

*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 averti 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.”*

Khalil 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 Lebani / Manaa'ish

**MANAA'ISH € 6** (G) (L) (X)

pizzette miste libanesi  
*small mixed lebanese pizzas*

**ZAATAR W ZEIT € 8** (G) (L) (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 cucchiaino 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	Ⓞ	€ 1,5
GALLETTE DI RISO		€ 1,5
TAHINA	Ⓧ	€ 2
crema di sesamo / <i>sesame cream</i>		
SHATTA		€ 2
salsa piccante di peperoncino rosso / <i>hot pepper sauce</i>		

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

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| Ⓐ Arachidi / <i>Peanuts</i> | Ⓝ Noci e Frutta in guscio / <i>Nuts</i> |
| Ⓞ Glutine / <i>Gluten</i>   | Ⓧ Sesamo / <i>Sesame</i>                |
| Ⓛ Latte / <i>Milk</i>       | Ⓩ Soia / <i>Soja</i>                    |

 PIATTO VEGANO / *VEGAN DISH*



**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