

ÄQUATOR SPEZIALITÄTEN

Salate

- | | | |
|---|--|------------------|
| 1 | Salat des Hauses (Äquator Salate)
Kopfsalat, Schafkäse, Tomaten, Gurken,
Paprika, Oliven, Ei | 5,50 € |
| 2 | Thunfisch Salat
Kopfsalat, Thunfisch Tomaten, Gurken,
Paprika, Oliven, Zwiebeln | 5,00 € |
| 3 | Afrikanische Bauern Salat
Grüner Salat, Tomaten, Gurken, Oliven
Karotten und Peperoni | 5,00 € |
| 4 | Gemischter Salat Große
Gemischter Salat Kleine
Kopfsalat, Tomaten, Gurken, Karotten, Bohnen | 3,50 €
2,00 € |

Vorspeisen

- | | | |
|---|---|--------|
| 5 | Couscous mit Gemüse | 4,00 € |
| 6 | Couscous mit Fleisch | 4,00 € |
| 7 | Kinche (Graupen) | 4,00 € |
| 8 | Sambusa (2 Stuck)
mit Hack Fleisch oder Gemüse | 2,00 € |

ÄQUATOR SPEZIALITÄTEN

Suppe

9	Äquator Suppe (mit Hühner Fleisch)	2.00 €
10	Tomaten Cremes Suppe	2,00 €
11	Linsen Suppe	2,00 €
12	Rind Gulasch Suppe	2,00 €

Safari Spezial

200	Ye Doro Wet	8,50 €
	Hühnerschenkel in scharfer Soße mit Ei, versch. Gemüse und Salat	

Wundertopf

201	Im Tontopf Gegrillte Rindfleischstreifen mit Paprika, Zwiebeln, (mit Salat)	9,50 €
-----	---	--------

ÄQUATOR SPEZIALITÄTEN

Fleischgerichte mit Ingera

- | | | |
|----|---|--------|
| 13 | Gomen besiga
Gebratener Spinat mit Rind | 7,00 € |
| 14 | Yebere Tibs (Rind)
Gebratenes Rindfleisch, Knoblauch,
Zwiebeln, Rosmarin mit Peperoni auf
Ingera und Salat | 8,00 € |
| 15 | Yebeg Tibs (Lamm)
Gebratenes Lammfleisch, Knoblauch,
Zwiebeln, Rosmarin mit Peperoni auf
Ingera und Salat | 8,00 € |
| 16 | Key Wet (Scharf)
Rindfleisch in Sauce mit scharfem
Paprika auf Ingera und Gemüse | 7,00 € |
| 17 | Yebeg Alitscha Wet
Lammfleisch und Zwiebeln gekocht
in Curry Sauce auf Ingera und Salat | 7,00 € |
| 18 | Okra (Banya)
Gekochtes Lammfleisch mit Okra-
schoten und grüne Bohnen auf
Ingera und Salat | 7,00 € |
| 19 | Kitfo
fein geschnittenes rohes Rindfleisch
Mit Kräuterbutter, scharfes Peperonipulver
und Scharfkäse auf Ingera und Spinat | 7,50 € |
| 20 | Bejainetu (von jedem etwas)
Nicht Vegetarische Probierplatte | 8,00 € |

ÄQUATOR SPEZIALITÄTEN

Vegetarische Gerichte mit Ingera

- | | | |
|----|--|--------|
| 21 | Alicha
Gebratene Kartoffeln, Karotten, Zwiebeln,
Grünkohl mit Curry Soße auf Ingera
mit Salat | 7,00 € |
| 22 | Timtimo
Speziell zubereitet Linsen Soße auf
Ingera mit Salat | 6,00 € |
| 23 | Okra
Bohnen, Okraschoten mit Tomaten-Curry
Soße auf Ingera mit Salat | 6,00 € |
| 24 | Spinat
Gebratener Spinat mit Zwiebeln und
hausgemachte Gewürzbutter auf Ingera
mit Salat | 6,00 € |
| 25 | Bejainetu (Vegetarische Probierplatte)
von jedem etwas | 8,00 € |

(Beilage zu allen Gerichten Fladenbrot, Kuskus,
oder Reis)

Ingera ist ein rundes Fladenbrot aus Sauerteig.
Dieser Teig wird aus teff (eragrostis teff) gewonnen, eine
ausschließlich in Afrika vorkommenden Getreide art.
Sie ist mit dem Sorghum, einer Hirseartverwandt, und
hat Körner in der Größe von Grassaneb. Das
Teffgetreide kommt mit relativ wenig Wasser aus und ist
reich an Proteinen und Mineralen, vor allen Kalzium.