



### Side dishes / Bread

101	<b>Kheere Ka Raita<sup>g</sup></b> Joghurt mit Gurken	4,10 €
102	<b>Plain Dahi<sup>g</sup></b> Natur-Joghurt	3,50 €
103	<b>Pulao Rice</b> Gebratener Basmatireis mit Champignons oder Erbsen	4,50 €
104	<b>Naan<sup>g,c,a</sup></b> Frisch zubereitetes Hefeteig-Weizenbrot	3,00 €
105	<b>Butter Naan<sup>g,c,a</sup></b> Frisch zubereitetes Hefeteig-Weizenbrot mit Butter	3,50 €
106	<b>Tandoori Roti<sup>g,c,a</sup></b> Frisch gebackenes Vollkornbrot	2,50 €
107	<b>Paratha<sup>g,c,a</sup></b> Vollkornbrot, mit Butter gebacken	3,90 €
108	<b>Paneer Kulcha<sup>g,c,a</sup></b> Weizenbrot, gefüllt mit indischem Käse	4,90 €
109	<b>Lachsen Kulcha<sup>g,c,a</sup></b> Weizenbrot mit Knoblauch	4,90 €
110	<b>Ginger Kulcha<sup>g,c,a</sup></b> Weizenbrot mit Ingwer	4,90 €

### Empfehlung des Hauses

300	<b>Chicken Nilgiri<sup>g,h</sup> (scharf)</b> Zartes Hähnchenfleisch mit Korianderblättern, grünem Chili, Minze und Kräutern in orientalischer Sauce mit Kokosnussmilch u. Spinat	14,50 €
301	<b>Mutton Nilgiri<sup>g,h</sup> (scharf)</b> Zartes Lammfleisch mit Korianderblättern, grünem Chili, Minze und Kräutern in orientalischer Sauce mit Kokosnussmilch und Spinat	15,50 €
302	<b>Mushroom Masala<sup>g,h,1</sup></b> Frische Champignons mit Zwiebeln, Tomaten und Ingwer in Masala-Soße	12,50 €
303	<b>Bhindi Gosht<sup>g</sup></b> Lammfleisch mit frischen Okraschoten, mit Tomaten, Knoblauch und Ingwer in würziger Soße	14,90 €
304	<b>Achari Tikka<sup>g,h</sup> (scharf)</b> Hühnerbrust mit Ingwer, Knoblauch, Mixed Pickles in Joghurtsoße	15,50 €
305	<b>Garlic Chicken<sup>g</sup></b> Duftendes Knoblauch-Hähnchen in Knoblauch-Curry Soße	13,90 €
306	<b>Tandoori Chicken<sup>g,h,1</sup></b> Hähnchenkeule in Joghurt mariniert und im Lehmofen gegrillt	14,50 €

### Nachspeisen / Desserts

<b>Mango Cream<sup>g</sup></b> Mangocreme mit Vanilleeis	4,90 €
<b>Icecream<sup>g,1,c,e,9</sup></b> Gemischtes Eis	4,90 €
<b>Gulab Jamun<sup>g,h</sup></b> Bällchen aus Milch und Quark, in Honig gebacken	4,90 €
<b>Gajar Halwa<sup>h</sup></b> Geriebene Karotten mit Mandeln (warm serviert)	4,90 €

### Getränke - weitere Getränke auf Anfrage

<b>Mango Lassi<sup>g</sup> / Lassi salzig<sup>g</sup> / Lassi süß<sup>g</sup></b> (indisches Joghurtgetränk)	1,0 l	6,50 €
<b>Mangosaftgetränk / Lycheesaftgetränk / Guavensaftgetränk</b>	1,0 l	4,20 €

## Mittagsangebote / Business Lunch

Montag bis Freitag von 11:30 bis 14:30 Uhr

### Mittags im Ayurveda

Zu jedem Menü servieren wir Ihnen wahlweise eine Tagessuppe oder einen kleinen gemischten Salat und Basmati-Reis

