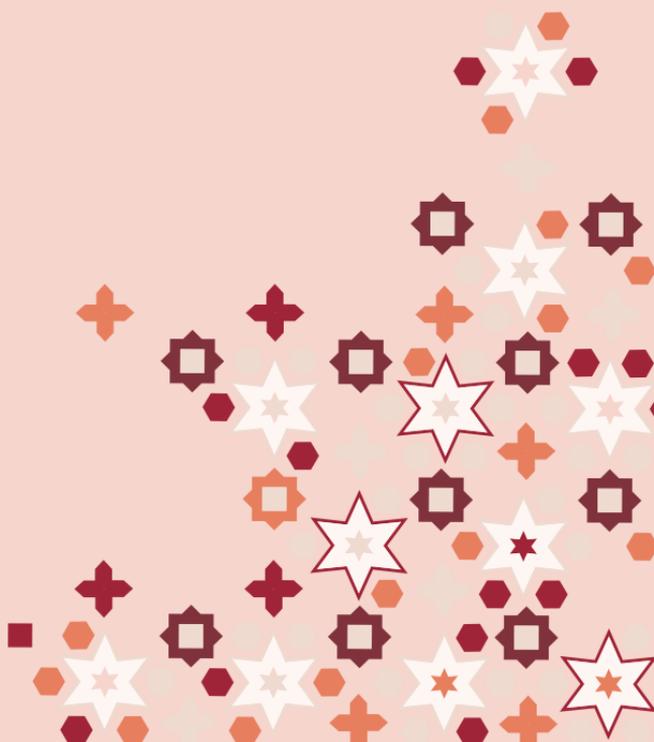


وادي رم



WADI RUM
Cucina Libanese





WADI RUM RISTORANTE LA “VALLE MAESTOSA”

Esiste ancora oggi, in Giordania, un luogo meraviglioso chiamato WADI RUM, la “Valle maestosa”. Anche nota come “Valle della Luna”, Wadi Rum è stata creata dallo scorrere incessante di un fiume attraverso il tempo e le rocce. In mezzo a dune di sabbia è sorta WADI RUM, ambiente fantastico e lunare che ha regalato, agli uomini che l'hanno abitata, il miracolo della bellezza e il dono dell'acqua nel deserto.

A questa valle e alla sua magia, ci siamo ispirati noi di WĀDĪ RUM, perché il nostro ristorante possa essere per voi quel luogo incantato ricco di piacevoli suggestioni. Qui serviamo cucina mediorientale e il Medio Oriente è una vasta regione che abbonda di tradizioni ed usanze differenti tra loro.

Olive, ceci e lenticchie, fagioli e verdura, possono spesso essere servite senza carne e costituiscono la base prevalentemente vegetariana della dieta mediorientale. Le carni più frequentemente consumate sono pollo, manzo e agnello, allo spiedo e grigliati, come il kebab. A tutto questo, si aggiunge la ricchezza dei formaggi e dello yogurt.

Menta e prezzemolo, cumino, curcuma, noce moscata, così come molte altre erbe e spezie, aromatizzano ogni piatto che viene accompagnato da focaccine e pita, il pane più antico del mondo. La pita è tra le forme di pane più popolari della regione, usata per avvolgere o raccogliere il cibo e qui la serviamo calda appena sfornata.

Influenzata fortemente dalla cultura araba, la cucina medio orientale di WĀDĪ RUM spazia dalla libanese alla siriana, con una raffinatezza ed un'eleganza che nel corso dei secoli si è arricchita di influenze gastronomiche come quelle ottomane e francesi.





Ingredienti che caratterizzano il cibo del Medio Oriente

Olive, ceci, lenticchie, fagioli e verdure sono una parte importante della cucina della maggior parte dei paesi del Medio Oriente, a volte con l'esclusione della carne.

Quando si mangia la carne, è pollo, manzo e agnello spesso infilzati e grigliati come kebab. Yogurt e formaggi, insieme ai legumi, costituiscono il resto del contenuto proteico della dieta.

Le spezie e le erbe sono ben visibili ei piatti sono spesso fortemente aromatizzati con cumino, cumino, noce moscata, curcuma, menta, prezzemolo e altri.

Focaccine e pita in una forma o nell'altra sono due dei tipi più popolari di pane serviti in molti paesi e usati in vario modo per avvolgere il cibo o raccogliere il cibo.

Il caffè e il tè turchi forti e spessi sono le bevande più popolari.

Il pane Pita, uno dei più popolari pane mediorientale, è considerato il più antico tipo di pane al mondo.

McDonald's ha una sua versione di falafel nel loro menu in Egitto; è chiamato il McFalafel.

