

*Disfrute de todos los sentidos
en Tabun*



El restaurante Tabun es un lugar en donde encuentras una combinación de sabores y culturas del medio oriente. En el 2008, la idea de un restaurante que ofreciera una alternativa diferente a los comensales se inició en Villa Grande (Envigado), actualmente el restaurante está ubicado en una exclusiva zona de la ciudad de Medellín, donde ofrece un momento agradable al lado de una exquisita variedad de platos.

Lo invitamos a disfrutar de mezcla de colores, aromas y sabores propios de las culturas.

El nombre de Tabun se refiere esencialmente a la denominación del horno antiguo donde se elabora el pan árabe, muy común en los hogares del medio oriente, nosotros lo utilizamos para elaborar el pan de la casa, el cual puede degustar al lado de nuestra variedad de exquisitas ensaladas de diferentes recetas medio orientales.

La locación se divide en dos tipos de ambientes, contrastando la modernidad con la antigüedad del mundo árabe, donde se puede observar especialmente la insinuación del ambiente beduino en un espacio innovador colmado de colores representativos de estas culturas. También disfrute del Gran espectáculo de danza árabe los fines de semana y ofreciendo el servicio de Valet Parking para su comodidad.

Tabun
experiencia única

Empanadas y rollos del mundo árabe

FALAFEL (unidad) \$ 1.500

Exquisita bolita, mezcla de garbanzos con perejil y ajonjolí

SAMOSA DE VERDURAS \$ 4.900

Pasteles hindúes rellenos de papa y verduras

SAMOSA DE POLLO \$ 5.300

Pasteles hindúes rellenos de pollo y verduras

KIBBE \$ 5.700

Exquisita empanada de carne mezclada con sémola de trigo y especias acompañada de salsa tahina

DOLMEH \$ 4.900

Finas y exóticas hojas de parra rellenas de arroz, pollo y perejil

TAPUAJ \$ 4.900

Triángulo de Pasta Filo relleno con papa

JERUSALÉN \$ 4.500

Pastel de lentejas relleno con verduras



En la cocina medio oriental es indispensable un buen comienzo para deleitar el paladar, por eso le presentamos las entradas más representativas de las antiguas culturas

Entradas

HUMMUS \$ 17.900

El Hummus es una crema hecha a base de garbanzos, tahina y especias

RECETA ISRAELÍ \$ 19.900

Al mejor estilo de Tel Aviv, Hummus con falafel

RECETA ÁRABE \$ 22.900

Al mejor estilo de Jerusalén, Hummus con carne o pollo a su elección

MARRAKESHES WINGS (6 unidades) \$ 21.900

Alitas bbq, agrdulces o picantes

KIBBE CRUDO \$ 22.900

Carne cruda marinada con especias árabes, aceite de oliva y cascós de cebolla



Ensaladas

PORCIÓN 1 PERSONA \$ 19.900

PORCIÓN 2 PERSONAS \$ 29.200

BABAGANOSH \$ 17.900

Mezcla de berenjenas ahumadas procesada con salsa de tahina

TABULÉ \$ 18.900

Exquisita mezcla de tomate, cebolla, hierbabuena y perejil. Finamente picados con sémola de trigo y vinagreta de la casa



Ensaladas

Para un comienzo saludable, le presentamos nuestras exquisitas ensaladas acompañadas de Hummus y pan árabe que evocan los mágicos misterios del Medio Oriente



Arroz Árabe

Papas de la Casa

Adiciones

PAPAS DE LA CASA \$ 12.900

Nuestras únicas y originales papas bañadas en salsa agridulce

ALO GOBI \$ 8.900

Papas con coliflor mezcladas en especias hindú

PAPAS FRITAS ÁRABES \$ 7.900

Crocantes rodajas de papas apanadas

ARROZ ÁRABE \$ 8.900

Arroz con almendras y especias

CUSCÚS \$ 12.900

BASMATI \$ 9.900

Arroz hindú de grano largo

Panadería

LAFA / PAN ÁRABE \$ 3.800

LAFA CON ZATAR \$ 5.800

NAAN / PAN HINDÚ \$ 3.800

NAAN CON AJO \$ 4.800



Pan árabe



Kebab
Israelí

Kebab
Significa "carne a la parrilla" en persa. Hay muchas variedades de Kebab según el país de origen y la carne.

