



Masala Dabba

TASTE OF INDIA



VORSPEISEN

1	Delhi Samosa 2x Teigtaschen, gefüllt mit Gemüse, auf Salatbouquet & Mango-Chutney	6,90 € 🔥🔥🔥	2	Bombay Rolls 2x Teigrollen, gefüllt mit Gemüse, auf Salatbouquet & Mango-Chutney	6,90 € 🔥🔥🔥
3	Chennai Rolls 2x Teigrollen, gefüllt mit Rindfleisch, auf Salatbouquet & Mango-Chutney	7,90 € 🔥🔥🔥	4	Jaipur Pakora Knusprig frittiertes Gemüse umhüllt in Teig aus Kichererbsenmehl & Mango-Chutney	6,90 € 🌱🌱🔥🔥🔥
5	Goa Chicken 65 marinierte & frittierte Hähnchenbrustfilets mit Manchurian-Dip	7,90 € ★🔥🔥🔥	6	Madurai Gobi 65 marinierte & frittierte Blumenkohlrischen mit Manchurian-Dip	6,90 € ★🔥🔥🔥
7	Kaveri Chicken klare Suppe mit Hähnchen, Ei, Brokkoli & Lauch	6,90 € 🌱🔥🔥🔥	8	Indus Daal rote Linsensuppe mit Bohnen, Karotten & Blumenkohl	6,90 € 🌱🌱🔥🔥🔥

SOUS - VIDE

Unser Highlight ★

Alle Fleischsorten werden mit Masalagewürzen mariniert, unter Vakuum schonend gegart, kurz geröstet und mit einer Sauce, Papadam sowie Beilage Ihrer Wahl serviert. Stellen Sie Ihr Wunschgericht zusammen & erleben Sie das volle Aroma ohne Verlust von wichtigen Geschmacks- und Nährstoffen.

Fleisch

21	Chicken	15,90 €
22	Beef	17,90 €
23	Lamb	18,90 €

Sauce

a	Tikka	<i>pikante Curry-Sahne-Sauce (+1,00€)</i>
b	Saag	<i>milde Spinat-Sahne-Sauce</i>
c	Chili	<i>scharfe Chili-Masala-Sauce</i>
d	Karahi	<i>Tomaten-Knoblauch-Ingwer-Sauce</i>
e	Korma	<i>milde Kokos-Sahne-Sauce</i>
f	Makhani	<i>pikante Curry-Sahne-Butter-Sauce (+2,00€)</i>

Beilage

w	Basmati-Reis
x	Parotta
y	Garlic Naan
z	Naan

Eine Allergenliste liegt für Sie an der Theke bereit. Alle Preisangaben in Euro inkl. MwSt.

🌱 Veganes Gericht

🌱 Glutenfreies Gericht

★ Unsere Empfehlung in der jeweiligen Kategorie

🔥🔥🔥 Schärfegrad (u.a. repräsentativ nach Gästebefragung)

THALI

Erleben Sie mit diesem Gericht eine kleine Vielfalt der indischen Küche.
Alle Gerichte werden in kleinen Kupferschalen auf einem runden Tablett mit **Basmatireis, Parotta & Raita** serviert.

31 **Meat & Gambas Thali**
Hähnchen, Rind, Lamm & Riesengarnelen
in verschiedenen Currys

19,90 €

32 **Vegetable Thali**
wechselndes Gemüse in verschiedenen
Currys

17,90 €



33 **Mixed Thali**
Hähnchen, Riesengarnelen & wechselndes
Gemüse in verschiedenen Currys

18,90 €



BIRYANI

Unsere Biryani-Platte ist ein herzhaftes Reisgericht, das mit aromatischen Masalagewürzen geröstet wird.
Alle Gerichte kommen, neben dem in einem Kupfertopf servierten **Reisgericht**, mit **Egg-Chili-Masala & Raita**.

