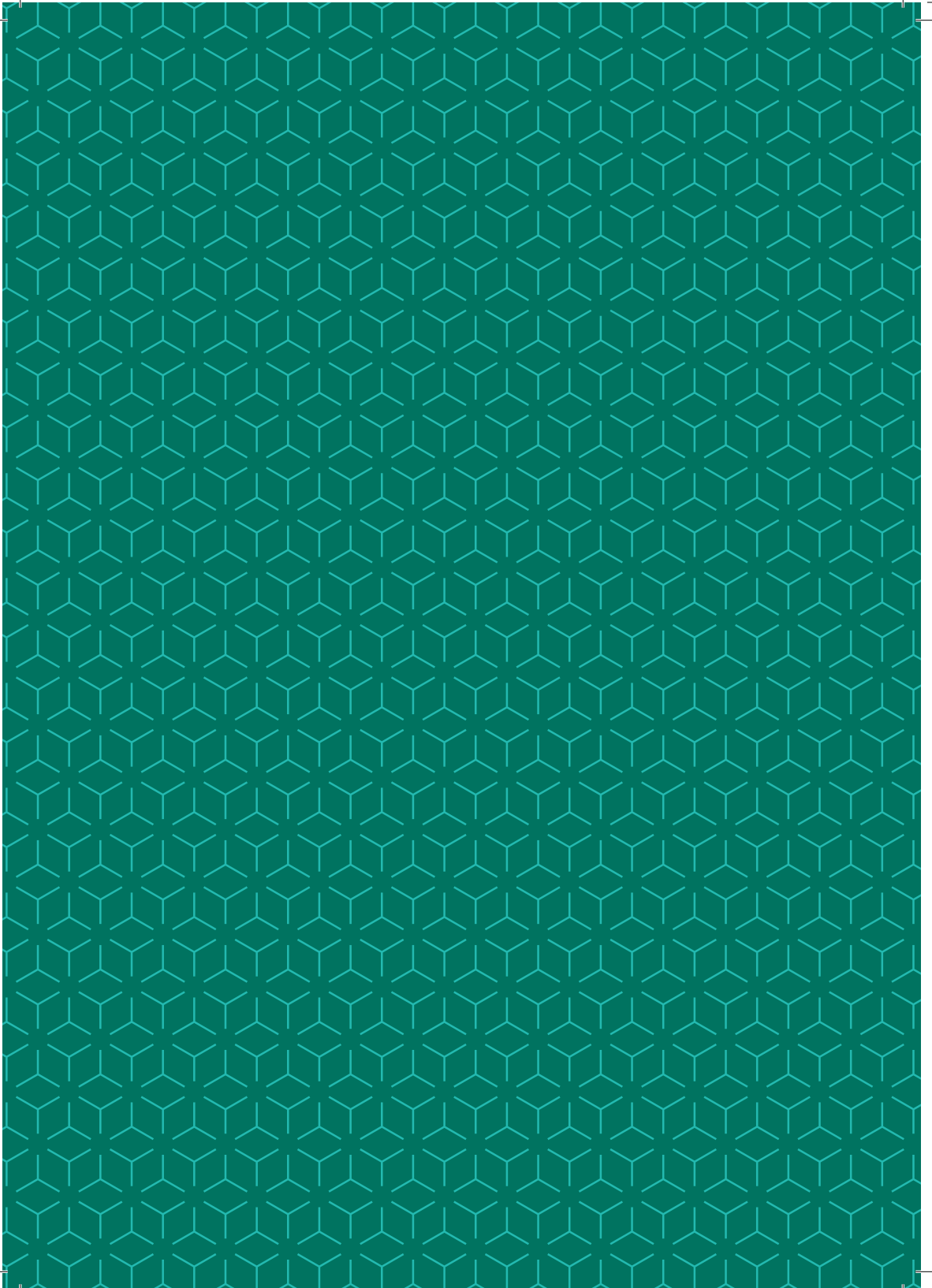


Fairouz
ristorante libanese

فَيْرُوزْ







Fairouz فيروز

CUCINA DI PACE E CONDIVISIONE

*“Donerete ben poco quando donerete i vostri beni.
È quando fate dono di voi stessi che donate veramente.”*

Khalil Gibran

Un caro saluto di benvenuto,
felici di avverti con noi.

