

*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 cascós 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 agridulce

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

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



Kebab
Israelí

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 de cordero 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



Cuscús
con Cordero

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 g de la más suculenta carne

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, bañadas 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 \$ 48.900

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, bañadas 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*



Golan



Sahzi Paneer



Musaka
de verduras

GOLÁN
\$ 37.900

Garbanzos con espinaca
en leche de coco y tomate

**MUSAKA
DE VERDURAS**

\$ 37.900

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

**CUSCÚS
CON VERDURAS**

\$ 41.900

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

**ALBÓNDIGAS
DE BERENJENAS**

\$ 39.900

Receta hindú de deliciosas bolitas de berenjenas en salsa
hindú

MIXTO DUBÁI VEGETARIANO

\$ 69.900

(2 personas)

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

\$ 49.900

(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

\$ 35.900

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

AMMÁN

\$ 36.900

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



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 láfa	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 Torticas 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 \$ 7.900
 Mandarina, fresa, piña, mango, maracuyá

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

MARRAKESH \$ 14.900
 Almendras, helado de vainilla, agua, dátil, leche de coco

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

AGUA CON GAS \$ 9.900

AGUA SIN GAS \$ 9.900



Falude