

mama's soup

speisekarte

genießen Sie den Geschmack von Mamas Küche

Haben Sie eine Allergie? Bitte sagen Sie es uns.

Allergene & Zutaten

Verfügbar in:
EN
NL
DE

MENÜ

Haben Sie eine Allergie? Bitte sagen Sie es uns.

Frühstück

Spanischer Brunchteller — 22
Spanische Butterbohnen mit Chorizo oder Wurst, Rührei mit Käse, Feta und Avocadoscheiben. Serviert mit griechischer Pita.

Mama's Shakshuka — 17
Traditionelles mediterranes Gericht aus Paprika, Zwiebeln und zwei Eiern, in gehackter Tomatensauce geschmort. Garniert mit Petersilie, Feta und Minze, serviert mit griechischer Pita.

Spanische Tortilla — 17
Traditionelles spanisches Kartoffelomelett mit gegrillter Zwiebel. Serviert mit gegrillten Tomatenscheiben, gemischtem Salat mit Feta, Tomate, Gurke und Oliven.

Authentischer Frühstücksteller — 17
Gözleme (1 Stück), griechische Pita, Käse, Rührei, Tomaten, Gurken, Oliven, Marmelade, Butter.

Griechisches Fladenbrot (Gözleme) — 14
Fladenbrot gefüllt mit Spinat und Feta.

Mama's Wochenend-Special
Fragen Sie unser Personal.

EMPFOHLENES EXTRA:
Türkischer Sesamring (Simit) — 3,5

Mediterraner Brunch (pro Person)

- ✓ Gözleme (4 große Stücke)
- ✓ Kleine Schale Suppe
- ✓ Gegrilltes Gemüse
- ✓ Mini-Dessert
- ✓ Käse- und Olivenplatte
- ✓ Menemen (türkisches Rührei mit Tomaten)
- ✓ Tomaten- und Gurkenscheiben
- ✓ Butter und Marmelade
- ✓ Türkischer Sesamring (Simit) und Brotkorb
- ✓ Tee oder Kaffee nach Wahl

pro Person (ab 2 Personen) — 25

Sandwich & Omelett



Mama's Sandwich — 16
Spiegelei, gegrillter Halloumi, Avocadoscheiben, Pestosauce, katalanische Sauce, Hummus, gebratene Kichererbsen, Mais, serviert mit gemischtem Salat mit Feta.

Papa's Sandwich — 16
Spiegelei, Avocadoscheiben, Rote-Bete-Scheiben, Hüttenkäse, Pestosauce, Hummus, Mais, gebratene Kichererbsen, serviert mit gemischtem Salat mit Feta.

Mama's Lachs-Sandwich — 19
Räucherlachsscheiben, Avocadoscheiben, Pestosauce, Rührei mit vegetarischem Käse, serviert mit gemischtem Salat und Feta.

Zucchinipuffer (Mücver) — 17
Zucchini, Kartoffel, Karotte, Ei, Minze, Käse und Dill, serviert mit cremiger Joghurtsauce.

Mama's Royale Pilzomelett — 17
Pilze, vegetarischer Käse, frische Kräuter und Tomate in einer Bio-Tortilla, serviert mit einem Beilagensalat.

Glutenfreie Option für alle Sandwiches erhältlich — +3

Große belegte Pita-Sandwiches

Mediterrane Hackbällchen-Pita — 18
Hausgemachte Hackbällchen, griechische Sauce, Hummus, Tomatensauce, Salat, Zwiebel.

Gegrillte Hähnchen-Pita — 18
Frisch gebackene griechische Pita, gefüllt mit mariniertem gegrilltem Hähnchen, hausgemachten Saucen und knackigem frischem Gemüse.

Lachs & Avocado Pita — 18
Räucherlachs, Avocadoscheiben, rote Zwiebel, Gurke, Joghurt-Dill-Sauce und Salat.

Pute & Rührei Pita — 17
Rührei mit Putenschinken und Käse, katalanische Tomatensauce, Hummus und Avocadoscheiben.