Qui mettiamo in tavola i sapori e i profumi dei piatti della cucina libanese e della tradizione mediorientale e araba, dove i piatti classici sono semplici e ricchi di gusto.

Fairouz, nome arabo della pietra turchese, è il primo ristorante libanese vegetariano che vuole rendere omaggio a Madre Terra per i tanti frutti che ci regala e le infinite possibilità gustative, complete dal punto di vista nutrizionale.

I menù degustazione che vi proponiamo sono dedicati a Fairouz, Sabah, Umm Kulthum e Warda, quattro grandi cantanti che con le loro straordinarie interpretazioni hanno dato voce per decenni alle storie d'amore e di vita di donne e di uomini nel mondo arabo mediorientale.

Apprezzare l'arte, assaporare pietanze e piatti tipici di altre culture aiuta le persone a convivere nella ricchezza delle differenze.
Il linguaggio del cibo è universale perché il cibo è Amore.

Buon appetito!



Fairouz فيروز

RECIPES FOR PEACE & SHARING

*“You give but little when you give your possessions.
It is when you give of yourself that you truly give.”*

Khalll Gibran

*A warm Welcome to You,
we are so happy to have you with us!
Here at Fairouz we serve the flavours, aromas and traditions of
Lebanese and Middle Eastern cuisine, where the recipes are simple
but rich in taste.*

*Fairouz in Arabic language is the Turquoise stone.
Fairouz is the first Lebanese Vegetarian Restaurant in Milan and
pays homage to the abundant fruits of Mother Earth with their
infinite combination of flavours, all balanced from a nutritional
point of view.*

*Our tasting menus are dedicated to Fairouz, Sabah, Umm Kulthum
and Warda, these four artists that with their extraordinary
interpretations gave voice to decades of love and life stories lived by
men and women in the Middle-Eastern world.*

*We hope that by appreciating the Arts and tasting food from
different cultures, people will live together, enriched by diversity.
The language of food is universal because food is Love.*

Enjoy your meal!

Menù Degustazione

CONSIGLIATO A PERSONA

MENÙ DEGUSTAZIONE FAIROUZ € 30

Hommmus, Moutabal, Baba Ganouj, Fattoush, Falafel, Manaish, Moutabal patata, Cous Cous alle verdure o Mudjaddara, pane arabo, assaggio di dolce tradizionale

(A) (G) (L) (N) (X) (Z)

MENÙ DEGUSTAZIONE SABAH € 35

Hommmus, Moutabal, Baba Ganouj, Tabouleh, Shawandra, Mohammara, Labne Bi Nana, Falafel, Kabse, Frike, pane arabo, assaggio di dolce tradizionale

(A) (G) (L) (N) (X) (Z)

MENÙ DEGUSTAZIONE UMM KULTHUM € 45

Hommmus, Moutabal, Baba Ganouj, Tabouleh, Shawandra, Full, Mohammara, Mousaka, Falafel, Mahshi, Kabse, Frike, patate Harra pane arabo, assaggio di dolce tradizionale

(A) (G) (L) (N) (X) (Z)

MENÙ DEGUSTAZIONE WARDA € 35

Hommmus, Moutabal, Tabouleh, Falafel, Moutabal Patata, Cusa Bi Nana, Shawerma, Cous Cous alle verdure, pane arabo, assaggio dolce tradizionale

(A) (G) (N) (X) (Z)

NB: nei piatti contrassegnati sono o potrebbero essere presenti allergeni indicati come da legenda in ultima pagina
PLEASE NOTE: in the marked dishes there are or might be allergens, please refer to the key on the last page

