

MEZE

LUBNANI DELIGHTS

BRUNCH



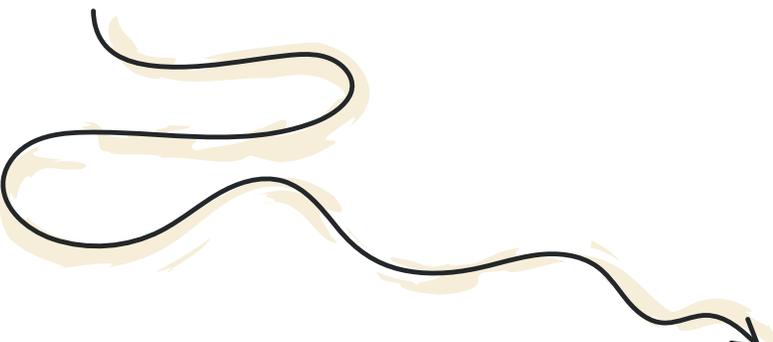
# MEZE

## **ÁHLAN WA SÁHLAN! BENVENUTO!**



Siamo pronti a guidarti in un viaggio nelle domeniche in famiglia, tra risvegli lenti, tavole imbandite e convivialità. Un viaggio metaforico, tra passato e presente, abitudini radicate e nuove esigenze. Non resta che intraprendere questa nuova avventura.

**BUON VIAGGIO!**



vegano  • gluten free  • vegetariano 

## IL BRUNCH DI MEZÈ



Il **brunch** in Libano è passato e presente, è ricordo di giornate trascorse a caccia, a pesca o nei campi e di corroboranti colazioni che sposavano l'idea di un pasto più leggero del pranzo, ma ugualmente nutriente; ma anche l'esigenza, moderna, di **risvegli lenti** contro il tempo che corre. È un viaggio all'insegna del relax tra capisaldi come le **uova alla libanese** in differenti declinazioni e commistioni di sapori.

*Ogni settimana una selezione di 8 meze e 1 Saj Gourmet accompagnate da caffè lungo, brocca d'acqua, limonata ai fiori d'arancio, pane Saj e il nostro piatto domenicale da condividere. La carta può variare secondo l'ispirazione dello chef.*

## MEZÈ

UOVA ALLA LIBANESE - UNO A SCELTA

### **BAID BI AAWARMA**

Uova all'occhio di bue alla libanese con carne di agnello

### **BAID W AARICH**

Uova strapazzate alla libanese, con ricotta di yogurt e burro chiarificato

### **EEJÈ EL BAADOUNIS**

Frittata alla libanese

### **FATTEH DI MELANZANE**

Pane fritto sbriciolato con melanzana frita, ceci, salsa a base di yogurt e tahine al limone, spezie e mandorle tostate nel burro chiarificato

### **FOUL MOUDAMMAS**

Hummus di fave, tahine, limone e olio evo

### **LABNÉ CON VERDURE**

Formaggio yogurt spalmabile, olio evo e verdure fresche

### **HALLOUMI GRIGLIATO CON COMPOSTA DI POMODORI**

Formaggio tipico a pasta compatta

### **MAD MAAMOUL BEL KASHTA**

Dolce tipico ripieno di kashta, con sciroppo ai fiori d'arancio

### **SNAYNIE**

Zuppa di grano cotto dolce, condito con frutta secca e melograno

## PIATTO DOMENICALE

VARIA OGNI SETTIMANA, SECONDO ISPIRAZIONE DELLO CHEF

### SAJ GOURMET

UNO A SCELTA TRA:

**MANAAICH ZAATAR** 

Labneh, cetriolo, ravanelli, menta e olive

**ZAATAR W BANADOURA** 

Origano, sesamo, sommaco, pomodoro e cipolla

**LAHME**

Carne mista di agnello, pinoli e melassa di melograno

**MENU BRUNCH - PREZZO A PERSONA**

Bambini sotto i 12 anni 25€

35

# GLOSSARIO

## **BAID BI AAWARMA (SUD LIBANO)**

Il Piatto proteico con uova e carne simbolo del brunch libanese. La preparazione in onto (Aawarma) è tutelata e presidiata da slowfood. Tradizionalmente, prima dell'invenzione del frigorifero, la carne veniva cotta e conservata sottovuoto nel suo stesso grasso in piccole giare di terracotta. All'occorrenza si apriva una giara che poteva essere conservata poi per una settimana. La marinatura data dalla conservazione rendeva ancora più gustoso il sapore della carne che si accompagnava bene alle uova strapazzate e al pane caldo.

## **BAID W AARICH (NORD LIBANO)**

Le uova strapazzate rese morbide e cremose dalla ricotta di yogurt che dona anche una nota acidula sono, a detta dello Chef Maradona, tra i modi migliori di nobilitare questo ingrediente. L'aggiunta di yogurt poi comporta anche sapidità e l'apporto di fermenti lattici utili alla digestione. Si usa cuocerle con burro chiarificato.

## **EEJÈ EL BAADOUNIS (NORD LIBANO)**

È la maniera più comune di preparare una frittata in Libano, a casa, come coccola e conforto. Ogni popolo dedica sempre una speciale attenzione alle uova e non da meno sono i libanesi che sono molto fieri della loro versione.

## **FATTEH DI MELANZANE E UOVA (NORD LIBANO)**

Le melanzane servite per il moutabal sono alla base di questo meraviglioso piatto a base di ceci come per il fatteh e con l'aggiunta di uova all'occhio di bue, paprica affumicata e cumino.

## **FOUL MOUDAMMAS (NORD LIBANO)**

Il piatto Vegetale principe del brunch Libanese. Un piatto che ha nutrito poveri e ricchi, nei tempi di digiuno cristiani e musulmani, sano, fresco e saziante ma anche leggero, gustoso e non tanto impegnativo.

## **LABNEH**

Un formaggio di yogurt ancora più denso di quello greco sempre spalmabile. È al centro della colazione libanese e anche de brunch. È la semplicità in persona, si spalma sul pane, si condisce con olio extravergine di oliva e olive, dona piacere allo stato puro.

### **~~HALLOUMI GRIGLIATO CON COMPOSTA DI POMODORI (NORD/SUD)~~**

La storia dell'halloumi è complessa: un formaggio a pasta filata che parte da Aleppo in Siria, presso una famiglia di pastori. Durante l'invasione araba giunge a Cipro e la sua lavorazione viene tramandata ai greci, poi ai turchi dopo la conquista ottomana dell'isola.

Ha una para compatta, si può cuocere a fette come una bistecca. È sempre presente nel brunch e nella colazione libanese.

### **~~MAD MAAMOUL BEL KASHTA (NORD LIBANO)~~**

Un dolce ripieno di kashta, versatile, da cucinare a casa o acquistare in pasticceria. È sicuramente un classico della pasticceria libanese, soprattutto nella versione tradizionale, con il ripieno di ricotta e si trova in estate e in inverno.

### **~~SNAYNIE (SUD LIBANO)~~**

Grano cotto, zuccherato, condito con frutta secca e melograno. La semplicità di questo piatto racconta anche la tradizione che lo rende popolare e eterno.

È un dolce sostenibile, povero e ricco allo stesso tempo, eredità delle nonne e bisnonne, storia di bambini e famiglie, profumi che riescono a portare ogni bambino cresciuto in Libano, anche da adulto, in una condizione di quiete, a stretto contatto con il proprio interiore.

