



## Mittagstisch

Ein Gericht nach Wahl,  
dazu Softdrink 0,2 nach Wahl

Montag – Freitag  
11:00 – 14:00 Uhr

16,90€

## Öffnungszeiten

Täglich von 11 bis 23 Uhr

Mehr&Mah  
Blumenstraße 1  
99092 Erfurt

[www.mehr-mah.de](http://www.mehr-mah.de)

0176 42079022



## VORSPEISEN

1. Kashke Bademjan<sup>(10,14)</sup> 11,50€

Dip aus geschmorten Auberginen,  
karamellisierten Zwiebeln, Knoblauch, Walnüssen  
und Kashk (fermentiertes Joghurtprodukt), dazu  
hausgemachtes Brot und Salatgarnitur

2. Mirza Ghasemi<sup>(11,12)</sup> 11,50€

Gericht aus gerösteten Auberginen, Tomaten,  
Eiern und Knoblauch, dazu hausgemachtes Brot  
und Salatgarnitur

3. Kuku Sabzi<sup>(12,14)</sup> 9,90€

Kräuter-Omelett aus Eiern, Zwiebeln, Knoblauch,  
Walnüssen, Berberitzen und frischen Kräutern,  
dazu hausgemachtes Brot und Salatgarnitur

4. Kleinzeug  7,00€

Getrocknete Tomaten, Oliven, Gegrillte Champignon

5. Vorspeiseplatte<sup>(10, 12, 14, 11)</sup> 16,50€

Eine Mischung aus den Gerichten 1. Kashke  
Bademjan, 2. Mirza Ghasemi, 4. Kleinzeug

## SALATE

6. Shirazi Salat  4,90€

Persischer Salat aus Tomaten, Gurken, roten  
Zwiebeln mit frischem Zitronensaft-Essig-Dressing

7. Vorspeisensalat 

Wildkräuter, Tomaten, rote Zwiebeln, Gurken,  
gemischte Oliven, Obst der Saison

Klein 5,00€

Groß 9,90€

## PERSISCHE GRILLSPEZIALITÄTEN

### Hinweis:

Alle Gerichte werden mit gegrillter Paprika, gegrillten  
Tomaten, Oliven, frischem Salat, Knoblauchsoße und  
Safran-Reis serviert.

8. Kubideh<sup>(10, 12)</sup> 18,90€

Zwei Spieße mit gehacktem Lamm- und  
Rindfleisch

9. Kubideh junior<sup>(10, 12)</sup> 9,90€

Ein Spieß mit gehacktem Lamm- und Rindfleisch

10. Kalb<sup>(10, 12)</sup> 21,90€

Zwei Spieße mit Kalbfleisch

11. Lamm<sup>(10, 12)</sup> 23,50€

Zwei Spieße mit Lammfleisch

12. Hähnchen<sup>(10, 12)</sup> 17,90€

Zwei Spieße mit Hähnchenfleisch

13. Mehr&Mah<sup>(10, 12)</sup> 20,90€

Lammspieß und Kubideh

14. Sultan<sup>(10, 12)</sup> 21,90€

Kalbsspieß und Hähnchenspieß

15. Yasmin<sup>(10, 12)</sup> 18,90€

Hähnchenspieß und Kubideh

16. Noah<sup>(10, 12)</sup> 22,90€

Lammspiess und Kalbspiess

17. Nazar<sup>(10, 12)</sup> 20,90€

Hähnchenspieß und Lammspieß

18. Shah<sup>(10, 12)</sup> 20,90€

Kalbsspieß und Kubideh

19. Persische Spezialität<sup>(10, 12)</sup> 39,90€  
als Platte (für 2 Personen)

Jeweils ein Spieß mit Lamm-, Kalb-, Hähnchen-  
sowie gehacktem Lamm- und Rindfleisch

20. Persische Spezialität<sup>(10, 12)</sup> 79,90€  
als Platte (für 4 Personen)

Jeweils zwei Spieße mit Lamm-, Kalb-, Hähnchen-  
sowie gehacktem Lamm- und Rindfleisch

## PERSISCHE SPEZIALITÄTEN

21. Gheymeh Bademjan<sup>(11, 16)</sup> 16,90€

Eintopf mit Lammfleisch, gelbe Linsen, gebratenen  
Auberginen und Tomaten. Serviert mit Safranreis  
und Salatgarnitur

22. Ghormeh Sabzi<sup>(11, 16)</sup> 16,90€

Eintopf mit Lammfleisch, roten Kidneybohnen und  
Persischen Kräutern. Serviert mit Safranreis und  
Salatgarnitur.

