




montliban
Libanesisches Restaurant

SIEGBURGER STR. 58 53229 BONN

Hummus, Taboulé und Falafel — die libanesische Küche ist abwechslungsreich und gesund. Gekocht wird mit viel Gemüse und Hülsenfrüchten, aber wenig Fleisch. Daher sind viele Gerichte auch für Vegetarier und Veganer  interessant.

Ein Vorteil für alle Vegetarier: Da Fleisch in arabischen Ländern teuer ist, liefern Hülsenfrüchte wie Linsen und Kichererbsen das notwendige Eiweiß.

Ein libanesisches Festmahl beginnt mit einer wahren Freude für alle Sinne: auf kleinen Plättchen wird eine Vielfalt von Vorspeisen — im Libanon Mäsa genannt — serviert. Verschiedene Farben, Formen und Aromen bestimmen das Bild auf der Tafel. Die ganze Tischgemeinschaft teilt sich die zahlreichen Häppchen — so will es die Tradition.

Neben den vielen kulinarischen Gerichten ist der Libanon für seinen Jahrtausende alten Weinbau bekannt. Seit dem 3. Jahrtausend v. Chr. ist der Weinbau im Libanon belegt, vermutlich brachten ihn die Phönizier ins Land. Durch den Einfluss Frankreichs während des französischen Mandats 1920–1943 werden heute 16-17 vorwiegend französische Rebsorten angebaut.

Dieser Tradition und Vielfalt hat sich das **MONTLIBAN** verschrieben und hat sich zur Aufgabe gemacht die traditionelle libanesischer Küche auch in Deutschland berühmt zu machen. Wir laden Sie herzlichst dazu ein unsere Gerichte zu genießen.

Softdrinks

01 Softdrinks 0,5 L		€ 2,70
Coca Cola (Zero/Light), Fanta, Sprite, Mezzo Mix		
02 Softdrinks 1,0 L		€ 3,50
Coca Cola (Zero/Light), Fanta, Sprite, Mezzo Mix		
03 Apfelschorle 0,5L		€ 2,70
Apfelschorle 1,0L	€ 3,30	
04 Fuzetea 0,4		€ 2,70
Pfirisich & Lemon		
05 Redbull 0,25L (8)		€ 3,50
06 Ayran 0,2L (D)		€ 2,00
07 Vio Wasser 0,5L		€ 2,40
Medium & Still		

Bier

09	Gaffel Kölsch (auch alkoholfrei) 0,33L	€ 3,50
10	Bitburger Pils (auch alkoholfrei) 0,33L	€ 3,50
11	Radler (auch alkoholfrei) 0,33L	€ 3,50
12	Malzbier 0,33L	€ 3,50
13	Libanesisches Bier 0,33L	€ 4,00
14	Hefeweizen (auch alkoholfrei) 0,5L	€ 4,50
15	Fassbrusse Lemo 0,33L	€ 3,50

Libanesische Weine

45 ST. THOMAS Rot, Weiss, Rosé	0,75L € 29,00
46 KSARA Rot, Weiss, Rosé	€ 29,00
47 IXSIR Rot, Weiss, Rosé	€ 29,00
48 DOMAINE DE RMEICH Rot, Weiss, Rosé	€ 29,00
49 CABERNET SAUVIGNON Rotwein der Winzer St. Thomas oder Ksara	€ 38,00

ARAK

50 AL CHAMMAS	0,75L € 45,00
51 KSARA	€ 60,00



Das Gebiet des Libanon gehört zu den ältesten Wein kultivierenden Regionen der Erde. Seit dem 3. Jahrtausend v. Chr. ist der Weinbau im Libanon belegt. Mit libanesischem Wein wurde in der Antike und im frühen Mittelalter in ganz Südeuropa gehandelt.

Mit der Ausbreitung der Araber und des Islam ging der Anbau zurück, dem relativ hohen Anteil an Christen ist es zu verdanken, dass er auf einem gewissen Niveau erhalten blieb. So bauten die christlichen Klöster weiter Wein für den Messbedarf an.

Der moderne Weinbau begann im Jahr 1857 durch Jesuitenmönche in Ksara, einem Vorort von Zahlé. Sie legten auch ausgedehnte Weinkeller an, in denen noch Weine von 1918 lagern und die heute ein Touristenziel sind. Die Nachfrage nach Wein im Land stieg im 20. Jahrhundert stetig.

Seit 1893 wird im Libanon auch eine Spirituose namens Arak destilliert, ein Tresterbrand, der hier der Tradition folgend mit Anis aromatisiert wird. Danach wird die Mischung noch 1–2-mal gebrannt, um das Aroma zu konzentrieren. Etwa 70 % der Produktion werden exportiert.