<b>M 1 Palak Paneer<sup>g</sup></b> Indischer Käse mit Spinat in würziger Soße	7,90 €
<b>M 2 Navratan Korma<sup>g,h</sup></b> frisches Gartengemüse in Kokosnuss-Mandel-Sahnesoße	7,90 €
<b>M 3 Channa Masala<sup>g,1</sup></b> Kichererbsen mit Zwiebeln, Tomaten und Ingwer in Masala-Soße	7,90 €
<b>M 4 Chicken Korma<sup>g,h</sup></b> Mutton Korma Hühnerbrust oder Lamm in Kokosnuss-Mandel-Sahnesoße	8,50 € / 9,50 €
<b>M 5 Chicken Sabzi / Mutton Sabzi</b> Lammfleisch oder Hühnerbrustfilet mit Gartengemüse in Currysoße	8,50 € / 9,50 €
<b>M 6 Mango Chicken<sup>g,1</sup> / Mango Lamm</b> Lammfleisch oder Hühnerbrustfilet in Mango-Safran-Cashewnuss-Sauce	8,50 € / 9,50 €
<b>M 7 Fisch Masala<sup>g,d,1</sup></b> Seelachs mit Spezialgewürzen	8,90 €
<b>M 8 Chicken Tikka<sup>g</sup> / Mutton Tikka</b> Hühnerbrust- oder Lammfilet mit Ingwer, Knoblauch und Gewürzen in Joghurtsoße mariniert und gegrillt	9,50 € / 10,50 €
<b>M 9 Chicken Mushroom<sup>g,h</sup></b> Hühnerbrustfilet mit frischen Champignons und Ingwer in Mandel-Currysoße	8,90 €
<b>M10 Ente Curry<sup>g</sup></b> Entenbrustfilet in typischer indischer würziger Currysoße	9,90 €
<b>M11 Reshmi Batak<sup>g,h</sup></b> Entenbrustfilet mit Kokosnuss und Zwiebeln in scharfer Masalasoße	9,50 €
<b>M12 Ente Tikka<sup>g</sup></b> Entenbrust mit Ingwer, Knoblauch, Zitrone und Gewürzen in Joghurt mariniert und im Lehmofen gebacken	9,90 €
<b>M13 Dal Tarka<sup>h</sup></b> Nationalgericht Indiens in würziger Soße	7,90 €
<b>M14 Kabuli Masala<sup>g,h</sup></b> Krabben m.Erbsen,Mais,Kichererbsen,Zwiebeln, Paprika in Masalasoße	8,90 €
<b>M15 Chicken Dal<sup>g</sup></b> Hühnerfleisch mit Linsen in Tomaten-Butter-Currysoße	8,50 €
<b>M16 Murg Nilgiri<sup>g,h</sup></b> Hühnerbrustfilet mit frischem Koriander, Kokosnuss, Pfefferminz, grünem Chili und Spinat (scharf)	8,90 €
<b>M17 Jheenga Masala<sup>g,b</sup></b> Krabben mit frischen Tomaten, Zwiebeln, Paprika in scharfer Curry-Sahnesoße	8,90 €
<b>M18 Jheenga Biryani<sup>g,b,g,h</sup></b> Krabben mit Reis, Mandeln, Rosinen, gebraten, in Joghurtsoße	8,90 €
<b>M19 Chicken Tikka Salat</b> Grüner Salat mit Tandoori Hühnerbrustfilet	7,90 €
<b>M20 Gemischtes Salat<sup>g</sup></b> Grüner Salat mit indischem Käse	4,90 €
<b>M21 Ayurveda Thali</b> Überraschung des Chefskochs / mit Fleisch od.vegetarisch n.Wunsch	10,50 €
<b>M22 Fisch Korma<sup>g,1,d</sup></b> Seelachsfilet in Kokosnuss-Mandelsonsoße	8,90 €
<b>M23 Butter Chicken<sup>g</sup></b> Gegrilltes Hühnerbrustfilet in Tomaten-Sahnesoße	8,90 €
<b>M24 Chicken Masala<sup>g</sup> / Lamm Masala</b> Huhn oder Lamm mit Ingwer, Zwiebeln und Paprika in Tomaten-Joghurt-Sahnesoße	8,90 € / 9,90 €
<b>M25 Nan<sup>g,a</sup></b> frisch zubereitetes Hefeteigweizenbrot	2,50 €
<b>M26 Kheere Ka Raita<sup>g</sup></b> Joghurt mit Gurken	3,10 €
<b>M27 Mango Cream<sup>g</sup></b> Nachspeise / Dessert	3,30 €