23. Fesenjoon<sup>(10, 14)</sup> 18,90€

Eintopf mit zartem Hähnchenfilet, angebratenen  
Zwiebeln, Walnüssen und Granatapfeldressing.  
Serviert mit Safranreis und Salatgarnitur

## PERSISCH VEGAN

24. Gemüse Spiess  14,50€

Bunter Gemüsespieß mit Pilzen, Süßkartoffeln,  
Broccoli, Karotten und Zucchini, dazu  
hausgemachtes Brot und Salatgarnitur

25. Mirza Ghasemi  11,50€

Gericht aus gerösteten Auberginen, Tomaten,  
und Knoblauch, dazu hausgemachtes Brot und  
Salatgarnitur

26. FESENJOON  15,00€

Eintopf mit angebratenen Zwiebeln, Walnüssen  
und Granatapfeldressing dazu Safranreis

27. GHEYMEH BADEMJAN  12,90€

Eintopf mit gelben Linsen, gebratenen  
Auberginen und Tomaten dazu Safranreis

28. GHORMEH SABZI  12,90€

Eintopf mit Roten Kidneybohnen und  
Persischen Kräutern. Serviert mit Safranreis und  
Salatgarnitur

## DESSERT

29. Reis - Nudeleis<sup>(5, 10)</sup> 6,50€

Reisnudeln, Rosenwasser, Limetten und Obst

30. Safran - Eis<sup>(10, 12, 14)</sup> 6,50€

Eigelb, Milch, Safranfäden, Pistazien und Obst

31. Safran Milchreis<sup>(10, 14)</sup> 5,90€

Basmatireis, Safran, Rosenwasser, Zimt,  
Mandeln und Obst

32. Safran Panna Cotta<sup>(10, 14)</sup> 6,50€

Sahne, Milch, Obst, Vanille und Safran

## BEILAGEN

33. BURANI DIP<sup>(10, 15)</sup> 5,00€

Spinat, Joghurt, Minze

34. Eingelegte Oliven  6,00€

Oliven, Walnüsse, Granatapfel,  
Granatapfeldressing und persische Kräuter

35. KNOBLAUCH DIP<sup>(10, 17)</sup> 5,00€

Joghurt, Knoblauch, Kräuter

## EXTRAS

36. Tomatenspieß  4,00€

37. Paprikaspieß  4,00€

38. Champignonspieß  4,00€

39. Auberginenspieß  5,00€

40. Zucchini spieß  5,00€

41. Kalbspieß<sup>(10, 12)</sup> 9,50€

42. Hackfleischspieß<sup>(10, 12)</sup> 8,00€

43. Hähnchenspieß<sup>(10, 12)</sup> 8,00€

44. Lammspieß<sup>(10, 12)</sup> 10,00€

Hat es dir geschmeckt?  
Dann bringe ein Stück Persien in die  
Welt und hinterlasse uns doch eine  
Bewertung auf Google :)  
Dein Lob ist unser Safran.



“ Iss, als gäb's kein Morgen – aber  
keine Sorge, morgen gibt's wieder  
Mehr & Mah! “



SIGNATURE DRINKS



45. APEROL SPRITZ <sup>(1,9)</sup>	7,50€	50. Shah-Cola <sup>(7)</sup>	8,00€
Aperol, Prosecco, Soda, Orangenscheibe		Whiskey, Cola, Zitrone und Eis	
46. SARTI SPRITZ <sup>(1,9)</sup>	7,90€	51. TEQUILA TONIC <sup>(8,9)</sup>	7,50€
Sarti Rosa, Prosecco, Soda, Limettenscheibe		Weißer Tequila, Tonic Water, Limette	
47. CAMPARI SPRITZ <sup>(1,9)</sup>	7,80€	52. CUBA LIBRE <sup>(7,9)</sup>	7,90€
Campari, Prosecco Soda, Orangenscheibe		Rum und Cola auf Eis mit Limette	
48. LIMONCELLO SPRITZ <sup>(9)</sup>	7,50€	53. GIN TONIC <sup>(8,9)</sup>	8,00€
Limonchello, Prosecco, Zitrone, Soda		Gin, Tonic, Zitrone	
49. Crodino Spritz <sup>(1,9)</sup>	7,00€	54. MOJITO <sup>(9)</sup>	7,90€
Crodino, Soda und Orangenscheiben Alkoholfrei		Rum, Limette, Eis und Minze	