Katalanische Gemüse-Pita — 15
Serviert mit hausgemachter Tomatensauce, Olivenöl und frischem Tagesgemüse.

Glutenfreie Option für alle Pita-Sandwiches erhältlich · +3

FRÜHSTÜCK, BRUNCH & SANDWICHES

Allergene & Zutaten

Verfügbar in: EN NL DE

MENÜ

Haben Sie eine Allergie? Bitte sagen Sie es uns.

Fragen Sie nach laktose- und glutenfreien Optionen
und nach der leckeren Auswahl des Tages!

Mama's Hausgemachte Suppe

special
Hühnersuppe — 11,5

special
Zwiebelsuppe mit Käse — 11

Linsensuppe — 10,5

Kürbissuppe — 10,5

Pilzsuppe — 10,5

Saison-Special — 10,5

Suppe aus getrockneten Tomaten — 10,5

Brokkolisuppe — 10,5

Spargelsuppe — 10,5

Spinatsuppe — 10,5

Kleine Portion: — 6

Empfohlen: Butter oder Oliven mit speziellem Olivenöl & große griechische Pita — 7,5

Nicht jede Suppe ist täglich erhältlich, da wir alles frisch zubereiten.

Glutenfreie Gerichte: Wir tun unser Bestes, um bei der Zubereitung glutenfreier Gerichte Kreuzkontamination zu vermeiden. Wir können jedoch nicht garantieren, dass keine Glutenspuren enthalten sind. Daher sind diese Gerichte möglicherweise nicht für Menschen mit Glutenunverträglichkeit oder schwerer Glutenallergie geeignet.

Salate

Alle Salate sind große Portionen, mit Oliven serviert.

Garnelen- und Avocadosalat — 22
Frischer Salat, Garnelen, Avocado, rote Zwiebel, Kerne, Mais, Radieschen, Kichererbsen, Tomaten, Gurke, Joghurt- und Olivenöldressing. Serviert mit einer Scheibe geröstetem Brot.

Caesar Salad mit Hähnchen & Avocado — 21
Gemischter Salat mit warmem gegrilltem Hähnchen, Avocado, roten Zwiebelringen, Kirschtomaten, Parmesan und Caesar-Dressing. Serviert mit einer Scheibe geröstetem Brot.

Lachssalat — 20
Frischer Salat, Lachs, rote Zwiebel, Mais, Kerne, Dill, Kichererbsen, Radieschen, Gurke, Tomaten, Joghurt- und Olivenöldressing. Serviert mit einer Scheibe geröstetem Brot.

Avocadosalat — 19
Frischer Salat, Avocado, Mozzarella, rote Zwiebel, gemischte Kerne, Brotwürfel, Kichererbsen, Tomaten, Mais mit Olivenöldressing. Serviert mit einer Scheibe geröstetem Brot.

Griechischer Salat — 18
Frischer Salat, Tomaten, Gurke, Feta, rote Zwiebel, Mais, Radieschen, Brotwürfel und Olivenöldressing. Serviert mit einer Scheibe geröstetem Brot.

Mama's Vegan Protein Bowl — 18
Eine frische Mischung aus Quinoa, Kichererbsen, Linsen, Bohnen, gemischtem Salat, Roter Bete, Mais, Petersilie, Nüssen, Dill, Frühlingszwiebeln und Kirschtomaten, mit Olivenöl. Serviert mit glutenfreiem Brot.

Für Kinder (bis 14 Jahre)

Tomatenpasta — 13
Penne mit Pomodorosauce und Parmesan.

Mama's Kids — 13
Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Kartoffelpüree und Parmesan.
3 hausgemachte Hackbällchen (Rind) — +7

SUPPE, SALATE & KINDER

Allergene & Zutaten

Verfügbar in: EN NL DE

MENÜ

Ravioli & Tagliatelle

Ravioli mit Trüffelpilzen — 22
mit Parmesan

Ravioli mit Ricotta und Spinat — 21
mit Parmesan
Glutenfreie Option erhältlich — +3

special

Manti — 22
Türkische Ravioli mit gewürztem Rinderhack und mildem Chili-Dressing, serviert mit cremiger Joghurtsauce.