Entrée

TABOULEH DI QUINOA € 7

prezzemolo, menta, pomodoro, quinoa e limone
parsley, mint, tomato, quinoa, lemon

FATTOUSH € 6

insalata verde, cetrioli, pomodori, chicchi e melassa di melagrana
con pane croccante
*lettuce, cucumber, tomato with roasted bread
and pomegranate molasses*

HALLOUMI SALAD € 10

formaggio Halloumi grigliato servito con insalata verde,
pomodori e cetrioli
grilled Halloumi cheese with lettuce, tomato and cucumber

LABAN BI KHIAR WA NANA € 6

yogurt con cetrioli e menta
yogurt with cucumber and mint

KABISO € 6

verdure miste di stagione in salamoia
pickled mixed seasonal vegetables

Mezzeh Freddi

HOMMUS € 6  

crema di ceci e tahina
chickpeas and tahini cream

MOUTABAL € 6  

crema di melanzane arrostate e affumicate con tahina e
chicchi di melagrana
roasted smoked eggplants cream with tahini and pomegranate seeds

MOUTABAL PATATA € 5 

purea di patata con cipolla arrostita
mashed potatoes with roasted onions

MOUTABAL ZUCCA € 6   

crema di zucca al forno, tahina, yogurt e granella di pistacchio
pumpkin cream with tahini, yogurt and chopped pistachio

MOUTABAL ZUCCHINA € 6  

crema di zucchine al forno e tahina
zucchini cream with tahini

FULL € 5  

crema di fave con tahina, pomodoro fresco, prezzemolo e limone
broad beans with tahini, fresh tomato, parsley and lemon

Mezzeh Freddi

MOHAMMARA € 5

crema di peperone rosso, pan grattato e granella di pistacchio
(leggermente piccante)
capsicum cream, breadcrumbs and chopped pistachio (slightly spicy)

BABA GANOIJ € 6

polpa di melanzane al forno, peperone, prezzemolo, chicchi
e melassa di melagrana
eggplants, capsicum, parsley, pomegranate molasses

LABNE BI NANA € 5

crema di yogurt con menta
yogurt cream with mint

SHAWANDRA € 5

insalatina di barbabietola con granella di pistacchio
beetroot salad with chopped pistachio

HOMMUS SHAWANDRA € 8

crema di ceci, barbabietola e tahina
chickpeas cream, beetroot and tahini

HOMMUS SHAWERMA € 10

crema di ceci e tahina con straccetti vegetali saltati
chickpeas cream and tahini with seitan sauted

Mezzeh Caldi

FALAFEL € 6  

polpette fritte a base di ceci con spezie
deep-fried ball made with ground chickpeas and spices

FALAFEL MAHSHI € 8  

polpette fritte a base di ceci con cipolla, peperoncino e sumak
deep-fried ball made with ground chickpeas, onion, chili pepper and sumak

KUFTA € 8   

polpette al forno di farro, fave e spezie
spelt and fava baked balls with spices

KIBBEH € 8  

arancini arabi di burghul e spinacino selvatico
veggie burgul balls with spinach

SANDWICH FALAFEL € 10   

falafel in sfoglia sottile di pane con insalata, cetrioli, pomodori e tahina
falafel sandwich with salad, cucumber, tomato and tahini

SANDWICH SHAWERMA € 10    

straccetti vegetali in sfoglia sottile di pane con insalata, cetrioli, pomodori e tahina
seitan sandwich with salad, cucumber, tomato and tahini

Mezzeh Caldi

MUDJADDARA € 8

riso basmati con lenticchie e cipolla arrostita servito
con yogurt e menta
rice and lentils with roasted onion served with yogurt and mint

KABSE € 8

riso basmati con verdure sminuzzate e spezie mediorientali
basmati rice, chopped vegetables and Middle Eastern spices