SUPPEN

- 60 SCHORBET ADAS**  € 6,00
Linsensuppe nach libanesischer Art mit Kartoffeln, Karotten
- 61 SCHORBET EL KHODORA**  € 6,00
Gemüsesuppe mit Kartoffeln, Karotten, Zucchini, Petersilie und Tomatenpaste
- 62 SCHORBET EL DAJAJ** € 6,00
Hühnersuppe mit gekochter Hähnchenbrust und Karotten

SALATE

- 65 TABOULÉ**  € 7,00
Bulgur Salat mit Petersilie, Tomaten, Zwiebeln
Dressing: Zitrone und Olivenöl
- 66 SALTET MUSEM** (D) € 7,00
Salat mit Saison Gemüse
Dressing: Olivenöl, Zitrone oder Joghurtsoße
- 67 KHIAR BEL LABAN** (D) € 7,00
Gurken, Joghurt, trockene Minze und Knoblauch
- 68 FATOUSCH**  € 8,50
Gurken, Tomaten, Petersilie, Radieschen, Frühlingszwiebeln,
frische Minze mit geröstetem Brot
Dressing: Granatapfelsirup und Olivenöl
- 69 DJARJIR**  € 8,50
Rucola, Kirchtomaten, Zwiebeln, gebrannte Champignons
Dressing: Zitronen und Gewürzsumach
- 70 SALTET AVOCADO**  € 8,50
Avocado mit Eisbergsalat, Kirchtomate, Gurke und Rucola
Dressing: Olivenöl, Zitrone, Knoblauch und Oregano
- 71 SALTET FALAFEL** (D, J) € 9,00
Falafel mit Eisbergsalat, Tomaten, Gurken
Dressing: Joghurdressing oder Tarator (Sesampaste mit Knoblauch und Kümmel)

KALTE VORSPEISEN

- 75 HUMMUS**  (J) € 6,50
Gekochte Kichererbsen Püree mit Sesampaste gewürzt mit Kümmel, Zitrone und Olivenöl
- 76 HUMMUS BEIRUTI**  (J) € 7,50
Gekochte Kichererbsen Püree mit Sesampaste, Petersilie, Tomaten und Knoblauch gewürzt mit Kümmel, Zitrone und Olivenöl
- 77 HUMMUS BEL LAHME** (J) € 9,00
Gekochte Kichererbsen Püree mit Lammfilet, Sesampaste und Pinienkerne gewürzt mit Kümmel, Zitrone und Olivenöl
- 78 METABEL**  (J) € 6,50
Gegrillte Aubergine mit Sesampaste und Knoblauch gewürzt mit Kümmel, Zitrone und Olivenöl
- 79 BABA GHANUSCH**  (E) € 6,50
Gegrillte Aubergine mit Granatapfelsirup, Walnüssen, Petersilie gewürzt mit Kümmel, Zitrone und Olivenöl
- 80 LABNEH** (D) € 6,50
Jogurt libanesischer Art mit getrockneter Minze gewürzt mit Olivenöl
- 81 SCHENGLISCH** (D) € 6,50
Getrockneter libanesischer Käse (Rindsmilch) mit Zwiebeln, Tomaten und Petersilie gewürzt mit Thymian, Oregano und Olivenöl
- 82 WARAK INAB**  (E) € 6,50
Mit Reise, Petersilie und Granatapfelsirup gefüllte Weinblätter und Walnüsse
- 83 LABNEH MA ZATAR** (D) € 6,50
Jogurt libanesischer Art mit getrocknetem Thymian gewürzt mit Olivenöl
- 84 LESANAT** € 7,50
Gekochte 2 x Lammzunge gewürzt mit Zitronen, Knoblauch und Olivenöl


