



LA [KULA]

Afrikanische Spezialitäten im Haus Mühlenbrock

VORSPEISEN

V Chapati ^(I)	4,50
kenianisches Fladenbrot mit hausgemachtem Chutney	
V Mtende	8,90
Datteln / Rote Zwiebeln / Maniokchips / Sprossen	
Uyoga Karai ^(I)	7,50
knusprig gebackene Champignons / Avocado-Tomaten-Dip	
Samosa na Bhajia ^(I)	8,50
eine kenianische Teigtasche - mit Rinderhackfleisch und Zwiebeln gefüllt -oder- mit Mungbohnen-Gemüse-Curry gefüllt / jeweils dazu: Zwiebeln in Kichererbsenteig gebacken / Salatbouquet / hausgemachtes Chutney	
Sahani La[Kula] ^(F,I)	25,00
Gemischte LaKula Vorspeisenplatte für 2 Personen	
knusprig gebackene Champignons / Avocado-Tomaten-Dip Datteln / Rote Zwiebeln / Maniokchips / Sprossen Samosa mit Rinderhackfleisch und Zwiebeln gefüllt Samosa mit Mungbohnen-Gemüse-Curry gefüllt Zwiebel und Kartoffel in Kirchererbsenteig gebacken dazu zweierlei hausgemachte Chutney	

ZWISCHENGERICHTE

V Samosas Mboga ^(I,L)	11,80
drei mit Mungbohnen-Gemüse-Curry gefüllte Teigtaschen / Salatbouquet / hausgemachtes Chutney	
Samosas Kamba ^(C,I,L)	15,80
drei mit Garnelen, rote Zwiebeln, Frühlingzwiebeln, frischer Koriander und milder Chili gefüllte Teigtaschen Salatbouquet / hausgemachtes Chutney	
Samosas za nyama ^(I,L)	13,80
drei mit Rinderhackfleisch, rote Zwiebeln und Frühlingzwiebeln gefüllte Teigtaschen / Salatbouquet / hausgemachtes Chutney	

SALATE

V Beilagensalat ^(L,F)	5,50
Blattsalate / Tomaten / Gurken / Paprika / geröstete Sesamkerne / hausgemachte Vinaigrette	
Marktfrische Blattsalate ^(L, F, I)	12,90
mit Hähnchenbruststreifen / hausgemachtes Brot	
VT Marktfrische Blattsalate ^(D, L, F, I)	11,50
mit Schafskäse / hausgemachtes Brot	

SUPPEN

V Supu ya Paipai ^(E)	6,50
Topinambur-Grüne Papaya-Suppe / Einlage	
Supu ya Kuku ^(E, I)	6,50
Hühnerbrühe / pikante Hähnchenbällchen / Wurzelgemüse	
V Supu ya Nyanya ^(E)	5,50
Tomatensuppe	

HAUPTGERICHTE -CHAPATI-

V Chapati Mboga ^(I)	9,50
gefülltes kenianisches Fladenbrot Cashewkerne / Hefeflocken / Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse / rote Zwiebeln	
VT Chapati Jabini ^(I,D)	9,50
gefülltes kenianisches Fladenbrot Schafskäse / Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse / rote Zwiebeln	
Chapati Kuku ^(I,D)	11,50
gefülltes kenianisches Fladenbrot Hähnchenbrust / Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse / rote Zwiebeln - mit Käse überbacken	
Chapati Nyama ^(I,D)	14,50
gefülltes kenianisches Fladenbrot Rinderhüfte / Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse / rote Zwiebeln - mit Käse überbacken	



LA [KULA]

Afrikanische Spezialitäten im Haus Mühlenbrock

HAUPTGERICHTE -**VEGAN**-

- V** **Viazi, Mboga na Korosho Curry** ^(E) 14,50
Kartoffeln / frisches Gemüse und Cashewkerne-Curry /
gebratene Austernpilze / Chapati – kenianisches
Fladenbrot
- V** **Dengu Curry na Chapati** ^(E) 15,50
Mungobohnen-Gemüse-Curry / Kokosmilch
Chapati - kenianisches Fladenbrot
- V** **Maharagwe nazi, mihogo na Pilau** ^(E) 15,50
Wachtelbohnen und Maniok in Kokossauce /
Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse /
Pilau-Gewürzreis
- V** **Maharagwe masala na viazi vitamu** ^(E) 15,50
Kichererbsen-Süßkartoffel-Masala / Spinat in Kokosmilch /
Chapati - kenianisches Fladenbrot
- V** **Githeri** ^(E) 15,50
Wachtelbohnen / Mais / Kartoffeln / Möhren / Spitzkohl /
Paprika / frischer Koriander / Gewürze

HAUPTGERICHTE -FISCH-

- Samaki wa nyanya na mchele mboga** ^(B, I) 24,50
Fischfilet in Tomaten-Kokos-Sauce / Gemüserais
- Samaki wa kuchomwa na
Viazi vya kubondwa** ^(B, I) 24,50
ganzer gebratener Fisch / Spinat in Kokossauce /
Masala Kartoffelpüree
- Kamba na Ugali** ^(C) 26,50
Garnelen in einer würzigen Knoblauch-Tomaten-Sauce /
Spinat in Kokossauce / frischer Koriander /
Ugali-Maismehlbrei oder Gemüserais

