

*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

**MARRAKECH WINGS** \$ 24.900  
6 unidades (picante o bbq)

**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



Ensaladas

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



Arroz Árabe

Papas de la Casa

## Adiciones

**PAPAS DE LA CASA \$ 16.900**

Nuestras únicas y originales papas bañadas en salsa agridulce

**PAPAS FRITAS \$ 8.000**

Crocantes rodajas de papas apanadas

**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**



Pan árabe

## 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

### 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



Plato Tabun



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

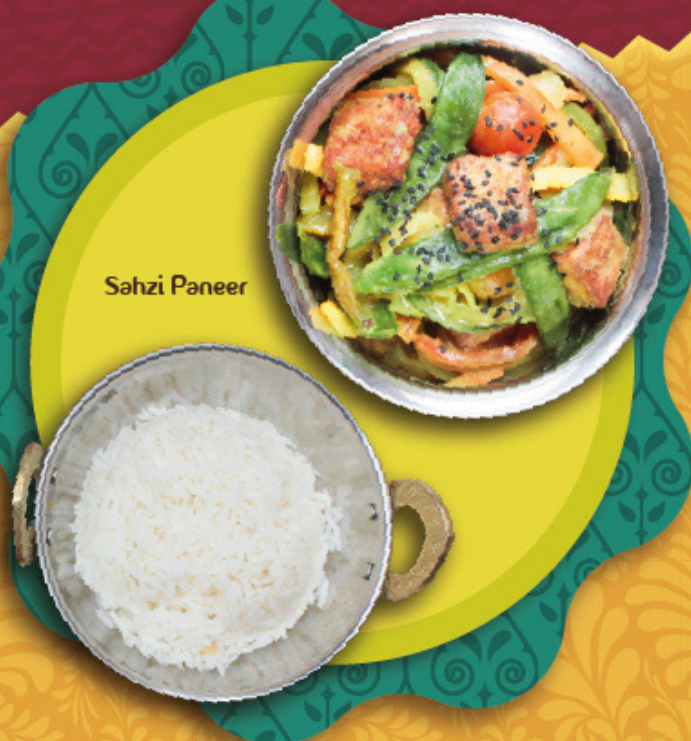
**CURRY DE PESCADO** \$ 51.900

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
<b>FALAFEL</b> Bolitas de Falafel	\$ 19.900	\$ 16.900
<b>SÁNDWICH LIBANÉS DE POLLO</b> Finos trocitos de pollo con especia	\$ 27.900	\$ 19.900
<b>SHISH KEBAB</b> Torticas de carne molida	\$ 33.900	\$ 26.900
<b>SÁNDWICH TURCO DE CORDERO</b> 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

<b>COLOMBINAS DE POLLO APANADAS</b> Deliciosas alitas pollo apanados con papa francesa	\$ 22.900
<b>DEDITOS DE POLLO</b> 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

**POSTOBON y COCA COLA** \$ 6.900

**SODAS** \$ 6.900

**SODAS SABORIZADAS** \$ 11.900  
 Refrescante soda saborizada de: cereza, maracuyá, mango biche, sandía, frutos rojos, uva, piña o lychee

**AGUA TÓNICA 976** \$ 12.900  
 Ginger beer, Jengibre, Limón

**AGUA CON GAS/NORMAL** \$ 7.900



Falude