#### ALLERGENKENNZEICHNUNG

a- glutenhaltiges Getreide b- Krebstiere c- Eierzeugnisse d- Fischerzeugnisse e- Erdnusszeugnisse f- Sojaerzeugnisse g- Milchprodukte h- Schalenfrüchte i- Sellerieerzeugnisse j- Senferzeugnisse k- Sesamerzeugnisse l-Schwefeldioxid m- Lupinenerzeugnisse n- Weichtiere

#### ZUSATZSTOFFKENNZEICHNUNG

1- mit Farbstoff 2- koffeinhaltig 3- mit Antioxidationsmittel, 4- mit Geschmacksverstärker 5- geschwefelt 6- geschwärtzt 7- gewachst - 8- mit Phosphat 9- Süßungsmittel 10- Milcheiweiß 11- chininhaltig 12-taurinhaltig 13- mit Konservierungsstoffen

# Ayurveda

Indisches Restaurant  
HEIM- & PARTYSERVICE

GANGHOFERSTRASSE 76  
81373 MÜNCHEN

TEL.: 089 / 76 75 82 25  
TEL.: 089 / 69 33 36 16  
FAX: 089 / 76 75 87 05  
WWW.RESTAURANTAYURVEDA.COM

MINDESTBESTELLWERT: 17.90 €  
80337 / 80339 / 80686 / 81371 / 81373  
STADTMITTE / LAIM / SENDLING / OBERSENDLING

FÜR BESONDERE ANLÄSSE  
RESERVIEREN SIE BITTE RECHTZEITIG

GÜNSTIGE MITTAGSANGEBOTE 7.90 €  
MONTAG-FREITAG 11.30-14.30 (AUSSER AN FEIERTAGEN)

MITTAGSBUFFET 8.50 €  
(SONNTAG-FREITAG)

JEDEN MONTAG IST "LADIES NIGHT"  
PAY ONE - TAKE TWO  
(NUR FÜR HAUPTGERICHTE  
UND NUR FÜR LADIES)

10%

RABATT BEI  
SELBSTABHOLUNG  
(AUSSER MITTAGS)

## Suppen / soups

01 <b>Sambar Shorba</b> <sup>4,9,h</sup> Indische Linsensuppe	4,90 €
02 <b>Sabzi Shorba</b> <sup>4,9,l</sup> Indische Gemüsesuppe	4,90 €
03 <b>Mulgatany Shorba</b> <sup>4,9</sup> Hühnersuppe mit Reis und Kichererbsen	5,10 €
04 <b>Jheenga Shorba</b> <sup>4,9,l,b</sup> Garnelensuppe mit scharfen Gewürzen	5,30 €
05 <b>Saag Shorba</b> Spinatsuppe mit Kokosnuß, scharf	4,90 €

## Star ters / Vor speisen / Appetizer s

11 <b>Pakor as</b> <sup>9,a</sup> Gemischtes Gemüse oder indischer Käse in Kichererbsenteig, frittiert	5,70 €
12 <b>Pyaz Bhaji</b> <sup>9,a</sup> Frittierte Zwiebelringe in Kichererbsenteig	5,70 €
13 <b>Sabzi Samosas</b> <sup>9,a</sup> Frittierte dreieckige Weizenmehlpasteten, gefüllt m.gemischt. Gemüse	5,90 €
14 <b>Murgh Tikka</b> <sup>4,9,l,b</sup> Gegrilltes Hühnerbrustfilet in Joghurtsauce mariniert	5,90 €
15 <b>Seekh Kabab</b> Lammhackfleisch mit Zwiebeln, Ingwer und Gewürzen, gegrillt	6,30 €
16 <b>Jheenga Tandoori</b> <sup>9,a,b</sup> Gegrillte Riesengarnelen mit Ingwer und Knoblauch, mariniert in Joghurtsauce	8,90 €
17 <b>Fish Pakoras</b> <sup>9,a,d</sup> Seelachsfilet mit Kräutern im Kichererbsenteig frittiert	5,90 €
18 <b>Gemischter Vorspeisenteller</b> <sup>9,a,d</sup> Gemischter Vorspeisenteller für zwei Personen	12,90 €
19 <b>Pappad</b> <sup>h</sup> Zwei Linsenwaffeln	3,00 €
20 <b>Mixed salad</b> <sup>9</sup> Grüner Salat mit indischem Käse	4,90 €