WARME VORSPEISEN

- 90 RAKAEK JEBNE (A, D)** € 7,50
Gerollter Blätterteig gefüllt mit arabischem Käse und Schwarzkümmel (5 Stück)
- 91 SAMBUSAK BEL JEBNE (A, D)** € 7,50
Teigtasche gefüllt mit Fetakäse, Petersilie und trockener Minze und Oregano (5 Stück)
- 92 SAMBUSAK BEL SABANECH  (A)** € 7,50
Teigtasche gefüllt mit Spinat, Zwiebeln, Granatapfelsirup und Gewürzsumach gewürzt mit Kümmel (5 Stück)
- 93 SAMBUSAK BEL LAHME (A)** € 8,50
Teigtasche gefüllt mit Hackfleisch (Rind), Petersilie und Zwiebeln gewürzt mit schwarzem Pfeffer (5 Stück)
- 94 SAMBUSAK BEL DAJAJ (A)** € 7,50
Teigtasche gefüllt mit Hähnchenfleisch gewürzt mit schwarzem Pfeffer, Kümmel, roter Süßpaprika und getrockneter Koriander (5 Stück)
- 95 KEBEH** € 8,50
Mit Hackfleisch (Rind/Lamm), Zwiebeln, Pinienkerne und Walnüssen gefüllter Bulgur gewürzt mit schwarzem Pfeffer und Granatapfelsirup (4 Stück)
- 96 SOUJUK ROL (A, E)** € 8,00
Arabisches Fladenbrot gefüllt mit Hackfleisch (Rind) gewürzt mit schwarzem Pfeffer, milder Paprika, Muskatnuss, Ingwer, Knoblauch, Paprikapaste (frittiert und in 5 Stück geschnitten)
- 97 FALAFEL  (J)** € 7,50
Frittierte Kichererbsen Püree gewürzt mit Kümmel, getrockneter Koriander, Petersilie und Knoblauch (5 Stück)
- 98 HALLOUMI MESCHOUI (D)** € 7,50
Gegrillter Halloumikäse und Kirchtomaten (5 Stück)

LIBANESISCHE SPEZIALITAETEN

- 105 BATATA HARA**  € 6,50
Kartoffelwedges mit Soße aus Koriander, Knoblauch und milder Paprika
- 106 FETER**  € 6,50
In der Pfanne gebratene Champignons mit Petersilie, Knoblauch, Zitrone und Olivenöl
- 107 SOUJUK** € 8,00
In der Pfanne gebratene libanesische Würstchen (Rind) und Petersilie mit Knoblauch, Zitrone und Olivenöl
- 108 MAKANEK** € 8,50
In der Pfanne gebratene libanesische Würstchen (Rind) mit Mix-Paprika und Kartoffelwedges und Pinienkerne
- 109 SAUDET ALDAJAJ** € 8,50
In der Pfanne gebratene Hähnchenleber mit Zwiebeln, Mix-Paprika, Knoblauch, süßer Paprika und Granatapfelsirup
- 110 ARAYES BEL LAHME (A)** € 8,50
Knusprig geröstetes Fladenbrot mit Hackfleisch (Rind), Tomaten, Petersilie und Zwiebeln
- 111 ARAYES MONTLIBAN (A, D)** € 8,50
Knusprig geröstetes Fladenbrot mit Hackfleisch (Rind), libanesischem Käse, Tomaten, Petersilie und Zwiebeln
- 112 ARAYES BEL JEBNEH (A, D)** € 7,50
Knusprig geröstetes Fladenbrot mit libanesischem Käse, trockner Minze und Olivenöl
- 113 MAQALI (D, J)** € 7,50
Frittierte Aubergine, Blumenkohl und Zucchini mit Tarator (Sesampaste und Joghurt) und Petersilie
- 114 BEILAGE** € 6,00
Wahlweise Reis oder Kartoffelchips

MÄSA MENÜ

- 115 SEHN EL BET**  € 15,50
Gemischte Teller mit TABOULÉ (65), HUMMUS (75), FALAFEL (97) und MAQALI (113)
- 116 MÄSA BET ELDIN**  € 17,50
Gemischte Teller mit TABOULÉ (65), FATOUSCH (68) HUMMUS (75), BABA GHANUSCH (79), WARAK INAB (82), SAMBUSAK BEL SABANECH (92), FALAFEL (97) und MAQALI (113)
- 117 MÄSA ANJAR** € 17,50
Gemischte Teller mit TABOULÉ (65), HUMMUS (75), METABEL (78), LABNEH (80), WARAK INAB (82), RAKAEK JEBNE (90), SAMBUSAK BEL SABANECH (92) und FALAFEL (97)
- 118 MÄSA BEIRUT** (A, D) € 24,00
Vorspeise: Gemischte Teller mit TABOULÉ (65), HUMMUS (75), METABEL (78), BABA GHANUSCH (79), LABNEH (80), SAMBUSAK BEL LAHME (93), SAMBUSAK BEL DAJAJ (94), und KEBEH (95)
Hauptgericht: SCHISCHTAWUK (125) und KAFTA (130) mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen
Beilage: Reis oder Kartoffelchips
- 119 MÄSA MONTLIBAN** (ab zwei Personen) (A, D) € 33,00
pro Person
Kalte Vorspeise: TABOULÉ (65), HUMMUS (75), METABEL (78), BABA GHANUSCH (79), LABNEH (80), SCHENGLISCH (81) und WARAK INAB (82)
Warme Vorspeise: SAMBUSAK BEL SABANECH (92), SAMBUSAK BEL LAHME (93) und KEBEH (95)
Hauptgericht: SCHISCHTAWUK (125), KAFTA (130) und GHANAM MESCHOUI (132) mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen
Beilage: Reis oder Kartoffelchips
Dessert
- 120 MÄSA BIBLOS** (ab zwei Personen) (A, D) € 38,00
Pro Person
Kalte Vorspeise: FATOUSCH (68), HUMMUS BEIRUTI (76), METABEL (78), BABA GHANUSCH (79), LABNEH (80), SCHENGLISCH (81) und LABNEH MA ZATAR (83)
Warme Vorspeise: SAMBUSAK BEL DAJAJ (94), KEBEH (95), SOUJUK ROL (96) und FALAFEL (97)
Hauptgericht: SCHISCHTAWUK (125), KAFTA (130), GHANAM MESCHOUI (132) und KASTALETTA (134) mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen
Beilage: Reis oder Kartoffelchips
Dessert