PARGIUT ISRAELÍ \$ 38.900
Deliciosos pinchos de pollo hechos al carbón

KEBAB IRANÍ \$ 39.900
Exquisitos pinchos de carne molida, grasa de cordero y especias

KEBAB SHAMI \$ 42.900
Tortillas de carne molida en estilo siriano



Kebab Iraní

*La Cocina del Medio Oriente
Llevando la tradición de la Cultura del Medio Oriente hemos
preparado 8 tipos de ensaladas para compartir servidas por
mesa (una porción de ensalada hasta para 4 personas) y
hechas a diario al gusto del chef. Hummus, pan árabe y un
acompañante
a su elección por plato*



Shawarma Turquía

Shawarma

Es un plato originario del Medio Oriente que consiste en finos trocitos de carne de cordero, pavo y pollo sazonados con especias

LIBANÉS \$ 36.900
Finos trocitos de filetes de pollo con especias

ISRAELÍ \$ 44.900
Finos trocitos de filetes de pavo con especias

TURQUÍA \$ 46.900
Finos trocitos de filetes de cordero con especias

Platos Fuertes

PLATO TABUN

(1 persona) **\$ 37.900**
Plato fuerte de un kibbe, hoja de parrá, Hummus, papas de la casa, arroz árabe y Shawarma de pollo

SHAKSHUKA \$ 29.900

Plato que consiste en huevos cocidos en salsa de tomate picante elaborada con diferentes especias (preparación lenta)

MUSAKA

Plato tradicional griego, hecho a base de rodajas de berenjena y carne picada, horneado

\$ 35.900

SALMÓN MARROQUÍ \$ 49.900

Salmón a la plancha con almendras, cilantro y perejil

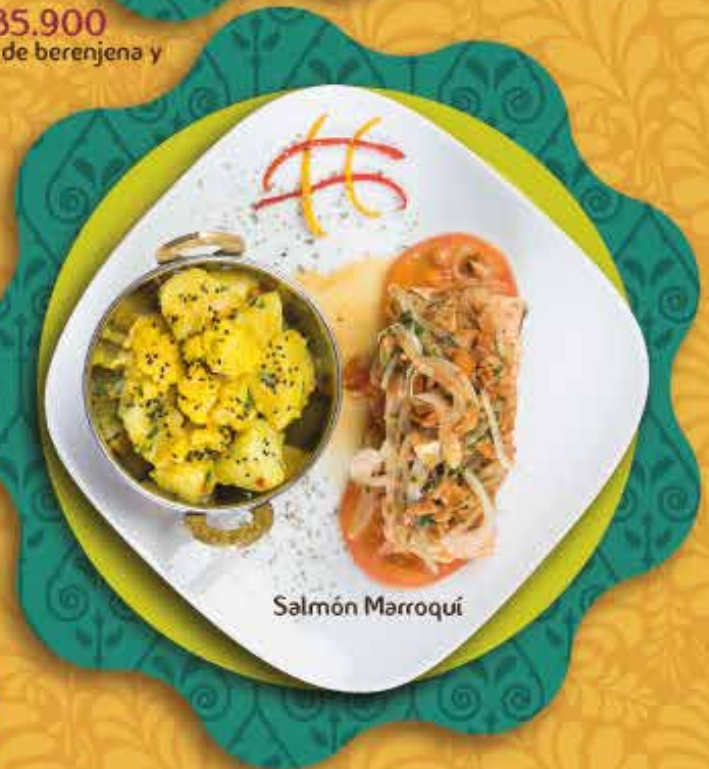
MIXTO TEL AVIV

Trozos de solomito salteado al Wok con mezclas de verduras

\$ 44.900



Plato Tabun



Salmón Marroquí



Mixto
Tel Aviv



Cuscús
con Cordero

LAMB TABUN

Cordero al horno bañado en su propia salsa con leche de coco

\$ 47.900

CUSCÚS CON CORDERO

Delicioso plato marroquí de arroz cuscús con mezcla de cordero, verduras y especias

\$ 44.900

SCHNITZEL

250 g de pechuga de pollo con nuestro apanado único de la casa

\$ 38.900

POLLO AGRIDULCE

Receta israelí de trozos de pollo agridulce o picante

\$ 37.900

Platos Tradicionales

POLLO A LA PLANCHA

Exquisita pechuga asada a la plancha

\$ 34.900

BABY BEEF

Corte de 250 gr de la más succulenta carne

\$ 39.900

Platos Curry

POLLO TIKKA MASSALA \$ 43.900

Láminas de pechuga de pollo marinadas con especias hindúes y crema de leche

LAMB VINDALOO \$ 46.900

Trozos de cordero cocinados en fuego lento, bañadas en yogurt y especias

KURMA MUTTAN \$ 46.900

Celestiales bolitas de tierna carne de cordero molido, bañadas en salsa de coco al curry con especias tradicionales del norte de la India y un toque de ajonjolí negro