## Tandoori Khaj ana (mar inier te Gerichte im Lehmofen gegrillt)

30 <b>Chicken Tikka</b> <sup>9,1</sup> Hühnerbrust mit Ingwer, Knoblauch und Gewürzen in Joghurtsauce mariniert	14,50 €
31 <b>Mutton Tikka</b> <sup>9,1</sup> Lammfilet mit Ingwer, Knoblauch und Gewürzen in Jog.Sauce marin.	15,50 €
32 <b>Seekh Kabab</b> <sup>9,1</sup> Lammhackfleisch mit Ingwer und Zwiebeln und Gewürzen, auf indische Art gegrillt	14,50 €
33 <b>Fish Tikka</b> <sup>9,1,d</sup> Seelachs mit Ingwer und Knoblauch, mariniert in Joghurtsauce	14,90 €
34 <b>Tandoori King Prawns</b> <sup>9,1,b</sup> Gegrillte Garnelen nach Spezialart des Chefkochs	20,90 €
35 <b>Vegetable Tandoori</b> <sup>9,1</sup> Indischer Käse, Kartoffeln, Tomaten, Zwiebeln, grüne Paprika, mit Ingwer mariniert in Joghurt-Sahnesauce	14,50 €
36 <b>Tandoori Batak</b> <sup>9,1</sup> Entenbrustfilet mit Ingwer, Knoblauch und Gewürzen in Joghurtsauce mariniert	16,50 €
37 <b>Tandoori Mix</b> <sup>9,1</sup> Gemischter Grillteller	18,50 €

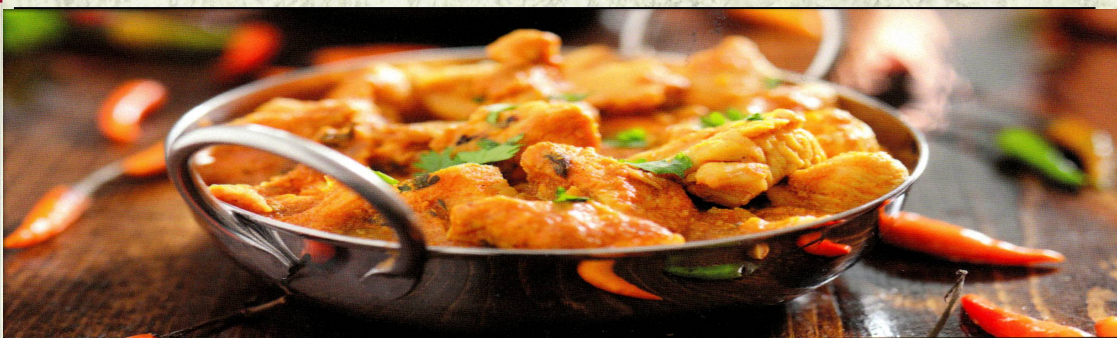
## Cur ry special ities - L amm / I amb

166 <b>Dahi Mutton</b> <sup>9</sup> Lamm mit Safran in Chefkochs Joghurtsauce	14,90
167 <b>Mutton Korma</b> <sup>4,9,h</sup> Lamm in Kokosnuss-Mandel-Sahnesauce	14,90 €
168 <b>Mutton Jalfrezi</b> <sup>1,9,h</sup> Gebratenes Lammfilet mit Knoblauch, Ingwer, grünem Paprika und Zwiebeln in scharfer Sauce	14,90 €
169 <b>Mutton Masala</b> <sup>4,9</sup> Gegrilltes Lammfilet mit Ingwer, Zwiebeln und Paprika in Tomaten-Joghurt-Sahnesauce	14,90 €
170 <b>Mutton Saag</b> <sup>9</sup> Lammfilet mit Spinat in Masala-Sauce	14,90 €
171 <b>Mutton Vindaloo</b> <sup>9,h,1</sup> Lamm mit Knoblauch, Ingwer und Kartoffeln, in sehr scharfer Sauce	14,90 €
172 <b>Karahi Mutton</b> Lamm mit Kümmel, Koriander, grünem Paprika und Ingwer in Tomaten-Zwiebelsauce	14,90 €
173 <b>Mutton Sabzi</b> <sup>9</sup> Lammfleisch mit Gartengemüse in Currysauce	14,90 €
174 <b>Mutton Khumb Wala</b> <sup>9,h</sup> Hühnerbrustfilet mit frischen Champignons und Ingwer in Mandel-Curry-Sahnesauce	14,90 €
175 <b>Mango Lamm</b> <sup>4,h,9</sup> Lammfleisch in Mango-Safran-Cashewnuss-Sauce	14,90 €