FRIKE BI HOMMUS € 8

burghul affumicato con ceci e carote
smoked burghul with chickpeas and carrots

TAJINE CON VERDURE € 10

verdure cotte al forno (carote, cipolle, patate, zucchine)
con sugo di pomodoro
baked vegetables (carrot, onion, potetos, zucchini) with tomato sauce

MAHSHI € 10

verdure ripiene di riso basmati profumato alle spezie e aglio
vegetables filled with aromatic herbs flavoured rice, garlic

WARAK ENAP o DAWALI € 9

involtini di foglie di vite ripieni di riso profumato
rolls stuffed vine leaves and fragrant rice

Mezzeh Caldi

COUS COUS € 8

cous cous con verdure miste cotte, ceci e salsa di pomodoro
cous cous whit vegetables, chickpeas and tomato sauce

ROLLS DI VERDURE € 6

rotolini di pasta fillo ripieni di verdure miste
(carote, cipolle, mais, peperoni, verze)
fried vegetables rolls (carrot, onion, mais, capsicum, cabbage)

ROLLS DI FORMAGGIO € 6

rotolini di pasta fillo ripieni di ricotta salata
fried cheese rolls

HALLOUMI € 12

formaggio vaccino libanese alla griglia
grilled Lebanese cheese

SANDWICH HALLOUMI € 10

formaggio Halloumi grigliato in sfoglia sottile di pane con insalata,
cetrioli, pomodori e tahina
grilled Halloumi cheese sandwich with salad, cucumber, tomato and tahini

MISTO SFIZIOSO € 15

Sambousek, Falafel, Kufta, Kibbeh, Rolls di formaggio, insalatina
delicious mix

Mezzeh Caldi

SHAWERMA € 10    

straccetti vegetali con insalatina verde e tahina
seitan with lettuce and tahini

MOUSAKA € 5 

polpa di melanzana al forno con pomodoro in salsa
baked eggplants paste with tomato sauce

BAMIA € 6 

okra in umido con pomodoro in salsa
stewed okra with tomato sauce

CUSA BI NANA € 5 

zucchine al forno con menta e cipolla
baked zucchini with mint and onion

PATATE HARRA € 6 

patate al forno speziate leggermente piccanti
spicy potatoes

Mezzeh Caldi

ADAS € 7  

vellutata di lenticchie rosse servita con limone
e crostini di pane
red lentil and carrot soup with lemon and bread croutons

MOLOKHIA € 6 

zuppa di spinaci selvatici stufati con aglio
stew wild spinach soup with garlic

ROS ABIAD € 5 

riso basmati bianco
white basmati rice

Saaj Lebanese / Manaa'ish

MANAA'ISH € 6 (G) (L) (X)

pizzette miste libanesi
small mixed lebanese pizzas

ZAATAR W ZEIT € 8 (G) (X)

pizza con Zaatar (timo e sesamo), pomodoro fresco, olive e chicchi di melagrana
pizza with Zaatar (thyme and sesame), fresh tomato, olives and grains of pomegranate

LEBNA BI FALAFEL € 9 (G) (L) (X)

pizza con formaggio, falafel, pomodori, cetrioli e insalata verde
pizza with cheese, falafel, fresh tomato, cucumber and green salad

PIZZA HALLOUMI € 10 (G) (L) (X)

pizza con formaggio Halloumi, pomodori, olive, Zaatar (timo e sesamo)
pizza with Halloumi cheese, olives, fresh tomato and Zaatar (thyme and sesame)

SAMBOUSEK e SABANECH € 8 (G) (L) (X)

fagottini misti ripieni con formaggio, spinaci e Zaatar (timo e sesamo)
mixed soft dough filled with cheese, spinach and Zaatar (thyme and sesame)