CHICKEN BUTTER \$ 39.900

Trocitos de pollo marinados con especias en salsa de tomate y mantequilla

BIRYANI \$ 43.900

Arroz basmati salteado con verduras, pollo, pavo, cordero, salsa teriyaki y especias hindúes

Pollo Tikka Massala

*La Cocina Hindú
Desde la mágica India, hemos traído al restaurante Tabun,
una fantástica experiencia de colores, texturas, olores y sabores
antiguos, que se muestran en nuestros diversos platos dispuestos
a deleitar su paladar, que lo transportará a los lugares
más misteriosos*

POLLO AL KADHAI \$ 38.900

Deliciosos y finos trocitos de pollo marinado en especias, bañadas en garam massala y comino a base de tomate con un toque de alcaravea

Pollo Al Kadhái

Curry de pescado

CURRY DE PESCADO \$ 44.900

Delicioso róbalo cocido en salsa echa a base de tomates y curry basada en la tradicional receta de la India

*Platos
Vegetarianos*



Golán



Sahzi Paneer



Musaka
de verduras

GOLÁN
\$ 35.900
Garbanzos con espinaca
en leche de coco y tomate

**MUSAKA
DE VERDURAS** \$ 35.900
Plato tradicional griego, hecho a base de rodajas
de berenjena y verduras al horno

**CUSCÚS
CON VERDURAS** \$ 38.900
Plato tradicional de Marruecos hecho a base de
sémola de trigo, cuscús servido con mezcla de
verduras salteadas

**ALBÓNDIGAS
DE BERENJENAS** \$ 38.900
Receta hindú de deliciosas bolitas de berenjenas en salsa
hindú

MIXTO DUBÁI VEGETARIANO \$ 66.900
(1 persona)
4 ensaladas, Hummus con falafel, 2 Tapuaj, 2 Jerusalén. De plato fuerte
Golán y Amman, acompañado de fritas árabes con arroz Basmati

FALAFEL ÁRABE \$ 35.900
Exquisitas tortitas de garbanzo, hierbas y especias
cubiertos de hummus y tabule

SAHZI PANEER \$ 43.900
(Hindú)
Exquisita mezcla de verduras salteada con leche de coco,
queso y tomate cherry con entradas de una Samosa
de verduras y una makka de maíz con arroz Basmati

MALAI KOFTA \$ 34.900
Croquetas de puré de papa con queso en salsa de
yogurt y tomate, sazonadas con especias
hindúes

AMMÁN \$ 35.900
Albóndigas de lenteja roja con zanahoria y papa en
salsa de la casa



Malai Kofta

Combinados

MIXTO ÁRABE (2 personas) \$ 73.900

4 ensaladas con Hummus y pan árabe, 2 Kibbes, 2 Hojas de parra, 2 Falafel. De plato fuerte Shawarma de pollo y Kebab de carne molida, con arroz de almendras y papas de la casa

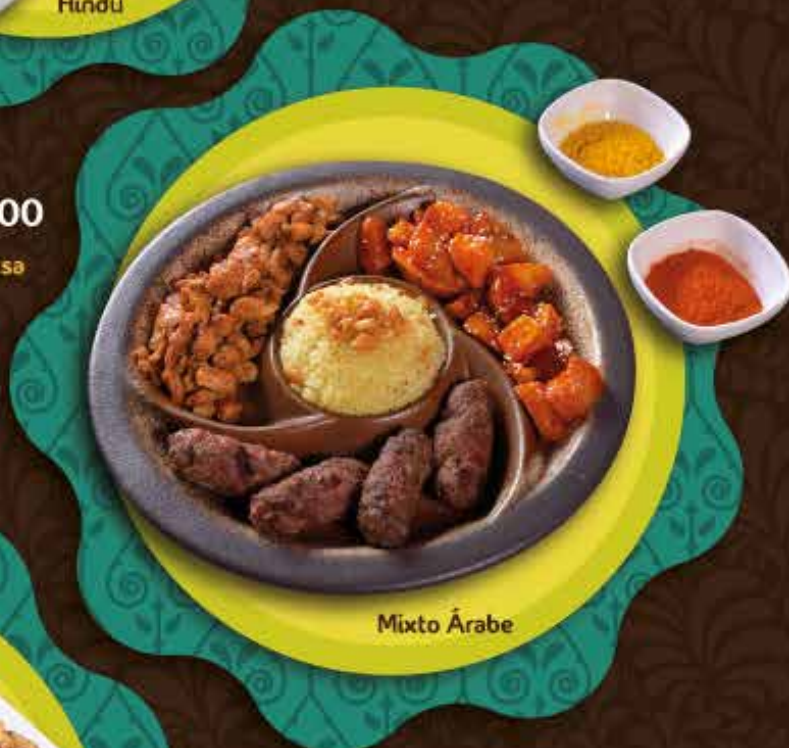


MIXTO HINDÚ (2 personas) \$ 75.900

4 ensaladas hindúes con Raitha y pan naan, 2 Samosas de verduras, 2 Samosas de pollo, 2 makkas de maíz con chutney de mango. De plato fuerte pollo y cordero al curry y especias, con arroz basmati y alo gobi

