

# MITTAGSTISCH & COACHING

---

Sozialpädagogischer Mittagstisch & Coaching im Salam Kitchen.

Mittagstisch und Bildung im Salam Kitchen! Wir bieten einen kleinen, feinen Mittagstisch an. Immer dienstags bis freitags zwischen 12.30 und 14.30 Uhr. Wechselnde Piden, Suppen, hausgemachte Limo, Tee und Snacks - locker und lecker.

Außerdem kooperieren wir mit dem Münsteraner Bildungsträger SelMA und bieten ein zertifiziertes Coaching-Programm an. Vormittags gibt es Einzelberatungen und Workshopeinheiten. Mittags essen wir gemeinsam – eine schöne Möglichkeit, sich unkompliziert auszutauschen. Was macht unseren Mittagstisch aber jetzt zu einem „sozialpädagogischen Mittagstisch“? Zum einen bieten wir mittags gemeinsam mit den SelMA-Coaches (Erst-)Beratungen für Interessierte und für Teilnehmer:innen des Programmes an. Zum anderen helfen Teilnehmer:innen hin und wieder mit und können so Sprachkenntnisse und Soft Skills in einem echten Berufsfeld ausprobieren und verbessern.

Salam Kitchen ist seit der Gründung im Sommer 2017 neben einem Restaurant auch immer ein Ort für (Weiter-)Bildung gewesen. In den ersten drei Jahren haben wir vier „Kitchen Classes“ mit knapp 60 Teilnehmer:innen begleitet, u.a. in Kooperation mit der Agentur für Arbeit, dem Jobcenter und dem Amt für Schule und Weiterbildung. Viele Teilnehmer:innen haben im Anschluss Arbeit gefunden, Ausbildungen begonnen oder sich weiter qualifiziert. Einige haben als Auszubildende bei uns gearbeitet und ihre Prüfungen mittlerweile erfolgreich abgeschlossen. Im Rahmen unseres neuen Orientierungscoachings können Nicht-Muttersprachler:innen Berufsfelder kennen lernen und wichtige Erfahrungen sammeln. Gemeinsam mit den Sozialpädagog:innen von SelMA wird Salam Kitchen so zu einem Sprungbrett und einem Ort, an dem Menschen berufliche Perspektiven entwickeln können – in der Gastronomie, im Handel oder der Industrie. Wenn du Fragen zum Coaching hast oder mitmachen möchtest, meld dich bei SelMA unter [hallo@selma-muenster.de](mailto:hallo@selma-muenster.de).



# MEZZE (VORSPEISEN)

---

Vorspeisenteller – Tabouleh (Petersilie, Bulgur & Granatapfel), Hummus, Tomaten-Gurken-Salat, marinierte Oliven, Bohnensalat, Karotten-Sesam-Salat mit	
...Chili-Couscous (vegan)	14.00
...mariniertem Schafskäse (vegetarisch)	15.00
...Lammkoteletts	17.00
Hausgebackenes Brot	3.00
...mit Tahinijoghurt	5.50
...mit Minzjoghurt	5.50
...mit Hummus	5.50
...mit Labneh	5.50
Libanesische rote Linsensuppe mit	
...Walnüssen (vegan)	6.90
...Tahinijoghurt (vegetarisch)	6.90



# HAUPTGERICHTE

---

Sabich – israelische Spezialität mit hausgebackenem Pitabrot, gebackener Aubergine, gekochtem Ei, Tomaten-Gurken-Salat & Tahinijoghurt (vegetarisch)	14.00
Hausgebackenes Pitabrot mit Tomatensauce, Bohnen, Spinat, Paprika & Schafskäse (vegetarisch) (auch mit veganem Schafskäse möglich)	14.00
Shakshuka - israelisches Gericht mit in Paprika-Tomatensauce pochierten Eiern, Harrissa & Petersilie (vegetarisch)	14.90
Schafskäse-Gratin mit Tomaten-Sauce, Paprikastreifen, Kichererbsen, Aubergine & Kartoffeln (vegetarisch) (auch mit veganem Schafskäse möglich)	16.50
Gebackene Ofenpaprika mit Bulgur-Dattel-Füllung ...mit Schafskäse überbacken, dazu Minzjoghurt & Bohnengemüse ...mit veganem Schafskäse überbacken, dazu Hummus & Bohnengemüse	17.00
Seelachsfilet mit Zatar, Tomaten, Oliven & geröstetem Knoblauch-Brot	19.90
Safranhähnchen (halal) mit Fenchel, Karamellkartoffeln & getrockneten Feigen	20.50
Uzi - syrische Blätterteigtasche mit Rindfleisch, Erbsen, Reis & gerösteten Mandeln, dazu Minzjoghurt	19.90