Halawiat

DOLCETTI TRADIZIONALI FATTI IN CASA

BAKLAWA o ASH BULBUL € 7 (A) (G) (L) (N)

dolcetti al pistacchio / *pistachio bon bons*

BASBOUSA € 6 (A) (G) (L) (N)

dolce di semolino con yogurt e cocco
semolina dessert with yogurt and coconut

KOUNAFA CHEESE € 6 (A) (G) (L) (N)

dolce con pasta a capelli d'angelo, pistacchi e formaggio
dessert with shredded Kataifi pastry, pistachio and cheese

MUHALLABIA € 6 (L) (N)

dolce di latte al cucchiaio al profumo di rosa / *milk dessert with rose aroma*

HELBE € 6  (G)

dolce di semolino e fieno greco / *fenugreek & semolina dessert*

MEGLY € 6 

budino di riso con cocco e cannella
rice pudding with coconut and cinnamon

MISTO DOLCEZZE € 10 (A) (G) (L) (N) (X)

selezione dei nostri dolcetti artigianali / *selection of artisanal desserts*

BISCOTTINI MISTI € 6 (A) (G) (L) (N) (X)

Bevande

Acqua naturale	€ 2,5
Acqua frizzante	€ 2,5

BIBITE IN BOTTIGLIA - lt 0,33

Coca Cola / Coca Cola Zero / Sprite / Fanta	€ 5
---	-----

BIRRA ANALCOLICA / ALCOHOL FREE BEER

Birra Laziza 0.0 - lt 0,33	€ 5
Birra Heineken 0.0 - lt 0,33	€ 5

SUCCHI FRESCHI / FRESH JUICES

Spremuta di melagrana	€ 6
Succo lime e menta con ghiaccio e zucchero di canna	€ 6

Bevande

TÈ e INFUSI / *TEA and INFUSION*

Tè verde con menta fresca	€ 3,5
Tè rosso alla salvia	€ 3,5
Tè bianco al profumo di rosa e limone	€ 3,5
Infuso di 7 petali	€ 3,5
Infuso di menta fresca	€ 3,5
Infuso di Karkadè	€ 3,5
Infuso di zenzero, limone e miele	€ 3,5

CAFFETTERIA

Caffè arabo	€ 2,5
Caffè espresso / decaffeinato	€ 2
Caffè d'orzo / Ginseng	€ 2
Cappuccino	€ 2,5
Caffè americano	€ 2

PANE ALLA CARTA (G)	€ 1,5
GALLETTE DI RISO	€ 1,5
TAHINA (X) crema di sesamo / <i>sesame cream</i>	€ 2
SHATTA salsa piccante di peperoncino rosso / <i>hot pepper sauce</i>	€ 2

COPERTO € 2,5

LISTA ALLERGENI / LIST OF ALLERGENS

NEI PIATTI CONTRASSEGNA TI DA SIMBOLI, SONO O POTREBBERO ESSERE PRESENTI GLI ALLERGENI QUI INDICATI
THE FOLLOWING ALLERGENS ARE OR MIGHT BE PRESENT IN THE MARKED DISHES

