


 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!

ÖKOLOGISCHE HERZENSPROJEKTE

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.



83%

Wasserkompensation mit 2.452 gepflanzten Bäumen und einer geschätzten Grundwasserförderung von jährlich 589m³. (Stand Oktober 2023)

„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

&



Als ökologisches Projekt von unserem **Restaurant am Grindel** haben wir unser eigenes **Bienen Volk** gegründet. In Zusammenarbeit mit dem „Honigwerk Hamburg“ kümmern wir uns um unser Bienen Volk am Jenischpark in Othmarschen. Unsere Patenschaft ermöglicht es, dass die Bienen auf ihrem eigenen Honig überwintern können. Dies fördert die Gesundheit der Bienenvölker. Und den überschüssigen Honig nutzen wir in beiden Restaurants zum kochen und backen.



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

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*  

NEU! **SUMMER HUMMUS** *mit Avocado und Limette*  

ISRAELISCHER KICHERERBSENSALAT  

LABNEH *mit Walnuss, Minze, Za'atar und Oliven*  

ARTISCHOCKEN-WALNUSS-DIP   

BLUMENKOHLSALAT *mit Sellerie, Haselnuss und Piment*   

ZIGARREN *mit Spinat und Feta*

TABOULEH *Petersiliensalat mit Bulgur* 

WASSERMELONENSALAT *mit Minze, Feta und Za'atar* 

HAUSGEMACHTE OREGANO-CHIPS *mit Zhug-Mayo*  möglich

BABA GHANOUSH *geräuchertes Auberginenpüree*  

FATTOUSH SALAT *mit Za'atar Brotchips* 

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 Hähnchenspieß (Pro Ethika Freiland-Hähnchen)	19,5€
+ Garnelen in orientalischer Dill-Harissa-Marinade	20,5€

 **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 oder Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Pro Ethika Freiland-Hähnchen)

23€

// Garnelen in orientalischer Dill-Harissa-Marinade

24€

SÜBKARTOFFEL AUS DEM OFEN möglich

Ganze Süßkartoffel mit frischem Spinat und Feta/ Petersilien-Tahini /

Labneh mit Walnuss / Granatapfelkerne / Fattoush Salat mit Za'atar chips

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi oder Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Pro Ethika Freiland-Hähnchen)

23€

// Garnelen in orientalischer Dill-Harissa-Marinade

24€

JERUSALEM SALAT möglich

Spinatsalat / Datteln / Nussmix / rote Sumach-Zwiebeln / Granat-

apfelkerne / hausgemachtes Dressing / geröstetes Pitabrot

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi oder Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Pro Ethika Freiland-Hähnchen)

23€

// Garnelen in orientalischer Dill-Harissa-Marinade

24€

MAQLUBE

Quinoa mit Baharat / Apfel / Zucchini / Nussmix / Apfel-Curry-Soße /

Granatapfelkerne / gegrillte Möhren / Dukkah / frische Petersilie

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi oder Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Pro Ethika Freiland-Hähnchen)

23€

// Garnelen in orientalischer Dill-Harissa-Marinade

24€

GERÖSTETE AUBERGINE möglich

Ganze Aubergine mit Walnuss-Paprika Mix / Hummus / eingelegte

Cherrytomaten / Rosmarin / geröstete Kichererbsen / mixed Freekeh Salat

// mit Falafel

18,5€

// mit Halloumi oder Ziegenkäse

19,5€

// mit Baharat Köftespieß (Bio Rinderhackfleisch)

21€

// mit Schawarma Hähnchenspießen (Pro Ethika Freiland-Hähnchen)

23€

// Garnelen in orientalischer Dill-Harissa-Marinade

24€

HAUSGEMACHTES ZUM SCHÄRFEN +3€

Zhug (Koriander-Pesto) oder Harissa (Chillipaste)



Allergen? Sprecht uns gerne an!