MIXTO TURQUÍA (2 personas) \$ 78.900

4 ensaladas, Hummus con carne y pan árabe. De plato fuerte Shawarma de cordero y kebab de cordero en salsa teriyaki, con papas de la casa y arroz basmati



MIXTO ÁRABE GRANDE (3 personas) \$ 118.900

La mesa de 8 ensaladas, Hummus con pan árabe, 3 Kibbes, 3 hojas de parra, 3 falafel, plato de 6 pinchos árabes de pollo, carne molida, solomito y corazones de pollo, acompañado de arroz árabe y papas de la casa

MIXTO HINDÚ GRANDE (3 personas) \$ 119.900

La mesa 8 ensaladas hindúes con Raitha y pan naan, 3 Samosas de verduras, 3 Samosas de pollo, 3 makkas de maíz con chutney de mango. De plato fuerte pollo al kadai, Malai Kofta, Kurma Muttan, acompañado de arroz basmati y papas Alo Gobi

Sándwich Árabe - Sabich

	Con lafa	Con pita
FALAFEL Bolitas de Falafel	\$ 19.900	\$16.900
SÁNDWICH LIBANÉS DE POLLO Finos trocitos de pollo con especia	\$ 24.900	\$19.900
SHISH KEBAB Tortitas de carne molida	\$ 26.900	\$21.900
SÁNDWICH ISRAELI DE PAVO Finos trocitos de pavo con especia	\$ 28.900	\$23.900
SÁNDWICH TURCO DE CORDERO Finos trocitos de cordero con especias	\$ 33.900	\$27.900



Falafel en pita

El sándwich tradicional viene con Hummus y tahina, ensalada árabe y papas a la francesa envuelto en el pan árabe. Puede ordenar el sándwich a su gusto, informe si desea realizar cambio de ensalada o papas



Sándwich Libanés de Pollo



Shish Kebab



Shawarma en pita

Menú Infantil

COLOMBINAS DE POLLO APANADAS Deliciosas alitas pollo apanados con papa francesa	\$ 19.900
DEDITOS DE POLLO Julianas de pollo apanado con papas a la francesa	\$ 18.900

Jugos Tabun
 Nuestros jugos hechos con frutas 100% frescas,
 mezclas únicas y una exquisita variedad de limonadas

JUGOS TRADICIONALES

Mandarina, fresa, piña, mango, maracuyá

\$ 6.900

**TÉ FRIO CEYLON
 CON HIERBABUENA**

\$ 8.900

LIMONADA ÁRABE

\$ 7.900

LIMONADA ROSADA

\$ 7.900

LIMONADA DE COCO

\$ 9.900

FALUDE, BEBIDA PERSA

Limonada con agua de rosa y pasta de arroz

\$ 8.500

ANANÁS

Piña con hierbabuena

\$ 8.600

MANJU

Mango con fresa

\$ 8.600

TUT

Fresa con banano

\$ 8.600

COCUS

Piña, banano y coco

\$ 9.600

LEBANON

Naranja con jengibre

\$ 8.600

LASI DE MANGO

Bebida hindú con yogurt y cardamomo

\$ 9.900

MEJASEQ

Maracuyá, banano, mango, mezclados en jugo de melón

\$ 8.600

PASIFLORA

Maracuyá con banano

\$ 8.600

KIWI

Kiwi con hierbabuena

\$ 8.900

ZITNNI

Kiwi, fresa, banano, mezclados en zumo de cereza

\$ 8.900

MARRAKESH

Deliciosa malteada con helado, almendras, canela y dátil

\$ 12.900

COCA COLA

\$ 6.500

POSTOBON

\$ 6.500

SODAS SABORIZADAS

Refrescante soda saborizada con Cereza, Maracuyá o Mango biche

\$ 6.900

AGUA TÓNICA 976

Ginger beer, Jengibre, Limón

\$ 9.900



Jugos



Limonadas



Falude