


 nur Kartenzahlung



# MIROU

Israeli • inspired • cuisine



authentisch sichtbar auf  
 [mirou.hamburg](https://www.instagram.com/mirou.hamburg)

# UNSERE PHILOSOPHIE

Wer oder was verbirgt sich hinter MIROU? **Mia und Rouven!**

Uns verbindet nicht nur die Liebe zueinander, sondern auch die Liebe zu gutem Essen, am liebsten in großer Runde mit Familie und Freunden. Unserer optimalen Vorstellung von gutem Essen sind wir in Israel begegnet und waren begeistert von all den vegetarischen und veganen Köstlichkeiten, die hier aufgetischt und gemeinsam genossen werden. In Israel wird im großen Kreise der Familie und Freunde gespeist und vor allem alles, was auf den Tisch kommt mit allen geteilt. Rouvens Großvater – mit jüdischen Wurzeln – hat uns dazu inspiriert und motiviert die israelische Küche zu unserer Lebensaufgabe zu machen. Er hat das MIROU nie kennenlernen können, aber wir sind uns sicher es hätte ihm richtig gut gefallen.

Fühlt euch Willkommen in unserem zweiten Wohnzimmer! Die Friedenstaube als Logo ist für uns ein wichtiges Merkmal. Wir sind ein Team aus verschiedenen Ländern und Kulturen. Uns vereint eine fusionierte Küche, die so facettenreich und wandelbar ist und Einflüsse aus der ganzen Welt vereint.

Wir legen großen Wert auf eine gute Qualität unserer Zutaten. Wir lehnen Massentierhaltung, billige Füllstoffe, Fertigwaren und Zuckerzusätze ab. Bei uns werden die Speisen täglich frisch zubereitet, von der Pita bis zum Dessert. Getrunken wird bei uns regional, hausgemacht und israelisch. Neben in Hamburg geröstetem Kaffee bekommt ihr bei uns hausgemachte Getränke sowie Weine, Bier und Spirituosen aus Israel. Einfach weil es schmeckt und unsere leckeren Speisen optimal ergänzt.

Probiert uns aus und lasst es euch munden.

**„Beteh avon – Guten Appetit“**



## **bei uns nur KARTENZAHLUNG**

Wir setzen uns für mehr Transparenz und vereinfachte Abläufe ein und verzichten im Zuge dessen auf Barzahlungen. Für eine gerechte Verteilung des Trinkgelds inklusive dem Küchenpersonal bitten wir dieses ausschließlich mit der Karte zu geben. Vielen Dank!



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!

# ÖKOLOGISCHES HERZENSPROJEKT

Wir haben uns entschlossen, das Gute, das uns – nicht zuletzt durch eure Unterstützung – zuteil wurde und wird, weiterzugeben. Dazu haben wir uns ein Projekt ausgesucht, welches wir gerne fördern möchten. Uns ist dabei sehr wichtig nicht einfach zu spenden. Wir möchten die Problematik verstehen, und selbst mit anpacken. Zu dem möchten wir Lösungsansätze mit entwickeln und wissen was mit dem gespendeten Geld passiert

Gemeinsam mit der Klimapatenschaft möchten wir aus unserem **MIROU** ein **grundwasserneutrales Restaurant** machen, sprich mehr Grundwasser fördern als wir jährlich verbrauchen. Um dies zu schaffen wird von jeder bestellten Hauptspeise **50 Cent** für den **Klimaschutz** eingesetzt. Von dem gesammelten Geld finanzieren wir Laubbäume, die wir gemeinsam als MIROU-Team regelmäßig im Forst Klövensteen (Nahe Hamburg) einpflanzen, um so aus einem reinen Fichtenwald einen Mischwald zu machen und hierdurch die Anreicherung und Filtrierung des regionalen Grundwassers zu fördern. Jeder gepflanzte Laubbaum fördert jährlich die Bildung von 200 Litern Grundwasser.