FÜR DIE KLEINEN (bis 12 Jahren)

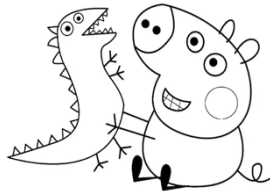
PAW PETROL

Hähnchenspieße
Labneh (Joghurt Dip)
Tomaten-Gurken Salat
Pommes rot / weiß
Pitabrot
kleines Geschenk 😊
10€



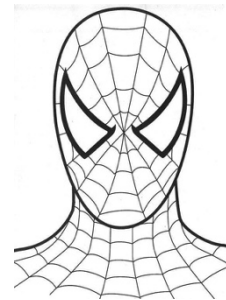
PEPPA PIG LOVES VEGGIE

Kichererbsenbällchen
Hummuspüree
Tomaten-Gurken Salat
Pommes rot / weiß
Pitabrot
kleines Geschenk 😊
7.5€



SUPERHERO FRIES

rot / weiß
kleines Geschenk 😊
4.5€



MIROU QUALITÄT

Wir legen großen Wert auf eine gute Qualität. Wir lehnen Massentierhaltung, billige Füllstoffe, Fertigwaren und Zuckerzusätze ab. Bei uns werden die Speisen täglich frisch zubereitet, von der Pita bis zum Dessert.



Unser Fleisch:

Unser Hähnchenfleisch – sowohl Hähnchenbrust als auch Hähnchenflügel – kommt von „Pro Ethika“. Diese Hähnchen wachsen freilaufend auf französischen Kräuterwiesen auf. Sie werden artgerecht und ohne Einsatz von Gentechnik auf kleinbäuerlichen Zuchtbetrieben gehalten. Das Fleisch hat Güteklasse A. Zudem ist unser Rinderhackfleisch in BIO.



Unser Kaffee:

Unsere Kaffee kommt von unseren lieben Nachbarn, Codos.



Unsere Pita:

Wir machen unsere Pita täglich frisch. Aus dem Hefeteig machen wir Rohlinge, die dann im Anschluss im Ofen zu unserer fertigen Pita gebacken werden. Als spezielle Zutat verwenden wir Mahlab – Steinweichselpulver von der Felsenkirsche – für den einzigartigen Geschmack unserer Pitas.



Unser Honig:

Dank unseren Bienen im Jenischpark haben wir stets frischen Honig der sowohl bei den Getränken als auch in der Küche verwendet wird.



Unser Hausgemachtes:

Von den Soßen bis zu den hausgemachten Getränken machen wir so viel es geht selbst, weil wir wissen: hausgemacht schmeckt es am Besten.



Unser Hummus:

Was wäre ein israelisches Restaurant ohne hausgemachten Hummus. Im Gegensatz zu vielen anderen werden bei uns noch die getrockneten Kichererbsen über Nacht eingeweicht um sie dann täglich frisch zu Hummus zu verarbeiten.



Unsere Säfte:

„Das Geld hängt an den Bäumen“ beliefert uns mit ihren Säften mit Früchten aus privaten Hamburger Gärten, die geerntet werden von gesellschaftlichen Randgruppen wie Obdachlosen und Menschen mit Behinderung.



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!

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.

TRADITIONELLES KNAFEH

Engelshaar / Mozzarella / Mascarpone / Rosenwasser / Pistazie

8,5€

HAUSGEMACHTES EIS

Kokos / Granatapfel / Zitrone

7,5€

SELBSTGEMACHTES BAKLAVA

Filoteig / Agavendicksaft / Pistazien / Mandeln / Zimt

8€

NAZARETH CHEESECAKE

Karamellkeks Cheesecake

NEU!

8€

ALLERLEI

„Einmal bitte alles!“

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**.

Espresso / Espresso Macchiato

2,5€

Doppelter Espresso / Doppio Espresso Macchiato

4€

Café Crema

3,5€

Cappuccino

4€

Latte / Latte auf Eis

4,5€

Flat White

4,5€

Frischer Minztee Alternativ Ingwer / Zitrone / Orange

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 *Pfirsichtee 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€