Mama's mediterrane Tagliatelle — 22
Tagliatelle mit Spinat, Mozzarella, Parmesan, Tomate und Oliven, inspiriert von der mediterranen Küche.

Tagliatelle mit Lachs und Spinat — 25
Lachs, Spinat, Tomate, Mais und Zwiebel, mit Parmesan.

special: Bio-Tagliatelle

Tagliatelle mit Sepiatinte — 26
mit gemischten Meeresfrüchten und Parmesan



Papa's pasta

special

Penne Alfredo — 23
Penne mit Hähnchenstücken und Pilzen in cremiger Käsesauce, mit Parmesan.

Penne Pesto mit Hähnchen — 23
Penne mit Hähnchenstücken, mit Parmesan.

Papa's Penne Broccoli Verde — 20
Penne mit Brokkoli, Tomate, Mais, Mozzarella und Parmesan. Eine köstliche mediterrane Pastakreation.

Spinat-Spaghetti — 19
Spinat, Parmesan, Tomate und Kräuter.

Spaghetti Bolognese — 18
Spaghetti mit Tomatensauce und vegetarischem Hack, mit Parmesan.
3 hausgemachte Hackbällchen (Rind) — +7

Glutenfreie Option für alle Penne-Gerichte erhältlich — +3
Extra gezupftes Hähnchen — +6

Fragen Sie unser Personal nach glutenfreien Optionen.

Risotto

Pilzrisotto — 21,5
mit Parmesan

Gemüserisotto — 21
mit Parmesan

Saison-Special Meeresfrüchte-Risotto — 26
mit gemischten Meeresfrüchten und Parmesan

Mama's specials

Mama's kretischer Rindereintopf — 30
Zartes Rindfleisch, langsam im Ofen geschmort mit süßen Schalotten, Tomate, Süßkartoffel und Kürbis, fein gewürzt mit aromatischen kretischen Kräutern und Gewürzen. Serviert mit Reis oder einer großen griechischen Pita und Tzatziki.

Moussaka nach griechischer Art — 27
In Olivenöl gegrillte Aubergine, veganes Hack, Tomatensauce, aromatische mediterrane Kräuter, vegane Sahnesauce und veganer Käse, im Ofen gebacken. Serviert mit Reis.

Zucchini, Süßkartoffel oder Kürbis Surprise
Wählen Sie eines der Saisongemüse.

Im Ofen gebacken, gefüllt mit Spinat, Feta und Tomaten, speziellen Kräutern und Olivenöl, mit Mozzarella überbacken. Serviert mit einem kleinen gemischten Salat und Pita. — 22

Gefüllt mit gebackenen Hähnchenstücken und Pilzen, speziellen Kräutern und Olivenöl, mit Mozzarella überbacken. Serviert mit einem kleinen gemischten Salat mit Feta und Pita. — 25

Gefüllte Paprika — 20
Gefüllte Paprika mit einer Käsemischung, Reis und Kräutern, serviert mit gemischtem Salat mit Feta.

Dolma (Sarma) — 19
Weinblätter gefüllt mit Reis und ägäischen Kräutern.

Extra Beilage: Reis oder Kartoffelpüree — +6

PASTA, RISOTTO & MAMA'S SPECIALS

PASTA, RISOTTO & MAMA'S SPECIALS

Allergene & Zutaten

Verfügbar in: EN NL DE

MENÜ

Tapasplatte

Auswahl aus Hummus, Tzatziki, gegrilltem Gemüse, Dolma und Gözleme, Salat, Paprika mit Mozzarella, Olivenmix und großer griechischer Pita

Tapasplatte (für 2 Personen) — 38

Mediterrane Käse- & Mezze-Platte

Zum Teilen (für 2 Personen). 3 Käsesorten mit frischem Obst, Trockenfrüchten und Nüssen. Serviert mit Mini-Hummus, Tzatziki, Tomate, Gurke, Radieschen und einer großen griechischen Pita.