„Wer Bäume setzt, obwohl er weiß, dass er nie in ihrem Schatten sitzen wird, hat zumindest angefangen, den Sinn des Lebens zu begreifen.“ *Ravindranath Thakur*



## 83%

Wasserkompensation mit 2.452 gepflanzten Bäumen und einer geschätzten Grundwasserförderung von jährlich 589m<sup>3</sup> (Stand Oktober 2023)

Mehr Infos unter:

<https://klimapatenschaft.de/unternehmen/naturflaechenprojekte/baumpflanzaktion>



Allergen? Sprecht uns gerne an!



# MEZZE

Mezze sind kleine Vorspeisen, die zusammen auf den Tisch kommen und gerne geteilt werden. Sie werden hauptsächlich kalt und vegetarisch serviert. Die klassisch israelische Pita darf bei Mezze nicht fehlen und wird bei uns täglich frisch von Hand gemacht!

// EINZELN 7,5€


// DREIERLEI 20,5€

**HUMMUS** *klassisch*  

**FALAFEL** *mit Zitronen-Tahini*  

**PINK HUMMUS** *mit frischer Rote Bete*  

**ISRAELISCHER BOHNENSALAT** *pikant*  

**MUTABBAL KUSA** *Creme aus gegrillte Zucchini mit Tahini*  

**DATTEL-KARDAMOM DIP** 

**BLUMENKOHLSALAT** *mit Granatapfelkernen und Pistazien*   

**ZIGARREN** *mit Spinat und Feta*

**TABOULEH** *Petersiliensalat mit Bulgur* 

**ARTISCHOCKEN-PRINZESSBOHNEN-SALAT** *mit Za'atar*  

**HAUSGEMACHTE OREGANO-CHIPS** *mit Zhug-Mayo*  möglich

**BABA GHANOUSH** *geräuchertes Auberginenpüree*  

**ROTE BETE-PFLAUMEN-SALAT** *mit Walnuss und Sumach*   

**Zu jedem Dip gehört eine hausgemachte Pita, jede weitere Pita +3€**

# LITTLE EXTRA

**SHAKSHUKA**  möglich  möglich

*Pikantes israelisches Nationalgericht aus der Gusspfanne. Tomate / Spitzpaprika / Chilli / frische Kräuter / Zwiebel / Kichererbsen / versunkene Bio-Eier / Pitabrot*

Klassisch	14€
+ Feta-Schnee	16€
+ Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)	18€
+ Schawarma Hähnchenspieße (Hähnchen v. Privathof)	19,5€

 **Vegan**

 **Gluten frei**

 **enthält Nuss**

**Allergen? Sprecht uns gerne an!**

# HAUPTGERICHTE

Je Hauptgericht sammeln wir 50 Cent für unser ökologisches Projekt.



So isst Israel: Die Kunst der israelischen Küche ist es, traditionell jüdische Gerichte mit Zutaten aus der ganzen Welt zu bereichern. So lassen sich osteuropäische, mediterrane und arabische Komponenten ausmachen, die ihren Platz in der israelischen Küche gefunden haben.

## TRADITIONELLES SABICH möglich

*Pitabrot / Hummus / Aubergine / Rotkohl / Tomate/Gurke / Zhug /*

*Amba / Tahini / frischer Koriander / Bio-Ei oder Avocado*

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi

19,5€

// Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Hähnchen v. Privathof)

23€

## SÜBKARTOFFEL AUS DEM OFEN möglich

*Ganze Süßkartoffel mit Feta-Dattel-Creme / Petersilien-Tahini / Labneh*

*mit Walnuss Granatapfelkerne / Fattoush Salat mit Za'atarchips*

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi

19,5€

// Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Hähnchen v. Privathof)

23€

## GERÖSTETER KOHL

*Halber Blumenkohl / schwarzer Hummus / geröstete Kichererbsen /*

*Zitronen-Tahini / Dukkah / Granatapfelkerne*

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi

19,5€

// Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Hähnchen v. Privathof)