41 **Chicken Biryani**
herzhaftes Reisgericht mit Hähnchen,
Egg-Chili-Masala & Raita

16,90 €



42 **Chicken Biryani Special**
herzhaftes Reisgericht mit Hähnchen,
Egg-Chili-Masala, Chicken 65 & Raita

19,90 €



43 **Beef Biryani**
herzhaftes Reisgericht mit Rind,
Egg-Chili-Masala & Raita

18,90 €



44 **Lamb Biryani**
herzhaftes Reisgericht mit Lamm,
Egg-Chili-Masala & Raita

19,90 €



45 **Gambas Biryani**
herzhaftes Reisgericht mit großen Black-
Tiger-Garnelen, Egg-Chili-Masala & Raita

20,90 €



46 **Vegetable Biryani**
herzhaftes Reisgericht mit Gemüse,
Egg-Chili-Masala & Raita

15,90 €



Masala Dabba
TASTE OF



CHICKEN

Alle Hähnchengerichte werden in einer Kupferbowle mit **Basmatireis & Papadam** serviert.

51	Grilled-Chicken Tikka Sous-Vide: Hähnchenfilets gegart & gegrillt in einer pikanten Curry-Sahne-Sauce	16,90 € ★ 🍴🍴	52	Cooked-Chicken Saag saftig gekochte Hähnchenfilets in einer milden Spinat-Sahne-Sauce	14,90 € 🍴🍴
53	Cooked-Chicken Chili saftig gekochte Hähnchenfilets in einer scharfen Chili-Masala-Sauce	14,90 € G 🍴🍴	54	Cooked-Chicken Karahi saftig gekochte Hähnchenfilets in einer Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Sauce	14,90 € G 🍴🍴
55	Cooked-Chicken Korma saftig gekochte Hähnchenfilets in einer milden Kokos-Sahne-Sauce	14,90 € 🍴🍴	56	Cooked-Chicken Sabji saftig gekochte Hähnchenfilets mit Gemüse in einer pikanten Curry-Sauce	16,90 € 🍴🍴

BEEF

Alle Rindfleischgerichte werden in einer Kupferbowle mit **Basmatireis & Papadam** serviert.

61	Grilled-Beef Tikka Sous-Vide: Rindfleisch gegart & gegrillt in einer pikanten Curry-Sahne-Sauce	18,90 € ★ 🍴🍴	62	Cooked-Beef Saag saftig gekochtes Rindfleisch in einer milden Spinat-Sahne-Sauce	16,90 € 🍴🍴
63	Cooked-Beef Chili saftig gekochtes Rindfleisch in einer scharfen Chili-Masala-Sauce	16,90 € G 🍴🍴	64	Cooked-Beef Karahi saftig gekochtes Rindfleisch in einer Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Sauce	16,90 € G 🍴🍴
65	Cooked-Beef Korma saftig gekochtes Rindfleisch in einer milden Kokos-Sahne-Sauce	16,90 € 🍴🍴	66	Cooked-Beef Sabji saftig gekochtes Rindfleisch mit Gemüse in einer pikanten Curry-Sauce	18,90 € 🍴🍴

LAMB

Alle Lammfleischgerichte werden in einer Kupferbowle mit **Basmatireis & Papadam** serviert.

71	Grilled-Lamb Tikka Sous-Vide: Lammfleisch gegart & gegrillt in einer pikanten Curry-Sahne-Sauce	19,90 € ★ 🍴🍴	72	Cooked-Lamb Saag saftig gekochtes Lammfleisch in einer milden Spinat-Sahne-Sauce	17,90 € 🍴🍴
73	Cooked-Lamb Chili saftig gekochtes Lammfleisch in einer scharfen Chili-Masala-Sauce	17,90 € G 🍴🍴	74	Cooked-Lamb Karahi saftig gekochtes Lammfleisch in einer Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Sauce	17,90 € G 🍴🍴
75	Cooked-Lamb Korma saftig gekochtes Lammfleisch in einer milden Kokos-Sahne-Sauce	17,90 € 🍴🍴	76	Cooked-Lamb Sabji saftig gekochtes Lammfleisch mit Gemüse in einer pikanten Curry-Sauce	19,90 € 🍴🍴

GAMBAS

Alle Gambasgerichte (Riesen-Black-Tiger) werden in einer Kupferbowle mit **Basmatireis** & **Papadam** serviert.