20

Gegrilltes Hähnchen (3 Stück) — 14
Mit Pita.

Hummus — 8
Serviert mit griechischer Pita.

Tzatziki — 7
Serviert mit Pita.

Tapas Shakshuka — 11
Mit Pita.

special

Tapas Manti — 12
Türkische Ravioli mit gewürztem Rinderhack und mildem Chili-Dressing, serviert mit cremiger Joghurtsauce.

Tapas Gegrilltes Gemüse — 9,5
Aubergine und Paprika mit Tomatensauce und griechischer Pita.

Tapas Fladenbrot (Gözleme) — 8
Fladenbrot gefüllt mit Spinat und Feta, mit Salat.

Tapas Dolma (Sarma) — 9
Weinblätter gefüllt mit Reis und ägäischen Kräutern, serviert mit Joghurt.

Gegrillter Halloumi — 13
Halloumi auf gegrillten Tomaten mit mediterranen Kräutern und Sojasauce, mit griechischer Pita.

Kleiner Avocadosalat — 13
Gemischter Salat, Avocado, Mozzarellascheiben, Pestosauce und Tomate.

Kleiner griechischer Salat — 12
Gemischter Salat, Feta, Tomate, Gurke, Mais, Rote Bete, Oliven und Olivenöl.

Papa's Saison Specials

Papa's Rind in ägäischer Sauce — 29
Gebratene Rindfleischstücke, mariniert mit ägäischen Kräutern und Gewürzen, auf gegrillten Zucchini- und Auberginenscheiben, mit einer speziellen Sauce und frisch geriebenem Käse. Serviert mit griechischer Pita und Tzatziki oder Reis.

Spanische Albóndigas in Tomatensauce — 27
Hausgemachte Hackbällchen mit Mozzarella in spezieller Tomatensauce mit Olivenöl und Zwiebel, serviert mit warmer griechischer Pita und Tzatziki oder Reis.

Ägäische Pita Bowl — 26
Gegrillte Aubergine und saftige Hackbällchen in Bio-Tomatensauce mit Kräutern, auf griechischer Pita, mit Hummus und Tahinisauce.

Griechische Kofta (Hackbällchen) — 26
Hackbällchen, gegrillt mit Zwiebeln, Tomaten und Paprika, auf griechischer Pita mit authentischem Salat. Serviert mit griechischem Reis und Tzatziki.

Gyros-Teller — 25
5 gegrillte Hähnchenstücke auf griechischer Pita mit Salat und Feta. Serviert mit griechischem Reis und Tzatziki.

Toskanisches Caprese-Hähnchen — 25
Hähnchen, Mozzarella, toskanisches Olivenöl, Pilze, Spinat und Gewürze. Serviert mit einer großen griechischen Pita.

Extra Beilage: Reis oder Kartoffelpüree — +6

TAPAS & PAPA'S SAISON-SPECIALS

TAPAS & PAPA'S SAISON-SPECIALS

EXTRAS

Nur zu einem Hauptgericht erhältlich

BROT & BASICS

Brot (Scheibe)	1
Veganes & glutenfreies Brot (Scheibe)	1,5
Brotkorb	4
Brotkorb (glutenfrei)	5
Türkischer Sesamring (Simit)	3,5

PITA

Griechische Pita (klein)	2
Griechische Pita (groß)	3

PROTEINE & TOPPINGS

Parmesan	3
Mozzarella (gerieben)	3
Burrata	7
Feta	3,5
Räucherlachs	7
Hähnchen (gezupft)	6
Ei	3,5

SONSTIGES

Avocado	3,5
Butter	2,5
Olivenöl	2,5
Reis	6
Kartoffelpüree	6
Butter oder Oliven mit speziellem Olivenöl & große griechische Pita	7,5
Glutenfreie Option (Aufpreis)	+3

ADD-ONS

Only available with a main course

BREADS & BASICS

Bread (slice)	1
Vegan & gluten-free bread (slice)	1.5
Bread basket	4
Bread basket (gluten-free)	5
Turkish bagel (Simit)	3.5

