

*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)

\$ 2.000

Exquisita bolita, mezcla de garbanzos con perejil y ajonjolí

SAMOSA DE VERDURAS

\$ 5.300

Pasteles hindúes rellenos de papa y verduras

SAMOSA DE POLLO

\$ 5.500

Pasteles hindúes rellenos de pollo y verduras

KIBBE

\$ 5.900

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

DOLMEH

\$ 5.100

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

TAPUAJ

\$ 5.500

Triángulo de Pasta Filo relleno con papa

JERUSALÉN

\$ 5.100

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

\$ 18.900

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

RECETA ISRAELÍ

\$ 21.900

Al mejor estilo de Tel Aviv, Hummus con falafel

RECETA ÁRABE

\$ 24.900

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

KIBBE CRUDO

\$ 29.900

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



Ensaladas

PORCIÓN 1 PERSONA \$ 19.900

PORCIÓN 2 PERSONAS \$ 29.200

BABAGANOSH \$ 18.900

Mezcla de berenjenas ahumadas procesada con salsa de tahina

TABULE \$ 18.900

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



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



Adiciones

PAPAS DE LA CASA \$ 16.900

Nuestras únicas y originales papas bañadas en salsa agri dulce

ALO GOBI \$ 11.900

Papas con coliflor mezcladas en especias hindú

ARROZ ÁRABE \$ 9.900

Arroz con almendras y especias

CUSCÚS \$ 13.900

BASMATI \$ 11.900

Arroz hindú de grano largo

Panadería

LAFA / PAN ÁRABE \$ 3.900

LAFA CON ZATAR \$ 6.500

NAAN / PAN HINDÚ \$ 3.900

NAAN CON AJO \$ 4.900

PAN PITA \$ 2.000





Kebab
Israeli

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

PARGIUT ISRAELÍ \$ 39.900
Deliciosos pinchos de pollo hechos al carbón

KEBAB IRANÍ \$ 44.900
Exquisitos pinchos de carne molida, grasa de cordero y especias

KEBAB SHAMI \$ 48.900
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 \$ 39.900
Finos trocitos de filetes de pollo con especias

TURQUÍA \$ 49.900
Finos trocitos de filetes de cordero con especias

Platos Fuertes

PLATO TABUN

(1 persona)

\$ 39.900

Plato fuerte de un kibbe, hoja de parra, Hummus, papas de la casa, arroz árabe y Shawarma de pollo



Plato Tabun

SHAKSHUKA \$ 29.900

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

MUSAKA

\$ 42.900

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

SALMÓN MARROQUÍ \$ 55.900

Salmón a la plancha con almendras, cilantro y perejil

MIXTO TEL AVIV

\$ 49.900

Trozos de solomito salteado al Wok con mezclas de verduras



Salmón Marroquí



Mixto
Tel Aviv

LAMB TABUN

\$ 52.900

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

CUSCÚS CON CORDERO

\$ 49.900

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

SCHNITZEL

\$ 43.900

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

POLLO AGRIDULCE

\$ 42.900

Receta israelí de trozos de pollo agridulce o picante

Platos Tradicionales

POLLO A LA PLANCHA

\$ 38.900

Exquisita pechuga asada a la plancha

BABY BEEF

\$ 45.900

Corte de 250 gr de la más succulenta carne



Cuscús
con Cordero

Platos Curry

POLLO

TIKKA MASSALA \$ 45.900

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

LAMB VINDALOO \$ 51.900

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

KURMA MUTTAN \$ 52.900

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 \$ 42.900

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

BIRYANI

\$ 487.900

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

\$ 39.900

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

Pollo Al Kadhai

Curry de pescado

CURRY DE PESCADO

\$ 51.900

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

Platos Vegetarianos



Golán



Sahzi Paneer



FALAFEL ÁRABE

Exquisitas tortitas de garbanzo, hierbas y especias cubiertos de hummus y tabule

\$ 35.900

SAHZI PANEER

(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

\$ 49.900



Musaka de verduras

MALAI KOFTA

Croquetas de puré de papa con queso en salsa de yogurt y tomate, sazonadas con especias hindúes

\$ 35.900

AMMÁN

Albóndigas de lenteja roja con zanahoria y papa en salsa de la casa

\$ 36.900

GOLÁN

Garbanzos con espinaca en leche de coco y tomate

MUSAKA DE VERDURAS

Plato tradicional griego, hecho a base de rodajas de berenjena y verduras al horno

\$ 37.900

CUSCÚS CON VERDURAS

Plato tradicional de Marruecos hecho a base de sémola de trigo, cuscús servido con mezcla de verduras salteadas

\$ 41.900

ALBÓNDIGAS DE BERENJENAS

Receta hindú de deliciosas bolitas de berenjenas en salsa hindú

\$ 39.900

MIXTO DUBÁI VEGETARIANO

(1 persona)

4 ensaladas, Hummus con falafel, 2 Tapuaj, 2 Jerusalén. De plato fuerte Golán y Amman, acompañado de fritas árabes con arroz Basmati

\$ 69.900



Malai Kofta



Combinados

MIXTO ÁRABE (2 personas) \$ 79.900

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

MIXTO HINDÚ (2 personas) \$ 84.900

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)

\$ 89.900

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

Mixto
Arabe
grande

MIXTO ÁRABE GRANDE (3 personas) \$ 137.000

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)

\$ 139.000

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	\$ 27.900	\$ 19.900
---	-----------	-----------

SHISH KEBAB Tortitas de carne molida	\$ 33.900	\$ 26.900
--	-----------	-----------

SÁNDWICH TURCO DE CORDERO Finos trocitos de cordero con especias	\$ 39.900	\$ 31.900
--	-----------	-----------



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	\$ 22.900
---	-----------

DEDITOS DE POLLO Julianas de pollo apanado con papas a la francesa	\$ 19.900
--	-----------

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



Jugos

JUGOS TRADICIONALES

Mandarina, fresa, piña, mango, maracuyá

\$ 7.900

TÉ FRIO CEYLON CON HIERBABUENA

\$ 8.900

LIMONADA ÁRABE

\$ 8.900

LIMONADA ROSADA

\$ 9.900

LIMONADA DE COCO

\$ 11.900

FALUDE, BEBIDA PERSA

\$ 10.900

Limonada con agua de rosa y pasta de arroz

ANANÁS

\$ 9.000

Piña con hierbabuena

MANJU

\$ 9.200

Mango con fresa

TUT

\$ 8.900

Fresa con banano



Limonadas

COCUS

\$ 11.900

Piña, banano y coco

LEBANON

\$ 9.600

Naranja con jengibre

LASI DE MANGO

\$ 11.900

Bebida hindú con yogurt y cardamomo

MEJASEQ

\$ 8.900

Maracuyá, banano, mango, mezclados en jugo de melón

PASIFLORA

\$ 8.900

Maracuyá con banano

KIWI

\$ 11.900

Kiwi con hierbabuena

ZITNNI

\$ 9.900

Kiwi, fresa, banano, mezclados en zumo de cereza



Falude

COCA COLA

\$ 6.500

POSTOBON

\$ 6.500

SODAS SABORIZADAS

\$ 6.900

Refrescante soda saborizada con Cereza, Maracuyá o Mango biche

AGUA TÓNICA 976

\$ 9.900

Ginger beer, Jengibre, Limón