81	Grilled-Gambas Tikka marinierte & gegrillte Riesengarnelen in einer pikanten Curry-Sahne-Sauce	20,90 € ★ 🍴 🍴	82	Grilled-Gambas Saag marinierte & gegrillte Riesengarnelen in einer milden Spinat-Sahne-Sauce	19,90 € 🍴 🍴
83	Grilled-Gambas Chili marinierte & gegrillte Riesengarnelen in einer scharfen Chili-Masala-Sauce	19,90 € G 🍴 🍴	84	Grilled-Gambas Karahi marinierte & gegrillte Riesengarnelen in einer Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Sauce	19,90 € G 🍴 🍴
85	Grilled-Gambas Korma marinierte & gegrillte Riesengarnelen in einer milden Kokos-Sahne-Sauce	19,90 € 🍴 🍴	86	Grilled-Gambas Sabji marinierte & gegrillte Riesengarnelen mit Gemüse in einer pikanten Curry-Sauce	20,90 € 🍴 🍴

VEGETABLE

Alle vegetarischen Gerichte werden in einer Kupferbowle mit **Basmatireis** & **Papadam** serviert.

91	Vegetable Tikka knackig gekochtes Gemüse in einer pikanten Curry-Sahne-Sauce	15,90 € ★ 🍴 🍴	92	Vegetable Karahi knackig gekochtes Gemüse in einer Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Sauce	13,90 € G V 🍴 🍴
93	Vegetable Chili knackig gekochtes Gemüse in einer scharfen Chili-Masala-Sauce	13,90 € G V 🍴 🍴	94	Vegetable Korma knackig gekochtes Gemüse in einer milden Kokos-Sahne-Sauce	13,90 € 🍴 🍴
95	Chana Masala Kichererbsen, Zwiebeln, Kokosnussstücke & Koriander in Kokos-Masala-Sauce	14,90 € 🍴 🍴	96	Paneer Masala indischer Frischkäse aus Kuhmilch mit einer Sauce nach Wahl (s. Saucen, Tikka +1,00€)	16,90 €

SPICE 'N' MORE

Cremige Butter-Currys & würzige Pfannengerichte mit **Basmatireis** & **Papadam**.

101	Makhani Butter Chicken Sous-Vide: Hähnchenfilets gegart & gegrillt in einer pikanten Curry-Sahne-Butter-Sauce	17,90 € 🍴 🍴	102	Makhani Butter Paneer indischer Frischkäse aus Kuhmilch in einer pikanten Curry-Sahne-Butter-Sauce	17,90 € 🍴 🍴
103	Chicken Pirattal in Chili-Karahi gemischtes Pfannengericht mit Zwiebeln & Hähnchen	14,90 € G 🍴 🍴	104	Beef Pirattal in Chili-Karahi gemischtes Pfannengericht mit Zwiebeln & Rind	16,90 € G 🍴 🍴
105	Lamb Pirattal in Chili-Karahi gemischtes Pfannengericht mit Zwiebeln & Lamm	17,90 € G 🍴 🍴			

SAUCEN

- | | | | | | |
|-----|--|--------------------|-----|---|--------------------|
| 111 | Tikka
pikante Curry-Sahne-Sauce | 7,90 €
★ 🌶️🌶️ | 112 | Saag
milde Spinat-Sahne-Sauce | 6,90 €
🌶️🌶️ |
| 113 | Chili
scharfe Chili-Masala-Sauce | 6,90 €
G V 🌶️🌶️ | 114 | Karahi
Tomaten-Sauce mit Zwiebeln, Knoblauch & Ingwer | 6,90 €
G V 🌶️🌶️ |
| 115 | Korma
milde Kokos-Sahne-Sauce | 6,90 €
🌶️🌶️ | 116 | Makhani
pikante Curry-Sahne-Butter-Sauce | 8,90 €
🌶️🌶️ |