PITA

Greek pita (small)	2
Greek pita (large)	3

PROTEINS & TOPPINGS

Parmesan	3
Mozzarella cheese (grated)	3
Burrata	7
Feta	3.5
Smoked salmon	7
Shredded chicken	6
Egg	3.5

OTHER

Avocado	3.5
Butter	2.5
Olive oil	2.5
Rice	6
Mashed potatoes	6
Butter or olives with special olive oil & large Greek pita	7.5
Gluten-free option (supplement)	+3

Vegetarisch / Vegetarian

Vegan / Vegan

Laktosefrei / Lactose-free

Glutenfrei / Gluten-free

Allergene & Zutaten
Allergens & ingredients

Allergene & Zutaten

Verfügbar in:
EN
NL
DE

MENÜ

Haben Sie eine Allergie? Bitte sagen Sie es uns.

Wein

0% ALKOHOL

GLASWEISE. ZUM ERSTEN GLAS EIN KLEINER GRUSS AUS DER KÜCHE

Schaumwein Weiß oder Rosé — 7,5
Frisch, leicht, festlich
Lebendig und erfrischend. Ideal zu jeder Tageszeit.

Weiß — 7
Spritzig, fruchtig, erfrischend
Leichte Säure, frische Traubenaromen. Passt gut zu Gemüse, Hähnchen und mediterranen Gerichten.

Rot — 7
Weich, elegant, mediterran
Samtig und sanft fruchtig.

Rosé — 7
Hell, trocken, erfrischend
Noten von Beeren und Zitrus. Leicht, trocken und unkompliziert, pur oder zu leichten Gerichten.

BYOB

Eigene Flasche mitbringen
Lieber Wein mit Alkohol? Bringen Sie Ihre eigene Flasche mit, wir schenken ihn Ihnen gerne ein.

Korkgeld (pro Flasche) 10

PASSEND DAZU

Mediterrane Käse- & Mezze-Platte — 20
Zum Teilen (für 2 Personen). 3 Käsesorten mit frischem Obst, Trockenfrüchten und Nüssen. Serviert mit Mini-Hummus, Tzatziki, Tomate, Gurke, Radieschen und einer großen griechischen Pita.

Mocktails

0% ALKOHOL

Mama's Garden Mojito — 8,5
Minze, Limette & Soda. Kühl, grün & erfrischend.

Sunset Spritz — 8,5
Frisch und leicht bitter, mit einem Hauch Orange.

Fresh Margarita Cooler — 8,5
Limette, Zitrus & ein feiner Salzrand. Frisch und spritzig.

Caribbean Sunset — 9
Mandeldrink, Limette & warme Gewürze.

Espresso Martini — 9
Besonders empfohlen zu Desserts.

Mama's Colada — 10
Ananas, Kokos & Sahne. Tropisch und cremig.

Rose Berry Spritz — 8,5
Frisch und leicht bitter, mit einem Hauch roter Früchte.

Velvet Martini — 9
Erdbeere, samtig & leicht aromatisch. Eiskalt serviert.

Papa's Tonic — 8
Tonic, Zitrus & ein klarer, bittersüßer Abgang.

WEIN & MOCKTAILS

Allergene & Zutaten

Verfügbar in:
EN
NL
DE

MENÜ

Haben Sie eine Allergie? Bitte sagen Sie es uns.

Warme Getränke

Alle Kaffeesorten gibt es auch entkoffeiniert.

Kaffee — 3,5

Espresso — 3,75

Doppelter Espresso — 4,75

Cappuccino mit Hafer- oder Kuhmilch — 4,8

Latte Macchiato — 4,8

Frischer Tee (großes Glas) — 4,9
Ein großer frischer Minztee mit frischem Ingwer und Honig.