La melanzana è la verdura più consumata in Medio Oriente





MENU DEGUSTAZIONE

MENÙ DEGUSTAZIONE WADI RUM € 28

Hummus, baba ganush, fattoush, moutabal, falafel, manakish, patate speziate, couscous alla marocchina con verdure miste e ceci, pita, assaggi di una accurata selezione di dolci tipici della giordania

MENÙ DEGUSTAZIONE JUDE € 30

Hummus, baba ganush, tabouleh, muhammara, moutabal, labneh aromatizzato con menta, falafel, verdure ripiene di riso speziato, ferakh o couscous alla marocchina con verdure miste e ceci, pita, assaggi di una accurata selezione di dolci tipici della giordania

MENÙ DEGUSTAZIONE PETRA € 35

Hummus, baba ganush, tabouleh, muhammara, moutabal, labneh aromatizzato con menta, falafel, , ferakh , patate speziate, verdure ripiene di riso speziato, pita, assaggi di una accurata selezione di dolci tipici della giordania

MENÙ DEGUSTAZIONE ANOUD € 40

Hummus, baba ganush, tabouleh, moutabal, foul mudammas, muhammara, moussaka, falafel, warak enab, kabse, couscous alla marocchina con verdure miste e ceci, pita, , assaggi di una accurata selezione di dolci tipici della giordania

ENTRÉE

HALLOUMI IN INSALATA € 10

Formaggio halloumi grigliato servito con insalata verde, pomodori e cetrioli

TABOULEH SALAD € 7

Quinoa in insalata con prezzemolo, menta, pomodoro e limone

FATTOUSH € 6

Insalata verde, cetrioli, pomodori, chicchi e melassa di melagrana, servita con pane croccante

KABIS € 6

Verdure miste in salamoia

LABAN B' KHIAR € 6

Ynsalata di yogurt con cetrioli e menta

ZAITOON € 4

Olive in salamoia

LABNEH WADI RUM € 5

Formaggio tradizionale preparato da yogurt strizzato e menta



MEZE FREDDE

HUMMUS € 6

Crema di ceci con tahina

MOUTABAL BETINJAN € 6

Melanzane arrostate e affumicate preparate con tahina e chicchi di melagrana

MOUTABAL PATATA € 5

Purea di patata con cipolla arrostate

MOUTABAL ZUCCA € 6

Crema di zucca al forno, tahina, yogurt e granella di pistacchio

MOUTABAL ZUCCHINA € 6

Crema di zucchine al forno e tahina

FUL MUDAMMAS € 5

Crema di fave con tahina, pomodoro fresco, prezzemolo e limone

MUHAMMARA € 5

Crema siriana di peperoni e noci con aglio e peperoncino arricchita con pangrattato BABA

BABA GANUSH € 6

Polpa di melanzane al forno, peperone, prezzemolo, chicchi e melassa di melagrana

MEZE CALDE

FALAFEL € 6

Polpette di ceci fritte speziate

FALAFEL MAHSHI BIL Tahini € 8

Polpette di ceci e cipolla fritte speziate

VEG KUFTA € 8

Polpette al forno di verdura miste speziate

KIBBEH € 8

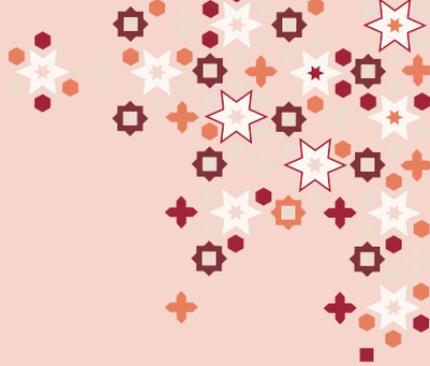
Arancini di grano arabo con spinaci selvatici

MUJADDARA € 8

Riso con lenticchie e cipolla arrostita, servito con yogurt e menta

MAHSHI € 10

Verdure ripiene di riso speziato



MEZE CALDE

TAJINE CON VERDURE € 10

Verdure cotte al forno (carote, cipolle, patate, peperoni, zucchini)

WARAK ENAB DAWALI € 9

Involtini di foglie di vite ripieni di riso profumato

SANDWICH FALAFEL € 9

Falafel in sfoglia sottile di pane con insalata, cetrioli, pomodori e tahina

SANDWICH SHAWERMA € 9

Straccetti di seitan in sfoglia sottile di pane, con insalata, cetrioli, pomodori e tahina

FERAKH BIL HOMMUS € 8

Burghul affumicato con ceci e carote

KABSE € 8

Riso con verdure e spezie mediorientali

COUSCOUS € 8

Couscous alla Marocchina con verdure miste e ceci

ROLLS DI VERDURE € 6

Involtini croccanti ripieni di verdure miste alla mediorientale (carote, cipolle, mais, peperoni, verza)