HAUPTGERICHTE

- 125 SCHISCHTAWUK (A, D)** € 15,50
2 Hähnchenbrust-Grillspieße gewürzt mit süßem Senf, süßer Paprika und Olivenöl mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen
- 126 FARUJ MESCHOUI (A, D)** € 17,50
Halbes gegrilltes Hähnchen (ohne Knochen) mit süßer Paprikapaste gewürzt mit süßer Paprika, getrockneter Koriander, Kümmel, Knoblauch und Olivenöl mit separater Knoblauchcreme
- 127 SCHAWERMA MONTLIBAN (A, D)** € 15,50
Hausgemachte Schawerma aus feingewürztem Hähnchenfleisch serviert im Fladenbrot mit Knoblauchcreme, Salat, Cornichon und Tomaten mit separater Knoblauchcreme
- 128 JAWANEH MESCHOUI (D)** € 13,50
4 gegrillte ganze Hähnchenflügel mit süßer Paprikapaste und Joghurt gewürzt mit süßer Paprika, getrockneter Koriander, Kümmel, Knoblauch und Olivenöl mit separater Knoblauchcreme, Zitrone und Olivenöl
- 129 SCHARHAT DAJAJ METAFAJE (D)** € 17,50
Gegrillte Hähnchenbrust mit Knoblauch, Zitrone und Olivenöl mit separater Knoblauchcreme
- 130 KAFTA (A, D)** € 15,50
4 gegrillte Hackfleischbällchen (Lamm/Rind) mit Petersilie, Zwiebeln gewürzt mit süßer Paprika mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen
- 131 KAFTA GHASCHGHASCH (D)** € 16,50
4 gegrillte Hackfleischbällchen (Lamm/Rind) und gegrillte Tomaten mit Knoblauch und süßer Paprika mit separater Knoblauchcreme
- 132 GHANAM MESCHOUI (A, D)** € 18,50
2 Lammfiletspieße gewürzt mit süßer Paprika und getrockneter Koriander mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen

Alle Hauptgerichte werden mit Salat und wahlweise Reis oder Kartoffelchips serviert.

HAUPTGERICHTE

- | | |
|--|----------------|
| 133 KHAROUF MEHSCHI | € 18,50 |
| Reis mit Lammfleisch und libanesischer Sahnesoße mit Petersilie und Pinienkerne | |
| 134 KASTALETTA (D) | € 22,00 |
| 5 gegrillter Lammkoteletts gewürzt mit süßer Paprika, Rosmarin und Granatapfelsirup mit separater Knoblauchcreme | |
| 135 MESCHAOUI MESCHAKALEH (A, D) | € 22,00 |
| SCHISHTAWUK (125), GHANAM MESCHOUI (132), KAFTA (130) und KASTALETTA (134) mit separater Knoblauchcreme und Chilibrötchen | |
| 136 SCHARHAT AJEL METAJE | € 18,50 |
| Gegrilltes Kalbssteak mit Knoblauch, Zitrone und Olivenöl | |
| 137 MEFARKET LAHMEH & KHUDRA | € 22,00 |
| Gebratene Kalbsteak mit Mix-Paprika, Champignons, Zwiebeln in einer Tomatensoße serviert in der Pfanne | |
| 138 SAMAKE HARA (H) | € 18,50 |
| Gegrilltes Lachsfilet in einer Tomaten-Knoblauchsoße und Oregano | |
| 139 DORADE MESCHOUI (D, J, H) | € 22,00 |
| Gegrillte Dorade mariniert mit Knoblauch, süßer Paprika, Koriander und Zitrone mit separater Tarator (Sesampaste und Joghurt), Knoblauch, Zitrone und Olivenöl | |
| 140 AREDIS MESCHOUI (N) | € 22,00 |
| 6 gegrillte große Garnelen mit separater Soße aus Knoblauch, Zitrone und Oliven | |
| 141 AREDIS MEKLIH (N) | € 22,00 |
| 6 frittierte große Garnelen mit separater Soße aus Knoblauch, Zitrone und Oliven | |

Alle Hauptgerichte werden mit Salat und wahlweise Reis oder Kartoffelchips serviert.

