

## ما هو الجلوتين ؟

يعتبر الجلوتين مادة أساسها البروتين الموجود في القمح (Wheat) والشعير (barley) والشيلم (rye) والشوفان (Oats) والتي عادة ما تكون ضمن المكونات المستخدمة في تحضير المخبوزات للحفاظ على تماسكها وشكلها. هناك أشخاص عدة يتجنبون تناول المأكولات التي تحتوي على الجلوتين لأسباب عديدة منها عدم تقبل الجهاز الهضمي لديهم لهذه المادة.

نحن في مخبز تاوة قمنا بإتقان مجموعة متنوعة من الأطعمة الشهية والصحية والخالية 100% من الجلوتين، ونحن على يقين بأنها ستنال إعجابكم!

@tawabakery  
www.tawa.ae  
800 TAWA  
Hello@tawa.ae



نود أن نضمن لكم بأن كل المكونات في هذه القائمة خالية 100% من الجلوتين ومحضرة في مطبخنا الخاص والخالي من أي مكونات تحتوي على الجلوتين



## FRESH HHHH

### المقبلات

AED  
15 خبز الثوم

20 خبز الثوم مع الجبنة

27 أصابع جبنة الموزاريلا  
مقدمة مع صلصة الطماطم الشهية

38 كرات الريزوتو  
كرات الريزوتو المقرمشة والمحشوة بالجبنة، تقدم مع صلصة الطماطم والثوم الحار

42 كالاماري بالملح والفلفل  
يقدم مع سلطة الجرجير بصلصة المايونيز الخاصة

### السلطات

AED  
40 سلطة السيزار بأوراق خس الكيل  
أوراق خس الكيل مع صلصة القيصر الشهية وجبنة البرميزان  
أضف: دجاج مشوي

50 سلطة اللحم المشوي  
شرائح لحم الأنغس البقري المتبل والمشوي، مع مخلل الخضار، الفجل والسلطة الخضراء

45 سلطة السبانخ وجبن الماعز  
أوراق السبانخ الطازجة مع البصل المحمر و جبنة الماعز

32 سلطة البطيخ  
مكعبات البطيخ والفراولة على طريقة من الزبادي اليوناني مع اللوز المحمص وأوراق النعناع والريحان

25 سلطة خضراء  
أوراق الخس المختلفة، مع طماطم كرزية وخيار بصلصة تاوة الخاصة

15 فطور تريو  
خبز محمص يقدم مع الزبدة و المربي

30 بيض على التوست  
بيضتان محضرتان على حسب إختياركم: مقلي، مخفوق، مسلووق، مغلي

30 بيض الأومليت 3x3  
3 بيضات مع 3 مكونات من إختيارك: بصل، فلفل حار، طماطم، فلفل حلو، فطر، سبانخ، شرائح ديك رومي، جبنة  
3 أبة إضافات أخرى  
5 أضف: توست

30 بيض على الطريقة المكسيكية  
بيض محضر في الفرن مع فاصوليا محمّرة و صلصة الطماطم الحارة.  
يقدم مع الكريمة الحامضة والخبز  
أضف: جوكامولي الأفوكادو  
8 شرائح الأفوكادو

35 بيض طماط  
بيض مخفوق مع طماطم وبصل وفلفل حار

30 فول تاوة المدمس  
فول مدقس محضر على الوصفة السريعة مع الثوم و الزيتون

20 مناقيش جبنة

15 مناقيش زعتر

30 لقيمات  
بالزعفران والهيل ومنتور بالسمن



30 سلة الخبز الطازج  
مختارات من الخبز تقدم مع مقبلات صغيرة

### فطور على طول اليوم

AED  
30 جرانولا بارفيه  
بذور ومكسرات جرانولا مع زبادي يوناني مغطاة بالتوت المطبوخ  
خيارات الزبادي: سادة، فراولة، فانيلا

35 بيض بنديكت  
بيض مسلووق على ماغن إنجليزي محمص مع صلصة بيرنيز مع سلطة خضراء جانبية  
أضف: سبانخ  
5 جواكامولي الأفوكادو  
7 شرائح ديك رومي  
10 سلمون مدخن

35 فرنش توست  
توست فرنسي يقدم مع التوت المطبوخ والكريمة المخفوقة، يقدم مع العسل أو قطر القيقب  
أضف: الموز المكربل  
5 فراولة طازجة



25 بان كيك  
مع العسل أو قطر القيقب أو صلصة الشوكولاته  
أضف: الموز المكربل، الفراولة  
15 والكريمة المخفوقة  
أو  
15 التوت، المكسرات المحمصه والزبادي اليوناني الحلو

35 وافل بلجيكي  
بصلصة الشوكولاته الغنية ويقدم مع الفراولة والكريمة المخفوقة  
أضف: آيس كريم الفانيلا  
5

## الشوربة

AED

30

### شوربة عدس

تقدم مع قطع الليمون الطازج

30

### شوربة القرع بالفلفل

شوربة القرع مع فلفل و زيت الكماة

35

### شوربة الفطر البرّي

شوربة من مختلف أنواع الفطر الكريمي

## سندويشات الذؤاقة

AED

45

### ساندويش ستيك اللحم والجبنه

شرائح ستيك اللحم الأنغس المشوي مع جبنه البروفولوني، البصل المكرمل، جرجير، خردل الديجون، تقدم في خبز الباجيت الفرنسي