23€

## MAQLUBE

*Zimt-Basmatireis / Aubergine / Zucchini / Datteln / Nussmix / Granatapfel-*

*kerne / vegane Minz-Joghurtsoße / gegrillte Möhren / Dukkah*

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi

19,5€

// Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Hähnchen v. Privathof)

23€

## GEFÜLLTES PAPRIKAQUETT möglich

*Ganze Paprika und Spitzpaprika / Pirinc Pilav Reis mit wilden Kräutern /*

*Tomaten-Minzsoße / Labneh mit Walnuss / Fattoush Salat mit Za'atarchips*

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi

19,5€

// Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Hähnchen v. Privathof)

23€



### HAUSGEMACHTES ZUM SCHÄRFEN +3€

Zhug (Koriander-Pesto) oder Harissa (Chillipaste)








Allergen? Sprecht uns gerne an!

# FÜR DIE KLEINEN (bis 12 Jahren)

Hummus / hausgemachte Oregano-Chips / Falafel / Pita 	9€
Labneh / hausgemachte Oregano-Chips / Hähnchen / Pita 	13€

## DESSERT

Modern und klassisch treffen auch bei unseren Desserts in perfektem Zusammenspiel aufeinander und lassen sich ideal miteinander kombinieren - vor allem im Dreierlei auf einer Etage serviert. Dann ist für jedes Leckermäulchen am Tisch bestimmt das Passende dabei.

<b>TRADITIONELLES KNAFEH</b>  <i>Engelshaar / Mozzarella / Mascarpone / Rosenwasser / Pistazie</i>	8,5€
<b>HAUSGEMACHTES EIS</b>   <i>Kokos / Granatapfel / Zitrone</i>	7,5€
<b>SELBSTGEMACHTES BAKLAVA</b>   <i>Filoteig / Agavendicksaft / Pistazien / Mandeln / Zimt</i>	8€
<b>ALLERLEI</b> <i>„Einmal bitte alles!“</i>	21€

## HEIßGETRÄNKE

Wir beziehen unsere Kaffeebohnen von unseren Nachbarn, der Kaffeerösterei Codos. Du entscheidest ob mit Bio-Vollmilch oder mit Oat Molk Barista. Wir haben auch **entkoffeinierten Kaffee**.

<b>Espresso / Espresso Macchiato</b>	2,5€
<b>Doppelter Espresso</b>	4€
<b>Café Crema</b>	3,5€
<b>Cappuccino</b>	4€
<b>Latte / Latte auf Eis</b>	4,5€
<b>Flat White</b>	4,5€
<b>Frischer Minztee</b> <i>Alternativ Ingwer / Zitrone / Orange</i>	4,5€



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!

# SOFTGETRÄNKE

// HANSEATISCHES WASSER – ABER BITTE GEFILTERT!

**Tafelwasser** *Still / Sprudel*

Pauschale p.P. 4€

// UNSERE HAUSGEMACHTEN LIEBLINGE:

**Limonana** *Limonade mit Nanaminze und Zitrone*

0,5l 5,5€

1l 10,5€

**Detox-Limo** *Limonade mit Ingwer, Koriander und Zitronengras*

0,5l 5,5€

1l 10,5€

**EisTee** *Zitronen Tee mit Agave und Minze*

0,5l 5,5€

1l 10,5€

// AUS LIEBE ZUR STADT.

**Fritz Kola / Fritz Kola zuckerfrei**

0,33l 4,5€

// DAS GELD HÄNGT AN DEN BÄUMEN.

**Apfel trüb / Apfel-Rhabarber / Apfel-Johannesbeere**

0,3l 4€

**Saftschorle**

0,35l 4€

0,5l 5,5€

# BIER

// ISRAELISCHES BIER

**Maccabee** *Lager*

0,33l 6€

**Goldstar** *dunkles Lager*

0,33l 6€

**Alster** *hausgemacht mit Biersorte nach Wahl*

0,4l 6,5€



Allergen? Sprecht uns gerne an!