NACHSPEISE

- 160 ATAJEF** (A, D, E) € 5,50
1 Pfannkuchen gefüllt mit Creme und 1 Pfannkuchen gefüllt mit Walnüssen
- 161 KUNAFÄ** (A, D, E) € 5,50
Mit Glasnudeln überbackene Creme
- 162 MEHLABIYE** (D, E) € 4,50
Pudding mit Walnüssen
- 164 HALAWÄ BE JEBNE** (D, E) € 5,50
5 mit Creme gefüllte Kugeln aus Grieß und Mozzarella mit gemahlenden Pistazien
- 165 BAKLAVAH** (A, E) € 2,00
1 Stück eingelegter Blätterteig mit Walnüssen
- 166 Harissa** (A, D, E) € 5,50
5 Grießkuchenstücke mit Kokosraspeln und Nüssen

Alle Nachspeise sind hausgemacht und werden in Zuckersirup eingelegt serviert.

Warp Sandwich

- 170 SCHAWERMA** (A, D) € 8,00
Hausgemachte Schawerma aus feingewürztem Hähnchenfleisch serviert im Warp Brot mit Knoblauchcreme, Salat, Cornichon und Tomaten
- 171 SCHISCHTAWUK** (A, D) € 8,00
1 Hähnchenbrust-Grillspieße gewürzt mit süßem Senf, süßer Paprika und Olivenöl serviert im Warp Brot mit Knoblauchcreme, Salat, Cornichon und Tomaten
- 172 KAFTA** (A, D) € 8,00
2 gegrillte Hackfleischbällchen (Lamm/Rind) mit Petersilie, Zwiebeln gewürzt mit süßer Paprika serviert im Warp Brot mit Knoblauchcreme, Salat, Cornichon und Tomaten

173 FALAFEL  (J)

€ 7,50

Frittierte Kichererbsen Püree gewürzt mit Kümmel, getrockneter Koriander, Petersilie und Knoblauch (4Stück) serviert im Warp Brot mit Knoblauchcreme, Salat, Tomaten und Tarator (Sesampaste mit Knoblauch und Kümmel)

Extra

Ketchup, Mayo, , Jogurt Dressing

€ 0,50

Hausgemacht

Tarator (J)

€ 0,60

(Sesampaste mit Knoblauch und Kümmel)

Bandora

€ 0,60

(Tomatenpaste, Paprikapaste mit Trocken Minze Granatapfel Sauce Olivenöl)

Knoblauchcreme (B)

€ 0,60

Allergene und Zusatzstoffe

- A Glutenhaltiges Getreide: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, enthält z.B. Weizengluten
- B Eier und Eierzeugnisse
- C Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse
- D Milche und Milcherzeugnisse einschließlich Laktose
- E Schalenfrüchte, Mandel, Haselnuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss oder Queensland Nuss sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- F Sellerie und Sellerieerzeugnisse
- G Senf und Senferzeugnisse
- H Fisch und Fischerzeugnisse
- I Krebstiere und Krebstiererzeugnisse
- J Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse
- K Schwefeldioxid und Sulfide in Konzentration von mehr als 10 mg/KG oder 10 mg/L
- L Lupine und Süßlupinenerzeugnisse
- M Soja und Sojaerzeugnisse
- N Weichtiere Schnecken, Tintenfische, Muscheln und Austern und Weichtiererzeugnisse

- 1 Farbstoffe
- 2 Konservierungsstoffe
- 3 Mit Antioxidationsmittel
- 4 Mit Geschmacksverstärker
- 5 Brennwert 100ML = 1,1 KJ
- 6 Gefärbt mit Beta Carotin
- 7 Ent. 1 Phenylalaninquelle
- 8 Taurinhaltig
- 9 Chininhaltig
- 10 Koffeinhaltig
- 11 Mit Süßstoff
- 12 Mit Schwefeldioxid
- 13 Mit Schwärzungsmittel
- 14 Mit Phosphat
- 15 Mit Milcheiweiß
- 16 Gewachst
- 17 Mit Stabilisatoren
- 18 Mit Säuerungsmittel