BEILAGEN

- | | | | | | |
|-----|--|---------------|-----|---|-------------|
| 121 | Basmati-Reis
aromatischer Duftreis vom Fuße des Himalayas, serviert im Kupfertopf | 3,90 €
G V | 122 | Parotta
in Schichten gefaltetes Fladenbrot aus Weizenmehl, serviert im Kupferkorb | 3,90 € |
| 123 | Garlic Naan
einschichtiges Fladenbrot aus Weizenmehl und Knoblauch, serviert im Kupferkorb | 3,90 € | 124 | Naan
einschichtiges Fladenbrot aus Weizenmehl, serviert im Kupferkorb | 3,90 € |
| 125 | Papadam
frittierte Teigfladen aus Urbohnenmehl | 2,90 €
G V | 126 | Raita
Joghurt-Dip mit Gurken, Zwiebeln, Tomaten & Koriander | 2,90 €
G |

NACHSPEISEN







- | | | | | | |
|-----|---|-------------|-----|---|-------------|
| 131 | Gulab Jamun
frittierte Milchbällchen in aromatisiertem Zuckersirup | 5,90 € | 132 | Mysore Payasam
Pudding nach ayurvedischer Art aus Tapiokaperlen, Rosinen & Cashewnüssen | 5,90 €
G |
| 133 | Kashmir Kesari
Grießbrei aus Rohrzucker, Kardamom, Ghee, Rosinen & Cashewnüssen | 5,90 € | 134 | Mango Kulfi
Sahnedessert nach indischer Art mit püriertem Mango, Kardamom & Pistazien | 6,90 €
G |
| 135 | Nanban Thattu
gemischte Platte mit Gulab Jamun, Payasam & Kesari | 9,90 €
★ | | | |

GETRÄNKE

KALTGETRÄNKE

Sprudel (Gerolsteiner)	0,25 l	2,90 €	Spezi	0,25 l	2,90 €
Still (Gerolsteiner)	0,25 l	2,90 €	Apfelschorle	0,25 l	2,90 €
Flasche Sprudel (Gerolsteiner)	0,75 l	6,90 €	Apfelsaft (Betrams)	0,2 l	3,30 €
Flasche Still (Gerolsteiner)	0,75 l	6,90 €	Orangensaft (Betrams)	0,2 l	3,30 €
Mango Lassi (hausgemacht)	0,2 l 	4,50 €	Mangosaft	0,25 l	3,50 €
Salt Lassi (hausgemacht)	0,2 l 	2,90 €	Eistee Pfirsich	0,25 l	3,30 €
Coca-Cola	0,25 l	2,90 €	Eistee Zitrone	0,25 l	3,30 €
Coca-Cola Zero	0,25 l	2,90 €	Ginger Ale	0,2 l	3,50 €
Sprite	0,25 l	2,90 €	Bitter Lemon	0,2 l	3,50 €
Fanta	0,25 l	2,90 €	Tonic Water	0,2 l	3,50 €

BIERE & WEINE

Kingfisher (indisches Importbier)	0,33 l 	4,90 €	Indischer Weißwein	0,2 l 	6,50 €
Namaste (indisches Importbier)	0,33 l 	4,90 €	Indischer Rotwein	0,2 l 	6,50 €
Cobra (indisches Importbier)	0,33 l 	4,90 €	Indischer Rosé	0,2 l 	6,50 €
Bitburger (Premium Draft Fass)	0,3 l	3,30 €	Weißwein	0,2 l	5,50 €
Bitburger 0,0%	0,33 l	3,30 €	Rotwein	0,2 l	5,50 €
Radler	0,3 l	3,30 €	Rosé	0,2 l	5,50 €
Malzbier (aus der Region)	0,33 l	3,30 €	Lillet Berry	0,2 l	6,90 €
Erdinger	0,5 l	4,90 €	Aperol Spritz	0,2 l	6,90 €
Erdinger 0,0%	0,5 l	4,90 €			