HAUPTGERICHTE -GEFLÜGEL-

- Kuku Curry nanasi na mchele** ^(D) 17,50
Hähnchen-Ananas-Curry / Gemüserais
- Kuku wa Kuchomwa na Pilau** ^(E) 23,50
gegrilltes Freilandhuhn / Tomaten-Kokossauce /
Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse / Pilau-Gewürzreis

HAUPTGERICHTE -LAMM & RIND-

- Kondoo fry, Ugali na spinach** ^(E) 23,50
gebratene Lammwürfel / Tomaten / Zwiebeln /
Knoblauch / frischer Koriander / Spinat in Kokosmilch /
Ugali-Maismehlbrei oder Gemüserais
- Kondoo Curry na Chapati** ^(E, I) 24,50
Lammcurry mit Möhren / Paprika / Kartoffeln /
Cashewkernen / frischer Koriander /
Chapati - kenianisches Fladenbrot
- Kondoo wa kuchoma** ^(E) 32,50
gegrillte Lammkoteletts / Rosmarin-Sauce / Weißkohl-
Möhren-Paprikagemüse / Masala-Kartoffelpüree /
frischer Koriander
- Ng'ombe wa kuchomwa** ^(E) 29,50
gegrilltes Rumpsteak / Rotweinsauce /
Masala Kartoffelpüree / gemischter Salat
- Ng'ombe Biryani na Mchele** ^(D, E) 23,50
Rindfleisch / Zwiebeln / Joghurt / Gemüserais

HAUPTGERICHTE -für 2 Personen-

- V** **Mutukanio La[Kula]** ^(E, I) 29,50
vegane Genießer-Platte für 2 Personen

Mungo Bohnen-Gemüse-Curry /
Kichererbsen-Süßkartoffel-Masala /
Wachtelbohnen mit Maniok /
Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüse /
Spinat in Kokosmilch / Pilau /
Chapati – kenianisches Fladenbrot
- Mutukanio La[Kula] na nyama** ^(D, E, I) 44,50
Genießer-Platte für 2 Personen

Rinder Biryani / gebratenes Lammfleisch /
Hähnchen-Ananas-Curry / Spinat in Kokosmilch /
Masala Kartoffelpüree /
Weißkohl-Möhren-Paprika-Gemüserais /
Chapati – kenianisches Fladenbrot



LA [KULA]

Afrikanische Spezialitäten im Haus Mühlenbrock

KINDER-GERICHTE

Kuku ya watoto ^(A,I) 7,00
Hähnchen-Nuggets / Tomaten-Kokos-Sauce /
Gemüserais

Samaki ya watoto ^(B,I) 8,50
Fischstreifen in Kräuter-Mehl-Panade /
Tomaten-Kokos-Sauce / Gemüserais

DESSERT

Utamu wa amarula ^(D,I) 6,00
Joghurt-Amarula-Creme / Ananas-Minz-Salat /
Cashewkern-Crumble

Krimu ya maembe na passion ^(D) 5,50
Mango-Passionsfruchtcreme

THEMEN-TAGE

Afrikanisches Buffet 34,50
Unsere kulinarische Reise durch Afrika
jeden 1. & 3. Freitag im Monat
Preis pro Person

Curry, Masala & Co. 27,50
Authentisch afrikanisch speisen
jeden 2. & 4. Freitag im Monat
Preis pro Person

Nairobi-Sonntags-Brunch 25,80
Unser Sonntags-Brunch-Buffet für die ganze Familie
Säfte, Filterkaffee, Tee und Kakao inklusive
jeden Sonntag von 10:00-14:00 Uhr
Preis pro Person

Küchenöffnungszeiten

à la Carte:
Mittwoch, Donnerstag, Samstag: 17:30-21:00 Uhr
5. Freitag im Monat: 17:30-21:00 Uhr

Themen-Tage:
jeden 1. + 3. Freitag im Monat:
afrikanisches Buffet ab 18:30 Uhr

jeden 2. + 4. Freitag im Monat:
Curry, Masala & Co. ab 18:00 Uhr

jeden Sonntag:
Nairobi Sonntags-Brunch 10:00-14:00 Uhr

zu Ihrer Information

Liebe Gäste,

wir verwenden ausschließlich frische und soweit möglich regionale Produkte in unserer Küche und bereiten diese frisch zu. Auf Geschmacksverstärker verzichten wir ganz bewusst.

Gerichte mit Zusatzstoffen und/oder Allergenen haben wir in unserer Speisekarte mit den entsprechenden Nummern und Buchstaben versehen.

Sollten Sie Fragen zu den einzelnen Gerichten und deren Allergene oder Zusatzstoffe haben, oder andere Unverträglichkeiten - sprechen Sie uns gerne an.

Vegane und / oder vegetarische Gerichte erkennen Sie durch folgende Hinweise:

V -vegan- / **VT** -vegetarisch-

Allergene & Zusatzstoffe:

A Eier, Eierzeugnisse	H Erdnüsse
B Fisch, Fischerzeugnisse	I Glutenhaltig
C Krebstiere, -erzeugnisse	J Lupine
D Milch, Milcherzeugnisse	K Schalenfrüchte
E Sellerie	L Senf
F Sesamsamen	M Sojabohnen
G Schwefeldioxid / Sulphite	N Weichtiere