**Alle gegrillten Gerichte werden mit Basmatireis und einer speziellen Salatmischung serviert.**

## Cur ry special ities - Geflügel / poultry

40 <b>Chicken Curry</b> <sup>9</sup> Hühnerbrust mit Currysauce	13,50 €
41 <b>Dahi Chicken</b> <sup>9,1</sup> Hühnerbrust mit Safran in Chefkochs Joghurtsauce	13,50 €
42 <b>Chicken Korma</b> <sup>9,h</sup> Hühnerbrust in Kokosnuss-Mandel-Sahnesauce	13,50 €
43 <b>Butter Chicken</b> <sup>9,h</sup> Gegrilltes Hühnerbrustfilet in Tomaten-Sahnesauce	13,90 €
44 <b>Chicken Jalfrezi</b> <sup>9,h,1</sup> Gebratenes Hühnerfleisch mit Knoblauch, Ingwer, grünem Paprika und Zwiebeln in scharfer Sauce	13,50 €
45 <b>Chicken Tikka Masala</b> <sup>9,1</sup> Gegrilltes Hühnerbrust mit Ingwer, Zwiebeln und Paprika in Tomaten-Joghurt-Sahnesauce	14,00 €
46 <b>Saag Chicken</b> <sup>9</sup> Hühnerbrustfilet mit Spinat in Masala-Sauce	13,50 €
47 <b>Chicken Vindaloo</b> <sup>9</sup> Hühnerbrust mit Knoblauch, Ingwer und Kartoffeln, in sehr scharfer Sauce	13,50 €
48 <b>Karahi Chicken</b> <sup>9</sup> Hühnerbrustfilet mit Kümmel, Koriander, grünem Paprika und Ingwer in Tomaten-Zwiebelsauce	13,50 €
49 <b>Chicken Sabzi</b> <sup>9,h,1</sup> Hühnerbrustfilet mit Gartengemüse in Currysauce	13,50 €
50 <b>Chicken Khumb Wala</b> <sup>9,h,1</sup> Hühnerbrustfilet mit frischen Champignons und Ingwer in Mandel-Curry-Sahnesauce	13,50 €
51 <b>Mango Chicken</b> <sup>9,h</sup> Hühnerbrustfilet in Mango-Safran-Cashewnuss-Sauce	14,00 €



## Vegetar ische Gerichte / vegetar ian dishes

61 <b>Shahi Paneer</b> <sup>9,h</sup> Indischer Käse mit Kokos-Sahnesauce	12,90 €
62 <b>Palak Paneer</b> <sup>9</sup> Indischer Käse mit Spinat in würziger Sauce	12,90 €
63 <b>Navrattan Korma</b> <sup>9,h</sup> Frisches Gartengemüse in Kokosnuss-Mandel-Sahnesauce	12,50 €
64 <b>Muglai Koftas</b> <sup>9,h</sup> Gemüsebällchen mit ind. Käse und Rosinen in Mandel-Sahnesauce	12,50 €
65 <b>Alu Gobhi Masala</b> <sup>9</sup> Blumenkohl mit Kartoffeln, Ingwer und Kümmel in Tomaten-Zwiebelsauce	12,50 €
66 <b>Bharta</b> <sup>9,1</sup> Gegrillte gehackte Auberginen mit Zwiebeln und Tomaten in würziger Currysauce	12,50 €
67 <b>Dal Makhani</b> <sup>h</sup> Indische schwarze Linsen mit Knoblauch und Ingwer	12,90 €
68 <b>Sabzi Jalfrezi</b> <sup>9,1</sup> Gemischtes Gartengemüse in Currysauce	12,50 €
69 <b>Channa Masala</b> <sup>9,1</sup> Kichererbsen mit Zwiebeln, Tomaten und Ingwer in Masalasauc	12,50 €
70 <b>Mughlai Bengen</b> <sup>9,h</sup> Aubergine gefüllt mit Gemüse, Nüssen und Rosinen in Tomaten-Mandelsauce	12,90 €
71 <b>Bhindi Masala</b> <sup>9,1</sup> Okraschoten mit Zwiebeln und Tomaten in Masalasauc	12,90 €
72 <b>Karahi Paneer</b> <sup>9</sup> Spezialität des Chefkochs	13,90 €