Tee verschiedene Sorten — 3,8

Heiße Schokolade für Kinder mit Sahne — 5,5



Kalte Getränke

Hausgemachte Limonade mit Saisonfrüchten — 6,5

Frischer Orangensaft — 5

Apfelsaft — 4,8

Smoothie — 8
Jungle Juice mit Erdbeere, Açaí, Heidelbeere, Mango, Hafermilch

Frappé Eiskaffee — 8

Griechischer Frappé — 7

Ginger Beer — 5

Tomatensaft — 4,8

Bitter Lemon — 4

Ginger Ale — 3,8

Cola Zero — 3,8

Cola — 3,8

Eistee Pfirsich oder grüner Tee — 3,8

Wasser still oder sprudelnd — 3,5



WARME & KALTE GETRÄNKE

Allergene & Zutaten

Verfügbar in:
EN
NL
DE

MENÜ

Haben Sie eine Allergie? Bitte sagen Sie es uns.

Desserts

Hausgemachter Milchreis (Sütlaç) — 8,5
mit Zimt

Red Velvet Cake — 8,5

Apfelkuchen — 8
mit Sahne

Schokoladentarte — 8

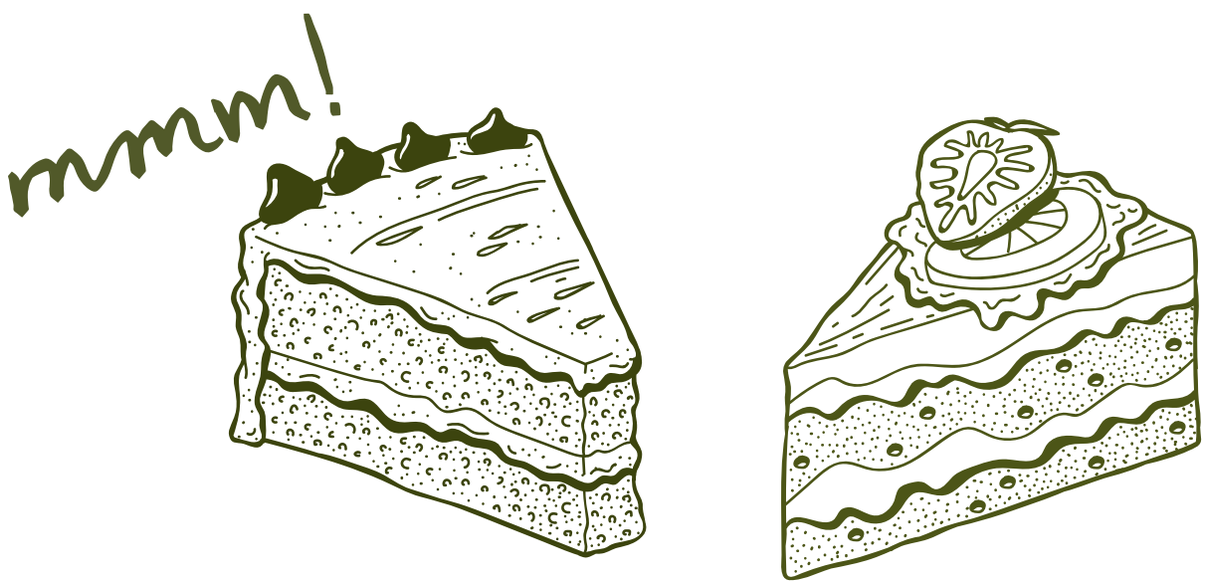
Karamell-Cheesecake — 8

Brownie mit Orange — 8

Tiramisu (klein) — 7

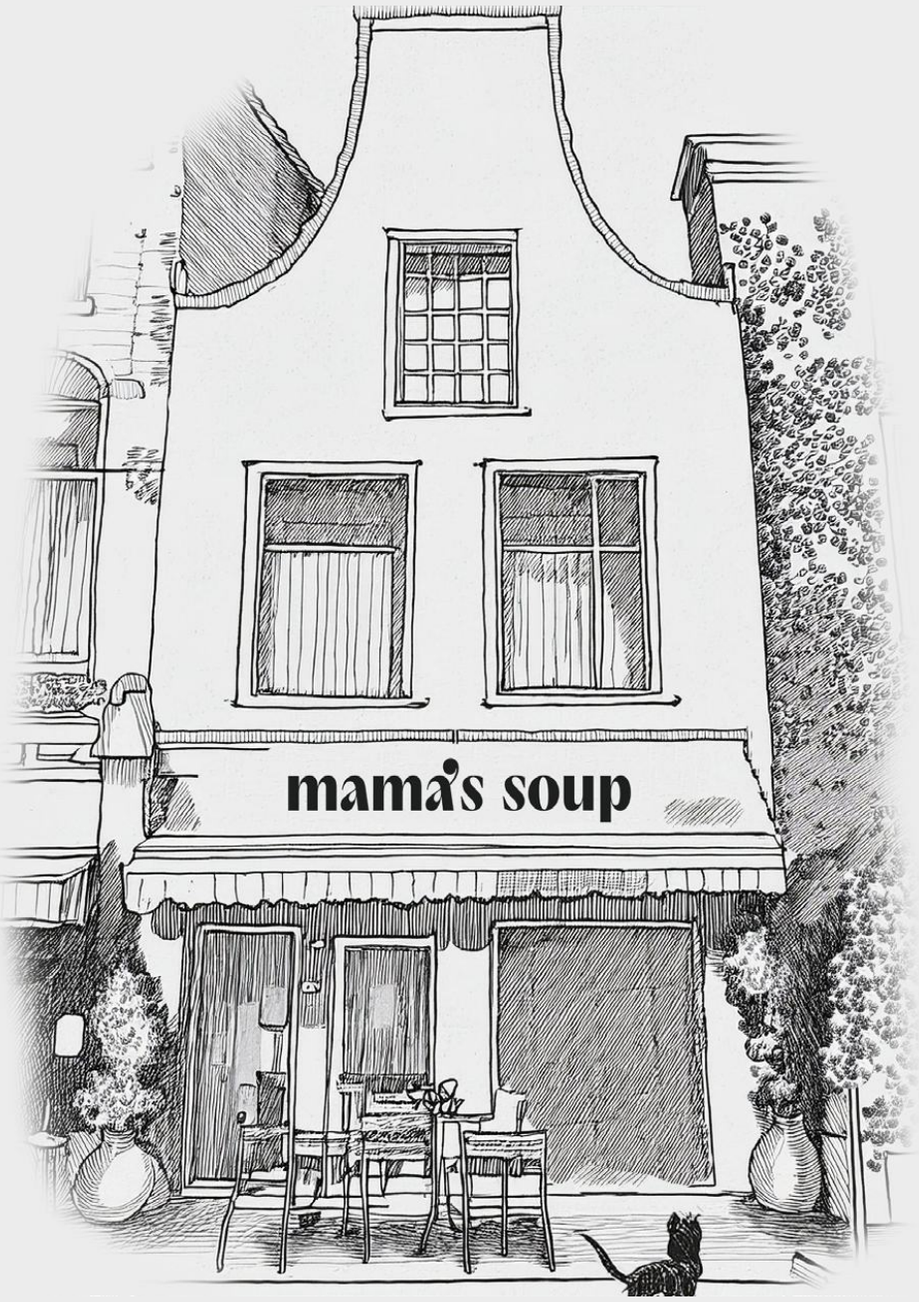
Erdbeer-Cheesecake (klein) — 7

Saisondessert — 7 / 8,5
Fragen Sie unser Personal.



Glutenfreie Gerichte: Wir tun unser Bestes, um bei der Zubereitung glutenfreier Gerichte Kreuzkontamination zu vermeiden. Wir können jedoch nicht garantieren, dass keine Glutenspuren enthalten sind. Daher sind diese Gerichte möglicherweise nicht für Menschen mit Glutenunverträglichkeit oder schwerer Glutenallergie geeignet.

DESSERTS



Grote Houtstraat 146, Haarlem

MAMASSOUP.NL

@mamas.soup.haarlem @mamas.soup.haarlem MamasSoupHaarlem