Ratsherrn *alkoholfrei*

0,33l 4,5€

Alster *hausgemacht mit Biersorte nach Wahl*

0,4l 6,5€

Nesher Malt *Malzbier 0,5%*





















0,33l 6€



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
  Segal Ragil Merlot, Argaman & Petit Syrah, 2022		6€	17,5€	26,5€
  Barkan Premieur Cabernet, Sauvignon & Malbec, 2021		6,5€	19,5€	29,5€
  Barkan Merlot, 2021		7€	21,5€	32,5€
  Barkan Classic Shiraz, 2023		7,5€	23,5€	34,5€
  Barkan Classic Malbec, 2021				35€
	WEISS	0,15l	0,5l	0,75l
  Segal Ragil Sauv. Blanc, Colombard & Muskat, 2022		6€	17,5€	26,5€
  Barkan Premieur Emerald Riesling & Colombard, 2022		6,5€	19,5€	29,5€
  Ben Ami Chardonnay, 2021		7,5€	23,5€	34,5€
  Barkan Classic Sauvignon Blanc, 2023		7,5€	23,5€	34,5€
  Fusion Chardonnay & Sauvignon Blanc, 2021				40€
	ROSÉ	0,15l	0,5l	0,75l
  Classic Rosé, 2022, Barkan		7,5€	23,5€	34,5€
	WEINSCHORLE	0,15l	0,5l	
	Weissweinschorle	5,5€	16€	
	Roséweinschorle	7€	19,5€	
	CRÉMANT			0,75l
	La Chateau Crémant de Loire Brut			34,5€

Flasche israelischen Wein für Zuhause oder zum Verschenken?

Du erhältst 20% Rabatt auf alle Flaschen.



halbtrocken



trocken



leicht bis kräftig

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.

Levantine Gin Tonic mit Zitronenzeste und Tonic Water	11€
Bee2Bee mit Levantine Gin, Kamillente, Zitrone, Agave und Za`atar	10€
Wild Iced Tea mit Keglevich Wodka, hausgemachtem Eistee und Minze	9,5€
Tubi 60 Mule mit Zitrone, Gurke und Ginger Beer	10,5€
Espresso Martini mit Espresso Shot, Stock Kaffeelikör, Keglevich Wodka	10,5€
Limonarak mit Arak, hausgemachter Limonana, Zitrone und Nanaminze	9€
Amaretto oder Wodka Sour mit Bio-Eiweiß, Zitrone, Orange und Zimt *auch vegan möglich	10€
Koriander Spritz mit Prosecco, Detox-Limo, Ingwer und Koriander	9€
Whiskey oder Gin Sour mit Bio-Eiweiß, Zitrone, Orange, Agave und Zimt *auch vegan möglich	12,5€
Pampelle Spritz mit Grapefruit	10€
Pampelle Tonic mit Grapefruit	10,5€

0,0% SPIRITUOSEN

Knut Hansen Gin Tonic mit Zitronenzeste und Tonic Water	11€
Bee2Bee Free mit Hansen Gin, Kamillente, Zitrone, Agave und Za`atar	10€

DIGESTIFS

Amaretto Stock	4cl	5,5€
Arak	2cl	3,5€
Arak mit Minze, Eis und Zitrone	4cl	5,5€
Tubi 60	2cl	3,5€
Vodka Keglevich	2cl	3,5€
Whiskey Milk & Honey Classic	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, Garnelen
- 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 oder per Kurier. Zudem bieten wir die Möglichkeit die Mezze mit einzelnen „Add Ons“ zu erweitern. Ab 10 Personen.

Add Ons

MEZZE MIX 19€ p. P.

- Hummus klassisch
- Summer Hummus
- Kichererbsensalat
- Labneh
- Artischocken-Walnuss-Dip
- Blumenkohlsalat
- Tabouleh
- Wassermelonensalat
- Baba Ghanoush
- Fattoush Salat

Knusprige Falafel 2€ / Stk.

Veg. Zigarren 2,50€ / Stk.

Hausgemachte Pita 2,50€ / Stk.

Fleischspieße (kalt) 9,5€ p. P.

Mix aus:

- Freiland Hähnchen
- Bio Köfte
- Garnelen

Zweierlei **Dessert**variation 9€ p. P.
Hausgemachtes Baklava & Nazareth Cheesecake



Allergen? Sprecht uns gerne an!



מיראָו

Mühlenkamp, est. Juni 2020



מיראָו
ATELIER

Mühlenkamp, est. Juni 2023

NEU!



מיראָו
MEZZE BAR

Grindel, est. Juni 2024

„Mezze, Mezze, Mezze – so weit das Auge reicht.“ MIROU Mezze Bar legt den Fokus auf Mezze. Viele Kleinigkeiten zum Teilen und ausprobieren. Im Grindelviertel, dem Zentrum des jüdischen Lebens in Hamburg liegt unser neues Wohnzimmer, das einige Parallelen zum ursprünglichen MIROU aufweist – im Grundkonzept aber etwas komplett Neues vom Ambiente bis zum Essen darstellt.



Vegan



Gluten frei



enthält Nuss

Allergen? Sprecht uns gerne an!