# WEINE

**Wein aus Israel** – Weinbau hat in Israel eine deutlich längere Tradition als in Europa, man vermutet die Wiege des Weinbaus vor rund 8000 Jahren auf den Golanhöhen. Passend zu unserem Leitgedanken "Tradition trifft Moderne", möchten wir euch traditionelle israelische Weine auf moderne Art präsentieren.

// ROT	0,15l	0,5l	0,75l
<b>Monfort Carignan, 2020, Barkan</b>	6€	17,5€	26,5€
<b>Premieur Cabernet, Sauvignon &amp; Malbec, 2021, Barkan</b>	6,5€	19,5€	29,5€
<b>Ben Ami Merlot, 2021, Segal</b>	7€	21,5€	32,5€
<b>Classic Shiraz, 2021, Barkan</b>	7,5€	23,5€	34,5€
<b>Classic Malbec, 2020, Barkan</b>			35€

// WEISS	0,15l	0,5l	0,75l
<b>Montfort Semillon, 2020, Barkan</b>	6€	17,5€	26,5€
<b>Premieur Riesling &amp; Colombard, 2019, Barkan</b>	6,5€	19,5€	29,5€
<b>Ben Ami Chardonnay, 2021, Barkan</b>	7,5€	23,5€	34,5€
<b>Classic Sauvignon Blanc, 2022, Barkan</b>	7,5€	23,5€	34,5€
<b>Fusion Chardonnay &amp; Sauvignon Blanc, 2019, Segal</b>			40€

// ROSÉ	0,15l	0,5l	0,75l
<b>Classic Rosé, 2022, Barkan</b>	7,5€	23,5€	34,5€

// WEINSCHORLE	0,15l	0,5l
<b>Weissweinschorle</b>	5,5€	16€
<b>Roséweinschorle</b>	7€	19,5€

// CRÉMANT	0,75l
<b>La Chateau Crémant de Loire Brut</b>	34,5€

Flasche israelischen Wein für Zuhause oder zum Verschenken?

Du erhältst 20% Rabatt auf alle Flaschen.



Vegan

Gluten frei

enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!



# ISRAELISCHE SPIRITUOSEN

„**Le`chajim – Auf das Leben**“. Der jüdische Trinkspruch steht für Lebensfreude und das Trotz alledem – was auch immer geschieht, das Leben ist lebenswert und muss gefeiert werden.

<b>Levantine Gin Tonic</b> mit Zitronenzeste und Tonic Water	11€
<b>Bee2Bee</b> mit Levantine Gin, Kamillentee, Zitrone, Agave und Za´atar	10€
<b>Wild Iced Tea</b> mit Keglevich Wodka, hausgemachtem Eistee und Minze	9,5€
<b>Tubi 60 Mule</b> mit Zitrone, Gurke und Ginger Beer	10,5€
<b>Espresso Martini</b> mit Espresso Shot, Stock Kaffeelikör, Keglevich Wodka	10,5€
<b>Limonarak</b> mit Arak, hausgemachter Limonana, Zitrone und Nanaminze	9€
<b>Amaretto Sour</b> mit Bio-Eiweiß, Zitrone, Orange und Zimt	10€
<b>Koriander Spritz</b> mit Prosecco, Detox-Limo, Ingwer und Koriander	9€
<b>Whiskey Sour</b> mit Bio-Eiweiß, Zitrone, Orange, Agave und Zimt	12,5€

## 0,0% SPIRITUOSEN

<b>Knut Hansen Gin Tonic</b> mit Zitronenzeste und Tonic Water	11€
<b>Bee2Bee Free</b> mit Hansen Gin, Kamillentee, Zitrone, Agave und Za´atar	10€

## DIGESTIFS

<b>Amaretto Stock</b>	4cl	5,5€
<b>Arak</b>	2cl	3,5€
<b>Arak</b> mit Minze, Eis und Zitrone	4cl	5,5€
<b>Tubi 60</b>	2cl	3,5€
<b>Vodka Keglevich</b>	2cl	3,5€
<b>Whiskey Milk &amp; Honey Classic</b>	2cl	5,5€

**Tubi 60: Kräuterschnap, Arak: Anisschnaps**



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!