40

### بانيني الدجاج المشوي

دجاج مشوي، سبانخ، طماطم، بيستو الريحان وجبنه الفيتا في خبز البانيني

40

### ساندويش تونا بالجبنه

تونا، مايونيز، بابريكا، طماطم، جرجير وجبنه بروفولوني الذائبه

35

### ساندويش النباتي

فلفل بارد مشوي، طماطم، سبانخ، أفوكادو في خبز البانيني

15

### إبتكر البيغل الخاص بك

أضف: جبنه الكريمة  
جواكامولي  
سلمون مدخن

## المأكولات الخاصة

AED

65

### برجر تاوة الخاص

لحم الواجو بيغ بالخلطة الخاصة، يقدم مع بطاطس الترافلز والبرميزان

60

### برجر الدجاج المشوي

صدر دجاج مشوي مع الجبنه، مايونيز، الفجل الحار، مخلل الخيار وسلطة الكول سلو تقدم مع بطاطس الترافلز والبرميزان

40

### البرجر النباتي

البرجر النباتي يقدم مع الحمص، شمندر أحمر، الطماطم و أوراق الجرجير مع بطاطس حلوة

55

### فيش آند شبس

سمك القدّ المقرمش مع البطاطس وسلطة الكول سلو الخاصة وصلصة التارتار

60

### ريزوتو ثمار البحر

ريزوتو ثمار البحر المطهية بالزبدة اللذيذة والثوم والبصل، مقدمة مع جبنه البرميزان والليمون

AED

90

### سمك السالمون المشوي

سمك السالمون التروبيجي المشوي مع الهليون والقرنبيط، والعدس و الفلفل الرومي

135

### ستيك لحم البقر المشوي

ستيك "بلاك أنغس" الفاخر مع صلصة الفطر البري وجانب من السلطة الخضراء أو البطاطا المقلية



## إبتكر الباستا الخاصة بك

AED

45

### إبتداء من

خيارات الباستا العضوية (اختر واحد)  
سباغيتي، فوسيلي، بيني، فوسيلي أرز أسمر

خيارات الصلصة (اختر واحد)  
صلصة الطماطم، أرابياتا الحارة، الصلصة الوردية، الفطر الكريمي، الصلصة البولونيه باللحم المفروم، بيستو الريحان والجرجير

(لكل صف 3)

### خيارات الخضروات

زيتون، طماطم كرزية، فطر، بصل مشوي، فلفل بارد مشوي، سبانخ، فلفل حار

15

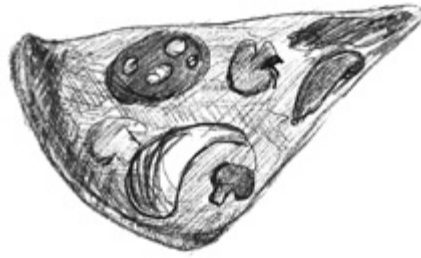
أضف: دجاج مشوي

15

كرات اللحم الواجو بيغ

20

روبيان بالثوم



## بيتزا الشيف

AED

45

### مارغاريتا

صلصة الطماطم مع الريحان والموزاريلا والبطاطم الكرزية المحمّصة

55

### كابريشيوسا

صلصة الطماطم، خرشوف، فطر، زيتون أسود، ديك رومي مدخن، وجبن الموزاريلا

65

### عشاق اللحوم

صلصة الطماطم، دجاج، كرات اللحم، شرائح الديك الرومي، بيروني، جبن الموزاريلا والبروفولوني

55

### النباتية

البيستو، الفطر، الطماطم الكرزية، الثوم، الريحان، السبانخ، زيتون والفلفل البارد المشوي، الجرجير وجبن الموزاريلا

AED

65

### دجاج الباربيكيو

صلصة الطماطم والباربيكيو، الدجاج الطماطم الكرزية واجبان الموزاريلا والبروفولوني

60

### بيبروني بيتزا

صلصة الطماطم، مع لحم البيبروني وجبن الموزاريلا

65

### بيتزا المأكولات البحرية

صلصة الطماطم مع مأكولات بحرية وجبن الموزاريلا

## الأطباق الجانبية

AED

20

### حلقات البصل

25

### بطاطا الترافلز بجبنه البرميزان

15

### بطاطا الستيك

20

### بطاطا حلوة مقلية

## إضافات وأطباق جانبية

AED

7

### صلصات تاوة اللذيذة

صلصة البيرونيز، صلصة الفلفل الأسود، صلصة الفطر البري الطازج، صلصة الترافلز (الكماة)

### خضروات

5

قرنبيط (بروكلي)، الفطر البري، سبانخ

8

الهليون، أفوكادو

### بروتينات

10

دجاج، بيبروني، سلمون مدخن

15

شرائح ديك رومي، تونا

30

صدر دجاج مشوي، شرائح لحم الأنغس

30

فطيرة لحم البرجر

### أجبان

5

جبنه الكريمة، جبنه الفيتا، جبنه الموزاريلا

5

جبنه البروفولوني

### فواكه

5

شرائح الموز الطازج، توت مطبوخ، فراولة طازجة

### إضافات أخرى

3

الزبدة اللذيذة، صلصة الشوكولاته، عسل

5

النوتيللا الشهية، القيقب

6

زبدة و مربى

اسألوا المضيف لطلب  
أي من الحلويات  
المحضرة يومياً



بالعافية!