ROLLS DI FORMAGGIO € 6

Involtini croccanti ripieni di ricotta salata

HALLOUMI CHEESE € 12

Formaggio libanese halloumi alla griglia

BAMIA AL POMODORO € 6

Gombo al pomodoro

KUSA AI FORNO € 5

Zucchine al forno con menta e cipolla

PATATE HARRA € 6

Patate speziate al forno leggermente piccanti

RUZ ABIAD € 5

Riso bianco

MISTO SFIZIOSO € 15

Sambousek, Falafel, Kufta, Kibbeh, Involtini di formaggio, Insalatina

MOUSSAKA € 5

Polpa di melanzana al forno con pomodoro in salsa



CHORBA

CHORBA ADAS € 7

vellutata di lenticchie rosse e carote

CHORBA BEL FRIKE € 7

zuppa di grano verde affumicato

MOLOKHIA € 7

zuppa di corcoro selvatico con aglio

DOLCI ARABI DI WADI RUM DOLCETTI TRADIZIONALI FATTI IN CASA

BAKLAVA & OSH AL BULBUL € 7

Dolcetti di pasta fillo al forno con pistacchio

BASBOUSA € 6

Dolce di semolino con yogurt e cocco

KOUNAFA CHEESE € 8

Dolce con pasta a capelli d'angelo, crema di formaggio e pistacchi

MUHALLABIA € 6

Dolce di latte al cucchiaino al profumo di rosa

HELBE € 6

Dolce di semolino e fieno greco

MEGLHLI € 6

budino di riso con cocco e cannella rice pudding with coconut and cinnamon

MISTO DOLCI € 10

Budino di riso con cocco e cannella

BISCOTTINI MISTI € 6

Selezione di dolci tipici della Giordania



AL SAAJ LEBNANIE

MANAKISH € 6

Focaccine classiche miste

MANAKISH ZA'ATAR é ZEIT € 8

Focaccia con Za'atar (timo e sesamo), pomodoro fresco, olive e chicchi di melagrana

MANAKISH LABNEH è FALAFEL € 9

Focaccia con formaggio, falafel, pomodori, cetrioli e insalata verde

HALLOUMI PIZZA € 10

Focaccia con formaggio Halloumi, pomodori, olive, Za'atar (timo e sesamo)

SAMBOUSEK e SABANECH € 8

fagottini misti ripieni con formaggio, spinaci e Za'atar (timo e sesamo)

BEVANDE

Acqua naturale – lt 0,75 € 2,5

Acqua frizzante – lt 0,75 € 2,5

Bibite in bottiglia € 5

(Coca Cola / Coca Cola Zero / Sprite / Fanta – lt 0,33)

SUCCHI FRESCHI - FRESH JUICES

Spremuta di melagrana € 6

Spremuta di arancia € 6

Succo lime e menta con ghiaccio € 6

TÈ e INFUSI

Tè verde con menta fresca € 3,5

Tè rosso alla salvia € 3,5

Tè marocchino € 3,5

Tè rosso alla menta fresca € 3,5

CAFFETTERIA

Caffè TURCO € 2,5

Caffè ARABICA espresso / decaffeinato € 2

Cappuccino € 2,5



BEVANDE

SUPPLEMENTARE – EXTRA

Pane alla carta € 1,5

Galette di riso € 1,5

Tahina € 2

Crema di sesamo

Shatta € 2

Salsa piccante di peperoncino rosso

Coperto € 2



Ristorante WĀDĪ RUM

Via Antonio Cecchi 10 / angolo via Washington, Milano

COME ARRIVARE al ristorante WADI RUM dal centro di Milano

1. Dalla Stazione di Milano Centrale - Metro Linea rossa,
scendere alla stazione di De Angeli
- poi 10 minuti a piedi (900mt)
2. Dal Duomo - Metro Linea Rossa fino a Pagano, poi Bus No. 67
scendere Via Sardegna/P.le Tripoli - 3 minuti a piedi fino a
destinazione (190mt)
3. Dalla stazione di Cadorna - Bus no. 85, scendere in via
Washington/via Costanza - poi 2 minuti a piedi (130 mt)
4. Dalla stazione di Cadorna - Bus No. 50-58, scendere a Vesu-
vio - poi 8 minuti a piedi
(700mt)
5. Dai Navigli - Bus no. 90 da Romolo, scendere a P.le
Tripoli- poi 4 minuti a piedi (300mt)
6. Dal Duomo 3,5 km a piedi (45 minuti)





Scopri i sapori autentici della cucina
Libanese al Ristorante Wadi Rum
اكتشف النكهات الأصيلة للمطبخ اللبناني
في مطعم وادي رم