## Keral a fish special ities

81 <b>Malabari Fish</b> <sup>d,9,h</sup> Seelachs mit Zwiebeln und Kokosnuss in scharfer Masala-Sauce	14,90 €
82 <b>Jheenga Mushrooms</b> <sup>b,9,h</sup> Riesengarnelen mit frischen Champignons, Ingwer und Knoblauch in Mandel-Curry-Sahnesauce	18,50 €
83 <b>Fish Masala</b> <sup>9</sup> Seelachs mit Spezialgewürzen	14,90 €
84 <b>Kerala Jheenga</b> <sup>b,9</sup> Riesengarnelen nach Rezept des Chefkochs	18,90 €
85 <b>Mango Jheenga</b> <sup>b,h,9</sup> Riesengarnelen in Mango-Safran-Cashewnuss-Sauce	18,90 €
86 <b>Fish Chili</b> <sup>d</sup> Rotbarschfilet in Chilisauce - sehr scharf	18,50 €

## Reis-Gerichte / rice-dishes

91 <b>Vegetable Biryani</b> <sup>h</sup> Gemischtes Gemüse mit Rosinen, Mandeln und Reis - in der Pfanne zubereitet	13,50 €
92 <b>Chicken Biryani</b> <sup>h</sup> Hühnerfleisch mit Rosinen, Mandeln, Cashewnüssen und Reis - in der Pfanne zubereitet	14,50 €
93 <b>Mutton Biryani</b> <sup>h</sup> Lamm mit Rosinen, Mandeln, Cashewnüssen und Reis - in der Pfanne zubereitet	16,90 €
94 <b>Jheenga Biryani</b> <sup>4,h,b</sup> Riesengarnelen und Shrimps mit Rosinen, Mandeln, Cashewnüssen und Reis - in der Pfanne zubereitet	16,90 €

## Thal is Empfehlung des Chefkochs: Verschiedene Gerichte auf einem Teller

121 <b>Vegetable Thali</b> <sup>9,1,h</sup> Gemischtes Gemüse, Linsen (gelb od.schwarz), Spinat-Käse, Raita, Nan, Reis	f.1 Pers. 14,90 €	f.2 Pers. 29,80 €
122 <b>Non-Vegetable Thali</b> <sup>9,1,h</sup> Chicken Masala, Lamm Korma, Chicken Palak, Raita, Naan und Reis	15,90 €	31,80 €
123 <b>Fisch Thali</b> <sup>9,1,h,b,d</sup> Seelachsfilet, Riesengarnelen, Shrimps, Curry	15,90 €	31,80 €



## Enten-Spezialitäten / duck special ities

161 <b>Ente Masala</b> <sup>9,1</sup> Entenfilet nach typischer indischer Art in Masalasauc	16,50 €
162 <b>Ente Mango</b> <sup>9,1</sup> Zartes Entenbrustfilet mit frischer Mango, Ananas in Mango-Safran-Cashewnuss-Sauce, fein gewürzt	16,50 €
163 <b>Ente Vindaloo</b> <sup>9,1,h</sup> Zartes Entenbrustfilet mit Spezialgewürzen aus Goa - sehr scharf	16,50 €
164 <b>Ente Sabzi</b> Zartes Entenbrustfilet mit verschiedenem frischen Gemüse	16,50 €
165 <b>Ente Jalfrezi</b> <sup>9,1,h</sup> Gebratenes zartes Entenbrustfilet mit Knoblauch, Ingwer, grünem Paprika und Zwiebeln in scharfer Sauce	16,50 €

**Zu allen Gerichten servieren wir besten Safran-Basmati-Reis**