Flaschenwein auf Anfrage

SPIRITUOSEN

Indri Trini (indischer Whiskey)	2 cl 	4,90 €	Glenfiddich	2 cl	3,90 €
Jaisalmer (indischer Gin)	2 cl 	4,90 €	Hennessy	2 cl	4,90 €
Amrut (indischer Rum)	2 cl 	3,90 €	Rémy Martin	2 cl	4,90 €
Mango Shot (indischer Likör)	2 cl 	3,50 €	Absolut Wodka	2 cl	2,90 €
Ramazotti	2 cl	2,90 €	Beluga Wodka	2 cl	4,90 €
Grappa	2 cl	2,90 €	Gin Mare	2 cl	4,90 €
Chivas Regal	2 cl	3,90 €			

und viele weitere Sorten im Thekenregal

WARME GETRÄNKE

Kaffee	2,90 €	Cappuccino	3,30 €
Espresso	2,90 €	Latte Macchiato	3,90 €
Doppelter Espresso	3,90 €	Tee (verschiedene Sorten)	2,50 €



HERZLICHEN DANK FÜR IHREN BESUCH

CURRY...

... **schützt die Körperzellen:** Im Grunde besteht jedes Currygewürz aus mehreren verschiedenen Gewürzen. Typisch vor allem sind Kurkuma, Pfeffer, Chili, Kardamom, Piment, Zimt, Nelken, Muskatnuss und Koriander - also alles Gewürze mit vielen sekundären Pflanzenstoffen, die antioxidative Wirkung haben. Currygewürz kann also unsere Zellen vor freien Radikalen schützen und Anti-Aging-Effekte fördern.

... **steigert die Fettverbrennung:** Vor allem das scharfe Currygewürz (sog. Madras-Curry) enthält viel Chili. Das darin enthaltene Capsaicin kurbelt den gesamten Stoffwechsel an und kann in größeren Mengen auch die Fettverbrennung im Körper vorübergehend ankurbeln.

... **kann die Nerven beruhigen:** Wenn Stress herrscht, kann Curry-Gewürz etwas gegensteuern: Die ätherischen Öle besonders in Koriander, Kardamom, Piment, Zimt und anderen Bestandteilen wirken entspannend auf die Nerven.

... **regt die Durchblutung an:** Wer leicht fröstelt oder allgemein eine weniger gute Durchblutung hat, sollte Curry-Gewürz ruhig öfter einsetzen. Viele darin enthaltene Bestandteile wie zum Beispiel Kurkuma, Pfeffer und andere fördern eine bessere Durchblutung und erhöhen das Wärmegefühl im Körper.

... **kann Erkältung lindern:** Sowohl die ätherischen Öle als auch die scharfen Anteile aus Pfeffer oder Chili in Curry-Gewürz können bei Schnupfen, Halsweh und Husten die Symptome lindern. Sie fördern die Durchblutung der Schleimhäute, so dass zum Beispiel das Naseputzen und Abhusten leichter fällt.

... **hilft der Verdauung:** Die typischen Bestandteile von Curry-Gewürz regen die Darmtätigkeit leicht an und fördern die Produktion von Verdauungssäften in Leber und Galle. Dank der ätherischen Öle und anderer Inhaltsstoffe macht Curry-Gewürz schweres Essen bekömmlicher und hilft der Verdauung.

... **hebt die Stimmung:** Müde, lustlos, gestresst? Da kann vor allem scharfes Curry-Gewürz eventuell helfen. Die Schärfe löst beim Essen einen Schmerz aus, den der Körper mit dem Ausschütten von Endorphinen besänftigt. Das Gute: Diese körpereigenen Opiate bringen Glücksgefühle.

Quelle: Eatsmarter | Techniker Krankenkasse



Masala Dabba
TASTE OF INDIA