# EVENTS IM ATELIER

Wir haben unser MIROU erweitert, um einen Ort zu schaffen, an dem in größeren Runden an großen Tischen gefeiert, getagt, geplant oder schlicht gemeinsam Zeit verbracht wird. Das MIROU Atelier passt in seiner zeitlos schönen, unaufdringlichen Art als Rahmen für viele **Events für bis zu 30 Personen**.

Den kulinarischen Inhalt liefern wir dazu. Unsere **Menüs für ab 10 Personen** starten mit einem Potpourri an geschmacklich unterschiedlichen Mezze, bestehend aus Dips, Salaten und hausgemachter Pita, gefolgt von „typisch“ israelischen Gerichten. Zum fulminanten und krönenden Abschluss servieren wir eine Vielfalt an orientalischen Desserts. Alle Speisen werden zum Teilen in die Mitte gestellt, ganz wie in Israel üblich. Beim gemeinsamen Essen im „Balagan Stil“, was im Weitersten übersetzt „bunte Vielfalt“ bedeutet, geht es darum, speisend miteinander zu kommunizieren.

## MENÜ-AUSWAHL

### TEL AVIVIAN STYLE 29€ p. P.

- Mezze-Mix
- Kleine vegetarische Speisen
- Dessert-Variation

### GROßES BALAGAN 39€ p. P.

- Großer Mezze-Mix
- Verschiedene vegetarische Speisen mit diversen Beilagen: Falafel, Ziegenkäse, Halloumi, Bio-Köfte, Hähnchen vom Privathof
- Bunte Dessertauswahl

## GETRÄNKE-AUSWAHL

### BASICS 14€ p. P.

- Wasser still / laut
- Fritz Kola
- Hausgemachte Drinks
- Saftschorlen
- Heißgetränke

### LIFESTYLE 24€ p. P.

- Diverse Softgetränke
- Maccabee Bier
- Goldstar Bier
- Israelische Weine
- Crémant
- Heißgetränke

### PREMIUM 34€ p. P.

- Softgetränke
- Israelische Biere & Weine
- Aperitif/Crémant
- Cocktails
- Digestifs
- Heißgetränke

**A LA CARTE** ist bei der Getränkeauswahl auch möglich

# CATERING VOM MIROU

Ihr plant eine Veranstaltung an einem anderen Ort und möchtet trotzdem nicht auf unser MIROU Essen verzichten? Angerichtet auf Platten servieren wir unsere verschiedenen bunten Mezze für Selbstabholer. Zudem bieten wir die Möglichkeit die Mezze mit einzelnen „Add Ons“ zu erweitern.

## Add Ons

### MEZZE MIX 21€ p. P.

- MIROU Hummus
- Verschiedenste Salate
- Hausgemachte Zigarren
- Allerlei Dips
- Knusprige Falafel

### Hausgemachte Pita 3€ p. P.

### Unsere Spieße 9,5€ p .P.

- Freiland Hähnchenspieße
- Bio Köfte Spieße

### Dessertvariation 8€ p. P.

- Hausgemachtes Baklava
- Kokos Malabi im Glas



Aktuell suchen wir nach einem ökologischen oder sozialen Projekt, dass wir mit dem MIROU Atelier + MIROU Catering unterstützen können. Uns ist es wichtig, eine gewisse Nähe zum Projekt zu haben. Statt lediglich Geld zu spenden würden wir gerne selbst mit anpacken, ggf. durch jährliche Events als teambildende Maßnahme. Ideen gerne an: [hallo@mirou-hamburg.de](mailto:hallo@mirou-hamburg.de)



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!