## WOCHENGERICHTE

€

---

Gebackene Hähnchenkeule mit Dattel-Couscous, Tomaten-Gurken-Salat, Harissa & Minzjoghurt	16.50
Zanderfilet im Safransud mit Fenchel, Karotten, Hausgebackenem Pitabrot & Aioli	17.50

## DESSERT

---

Schokoladen-Kardamomkuchen mit Orangen-Granatapfel-Confit & gerösteten Mandeln	5.50
Joghurt mit Feigen, Granatapfelkernen, Pistazien & Honig	5.90
Baklava (arabisches Blätterteiggebäck mit Pistazien) (vegetarisch)	
...solo	2.20
...dou	3.80
...trio	5.10



## SOFTIES

---

selbstgemachte Limonade (nach Tagesangebot)	0.25	3.00
	0.36	3.70
Lemonaid Maracuja	0.33	3.40
Charitea Mate	0.33	3.40
Liba Kola, Kola zuckerfrei, Orange oder Kolarorange	0.33	3.10
Thomas Henry Tonic Water	0.2	3.20
Maracujasaft, Apfelsaft (naturtrüb) oder Rhabarbersaft ... auch als Schorle	0.25/0.36	3.40/3.90
Viva con Agua Wasser, laut oder leise (Flasche)	0.33/0.75	3.10/6.00

## BIER

---

Beck's Pils (Fass)	0.3/0.5	3.60/5.20
Leffe (Fass)	0.25	4.10
Spaten Helles (Fass)	0.3/0.5	3.60/5.20
Franziskaner Weizen (auch alkoholfrei)	0.5	5.30
Beck's blue (alkoholfrei)	0.33	3.40
Pinkus Müller Honigmalz bier (alkoholfrei)	0.33	3.40



## WEISSWEIN

l €

---

Chardonnay-Weißburgunder, Weingut Isegrim, Pfalz (bio)	0.2	6.00
zarte Weißwein-Cuvée mit hellen Beerenaromen	0.75	20.00
...auch als Schorle	0.2	5.50
Grauburgunder, Weingut Hirschhof, Rheinhessen (bio)	0.2	7.00
frischer Grauburgunder mit breiter Aromatik von Pfirsich und Pflaume	0.75	23.00
Gelber Muskateller, Weingut Bayer-Erbhof, Burgenland (bio)	0.2	8.00
vollmundige, südländische Frucht und ein Duft von Muskat	0.75	26.00

## ROTWEIN

---

Shiraz-Merlot, Les p'tits galets, Südfrankreich	0.2/0.75	6.00/20.00
harmonische Cuvée mit fruchtiger Würze & leichten Tanninen		
Falcata Tinto, Weingut Casa Gran, Valencia (bio)	0.2/0.75	7.00/23.00
frische Cuvée aus Syrah, Monastrell & Garnacha mit eleganten Brombeer-Anklängen		
Falcata Crianza, Weingut Casa Gran, Valencia (bio)	0.2/0.75	8.00/26.00
dunkle Frucht, dezenter Zedernduft und komplexe Tannine. Gold-prämiert beim internationalen Bioweinpreis 2022.		

## ROSÉ

---

Fusion Rosé, Weingut Leiner, Pfalz (bio)	0.2/0.75	7.00/22.00
FrISChe Cuvée aus den drei europäischen Top-Rebsorten Spätburgunder, Tempranillo & Cabernet Sauvignon mit zarter Frucht		



## APÉRO, LONGDRINKS, SCHNAPS

---

Ingwer Spritz (auch alkoholfrei möglich)		6.50
Apérol Spritz		6.50
Granatapfel Spritz		6.50
Safran Gin Tonic		6.90
Arak Al Laytani (Anisschnaps mit Sodawasser & Eis)	4cl	3.90
Yeni Raki (Anisschnaps mit Sodawasser & Eis)	4cl	3.90
Molinari Sambuca	2cl	3.50
Sasse Lagerkorn	2cl	3.70
Sasse Sechser (Kräuterlikör mit Jamaikarum auf Eis)	2cl	3.50

## HEISSGETRÄNKE

---

Minztee (frisch)		3.20
Schwarzer Tee		3.20
Espresso solo/doppio		2.50/3.20
Kaffee		3.10
Cappuccino		3.20
Baklava zum Heißgetränk		1.70

