Salat
3 Mittagsgerichten mit Reis und Couscous **12,50 €**

DONNERSTAG

Ndengu
Linsen mit fein geschnittenem Gemüse in feiner Kokoscurrysauce
Mafe(E)
Hühnerfleisch mit gewürfelten Karotten in würziger Erdnusssauce

Überraschungsgericht

FREITAG

Maharage na Mboga
Über Nacht eingelegte getrocknete Bohnen mit frischem Spinat und Gemüse,

Boulett
in Tomatensauce aufgekocht
Fleischbällchen aus Bio-Rinderfaschiertem gewürzt mit tamu sanas Gewürzmischung in feiner Tomatensauce

Überraschungsgericht

Änderungen vorbehalten!

Es ist uns ein großes Anliegen, nach Möglichkeit **BIO- und/oder regionale Produkte** zu verwenden. Einige unserer PartnerInnen finden Sie auf der ersten Seite.

SWEETS

MANDAZI (A/C) – 3,50/2,50 €

Warme Bananen-Germteigbällchen mit Schokosauce
mit/ohne Eis

SCHOKO-BROWNIE (C/G) – 3,90/2,90 €

Schokokuchen zubereitet mit Vollrohrzucker und Reismehl,
mit/ohne Eis

DATTELMOUSSE MIT FRISCHEN FRÜCHTEN – 3,50 €

Dattelmousse mit Bananen und Kakao, dazu frische Früchte und Mandeln.
Vegan, natürlich gesüßt

TASTE IT! Afropean deliciousness FEEL IT!

Dieses Dessert wird mit unserer **tamu sana BIO Gewürzmischung** kreiert, die für euch im Restaurant erhältlich ist.

GETRÄNKE

ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

Zu unseren Fruchtsäften servieren wir gern eine kleine Karaffe Wasser.

- **Apfel-Holundersaft** 0,25l (Weingut Heiderer-Mayer) 3,90 €
- **Apfelsaft** 0,25l (Weingut Heiderer-Mayer) 3,90 €
- **Birnensaft** 0,25l (Weingut Heiderer-Mayer) 3,90 €
- **Marillennektar** 0,25l (Weingut Heiderer-Mayer) 3,90 €
- **Johannisbeernektar** 0,25l (Weingut Heiderer-Mayer) 3,90 €
- **Makava Eistee** 0,33l 3,50 €
- **Guiness Malta** (alkoholfrei) 4,10 €
- **Tirola Kola** 0,33l 3,50 €
- **Pedacola** 0,33l/0,5l 3,70 / 4,00 €
  Kräutersirup aus Colakraut aus dem Mühlviertel, 100% natürliche Zutaten
- **Mineral** 0,33l 2,50 €
- **Soda Zitrone** 0,33l/0,5l 3,00 / 3,50 €
- **Soda** 0,33l/0,5l 2,40 / 2,80 €

HEISSE GETRÄNKE

CHAI MASALA

Chai mit / ohne Milch 4,40 / 4,00 €
ruandischer Schwarztee mit Gewürzen, Fairtrade

- **Tee Sonnentor bio** 4,00 €
- **tamu sana's Ingwertee** 4,00 €
- **Verlängerter** 3,30 €
- **Espresso** 2,90 €
- **Milch** 0,40 €

TASTE IT! Afropean deliciousness FEEL IT!

Dieses Getränk wird mit unserer **tamu sana BIO Gewürzmischung** kreiert, die für euch im Restaurant erhältlich ist.

tamu sana

african cuisine catering

Mag^a Monique Muhayimana
Kirchengasse 6
4040 Linz
Telefon: +43 732 711095
eMail: reservierung@tamusana.at
Cateringanfragen: catering@tamusana.at

Öffnungzeiten

Dienstag – Freitag: 11:30 – 14 Uhr, 17 – 22 Uhr
Samstag: 17 – 22 Uhr