HAUSGEMACHTE LIMO

55. Safran <sup>(9)</sup>	5,50€
Safran, Rosenwasser, Obst, Eis	
56. Minze <sup>(9)</sup>	5,00€
Minze, Limette, Obst, Eis	
57. Zitrone <sup>(9)</sup>	5,00€
Lepidium Samen, Zitronensaft, Zitronensaft, Zitrone, Eis	

HEISSGETRÄNKE

63. CAFE CREME	3,80€
64. ESPRESSO	2,50€
65. ESPRESSO DOPPELT	3,50€
66. SAFRAN TEE	4,50€
67. TEE SCHWARZ / GRÜN	3,80€

68. PINOT GRIGIO <sup>(9)</sup>	
Glas	7,00€
Flasche	25,00€

69. CHARDONNAY <sup>(9)</sup>	
Glas	7,00€
Flasche	25,00€

70. MÜLLER-THURGAU <sup>(9)</sup>	
Glas	7,00€
Flasche	25,00€

71. ROSE <sup>(9)</sup>	
Glas	7,20€
Flasche	27,00€

WEINSPRITZER

72. WEISSWEIN SCHORLE <sup>(9)</sup>	6,90€
--------------------------------------	-------

ROT WEIN

73. CARBENET SAUVIGNON <sup>(9)</sup>	
Glas	7,20€
Flasche	27,00€

74. CHIANTI <sup>(9)</sup>	
Glas	7,20€
Flasche	27,00€

75. PRIMITIVO <sup>(9)</sup>	
Glas	7,20€
Flasche	27,00€

BIER

76. HELLES <sup>(11)</sup>	
0.2l	3,10€
0.4l	4,50€

77. RADLER <sup>(1,11)</sup>	
0.2l	3,20€
0.4l	4,60€

78. WEIßBIER HELL / DUNKEL <sup>(11)</sup>	
0.2l	3,50€
0.4l	4,90€

79. ALKOHOLFREIES PILS <sup>(11)</sup>	
0.2l	3,10€
0.4l	4,50€

80. ALKOHOLFREIES WEIßBIER <sup>(11)</sup>	
0.2l	3,50€
0.4l	4,90€

81. ALKOHOLFREIES RADLER <sup>(1,11)</sup>	
0.2l	3,20€
0.4l	4,60€

SCHNAPS & LIKÖR

82. LIMONCELLO <sup>(9)</sup>	4,00€
-------------------------------	-------

83. WHISKEY <sup>(9)</sup>	6,00€
----------------------------	-------

84. TEQUILA GOLD / SILBER <sup>(9)</sup>	4,50€
--	-------

85. VODKA	4,50€
-----------	-------

86. GRAPPA <sup>(9)</sup>	4,00€
---------------------------	-------

87. RAMAZZOTTI <sup>(9)</sup>	4,50€
-------------------------------	-------

88. OBSTLER <sup>(9)</sup>	4,00€
----------------------------	-------

1 = Farbstoffe | 2 = Konservierungsstoffe  
3 = Antioxidationsmittel | 4 = Geschmacksverstärker  
5 = Süßungsmittel | 6 = Phosphat  
7 = Koffein | 8 = Chinin  
9 = Schwefeldioxid / Sulfite | 10 = Milcherzeugnisse (Laktose)  
11 = Glutenhaltiges Getreide | 12 = Eier  
13 = Soja | 14 = Nüsse  
15 = Sesam | 16 = Sellerie  
17 = Senf | 18 = Lupinen  
19 = Weichtiere | 20 = Fisch

SOFTDRINKS

59. COLA / ZERO / FANTA / SPRITE <sup>(1,7)</sup>	
0.2l	2,90€
0.4l	4,50€

60. TONIC WATER <sup>(8,9)</sup>	
0.2l	2,90€
0.4l	4,50€

61. GINGER ALE <sup>(8,9)</sup>	
0.2l	2,90€
0.4l	4,50€

SÄFTE

62. APFEL, ORANGE, MANGO, KIRSCH, BANANE, SAFTSCHORLE <sup>(9)</sup>	
0.2l	3,00€
0.4l	4,90€