(A) Arachidi / *Peanuts*

(G) Glutine / *Gluten*

(L) Latte / *Milk*

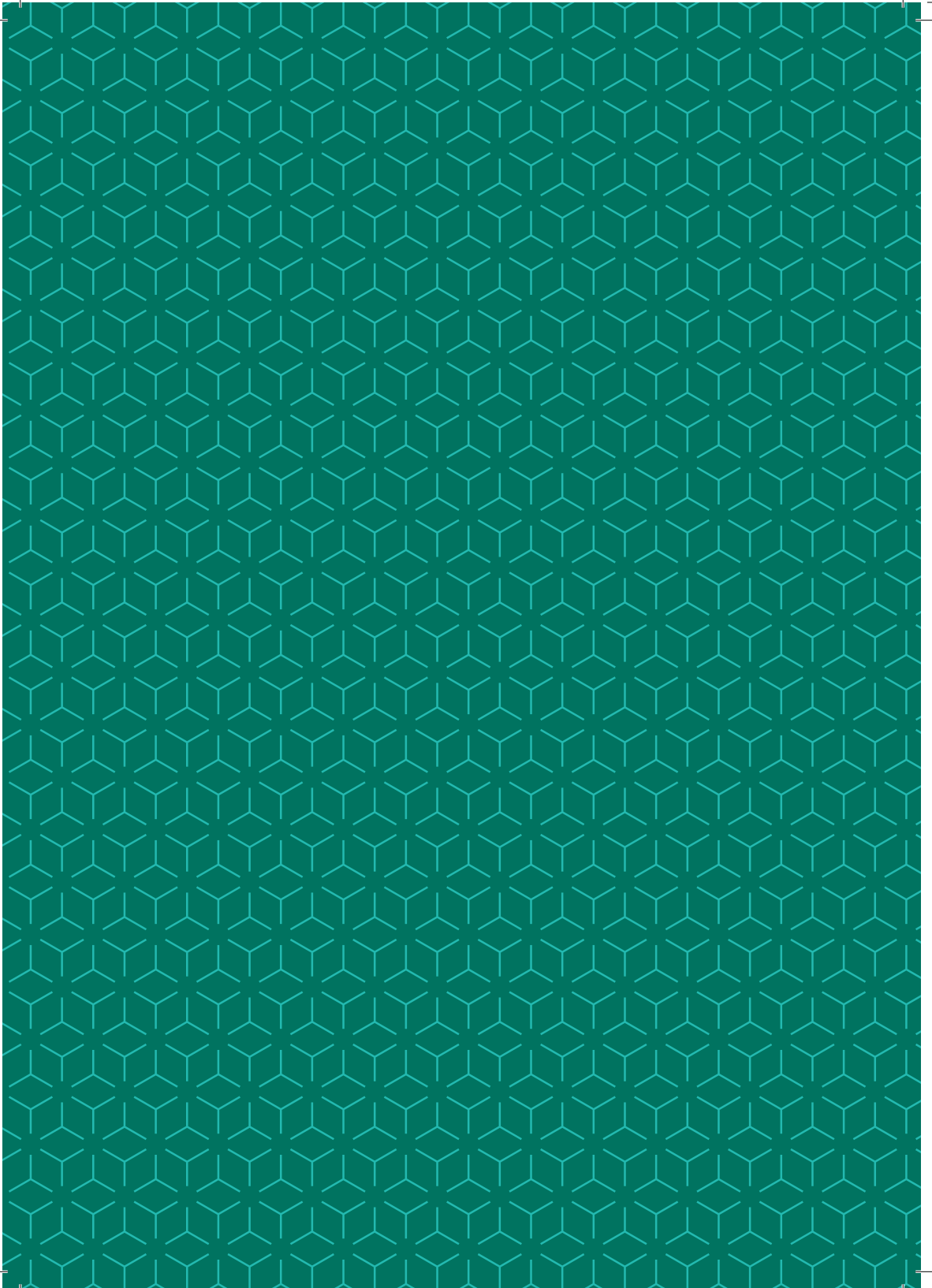


PIATTO VEGANO / *VEGAN DISH*

(N) Noci e Frutta in guscio / *Nuts*

(X) Sesamo / *Sesame*

(Z) Soia / *Soja*



FAIROUZ MILANO
RISTORANTE LIBANESE VEGETARIANO

via M. Buonarroti 16
tel. +39 02 48 18 331
cell. +39 366 52 12 451



FAIROUZ MILANO
RISTORANTE LIBANESE

via A. Mantegna 17
tel. +39 02 34 15 33
cell. +39 335 578 9817




FAIROUZ MILANO
RISTORANTE LIBANESE

via E. Cornalia 12
tel. +39 02 91 55 20 67
cell. +39 375 66 52 749

 ristorante_fairouz

www.fairouzmilano.com

 @fairouzmilano