



AFWERKI'S

seit 2013

*Abessina
Restaurant*

Herzlich willkommen im Abessina!

UNKAN BE SELAM METACHU – UNQ UA BE SELAM MEZICHUM

Schön, dass Sie wohlbehalten und in Frieden bei uns angekommen sind.

Unser Restaurant **Abessina** trägt den Namen eines einst mächtigen Königreichs, das sich von Nordafrika bis nach Ostafrika erstreckte – über Äthiopien, Eritrea und darüber hinaus. Es war eine Heimat für verschiedene Kulturen, Religionen und Völker, die in Harmonie zusammenlebten. Diesen Geist der Gastfreundschaft und Vielfalt bringen wir mit unseren Speisen zu Ihnen.

Injera – Das Herzstück der äthiopischen und eritreischen Küche



Unsere Gerichte werden traditionell mit Injera, einem weichen, leicht säuerlichen Fladenbrot, serviert. Es besteht aus einer Mischung aus **Teff-, Weizen-, Mais- und Milomehl**.

- **Teff**, auch als Zwerghirse bekannt, ist ein glutenfreies, nährstoffreiches Getreide, das in Äthiopien wild wächst und dem Injera seinen unverwechselbaren Geschmack verleiht.
- **Milomehl** (Sorghum-Hirse) sorgt für eine besonders luftige und fermentierte Struktur – ideal für ein aromatisches Sauerteigbrot.

Injera ist mehr als nur eine Beilage – es ist Teller und Besteck zugleich. Die Saucen und Beilagen werden direkt auf dem Fladenbrot angerichtet, und mit geschickten Griffen bricht man kleine Stücke ab, um sie damit aufzunehmen.

Alternativen für Ihre Wahl

Falls Sie Injera nicht gewohnt sind oder eine andere Beilage bevorzugen, bieten wir Ihnen auch Reis oder Couscous als Alternative zu unseren Hauptgerichten an.

Tauchen Sie ein in die Welt der äthiopisch-eritreischen Küche – genießen Sie unsere traditionellen Gerichte mit der Wärme und Herzlichkeit, die Abessina seit Jahrhunderten ausmacht.

Vorspeisen

Sambusa / Samos

Gefüllte Teigtaschen / Fried pastry with filling / Empanadillas rellenas

1. **3 Sambusa mit Lammfleisch / lamb / codero**

8,00 €

2. **3 Sambusa mit Gemüse / vegetables / verduras**

7,50 €



Salate

3. **Gemüse Salat / Vegetable salad / Ensalada de verduras**

8,00 €

- mit Kartoffeln, Rote Bete Gurken und Tomaten
- with potatoes, beetroot, cucumber and tomatoes
- con patatas, remolacha, pepino y tomates

4. **Abessina / herdsman's salad / ensalada del pastor**

8,50 €

- mit Kartoffeln, Rote Bete, Gurken, Tomaten, Schafskäse und Oliven
- with potatoes, beetroot, cucumber, tomatoes, sheep's milk cheese and olives
- con patatas, remolacha, pepino, tomates, queso de oveja y aceitunas

5. **Humus**

7,50 €

- Brei aus Kischerbsen, Auberginen und Sesampaste mit frischer Gurke, Tomate, Petersilie und Erdnussbutter
- Chickpea puree, aubergine, paste of sesame with fresh cucumber, paryles and peanut butter
- Puré de garbanzos, berenjena y paste de sésamo con pepino fresco, tomate, perejil y mantequilla de cacaheute



Vegane Hauptspeisen

10) Qaulo Fiori

16,00 €

- Weißkohl, Möhren, Kartoffeln, Curry und heimische Gewürzmischung
- White cabbage, carrots, potatoes, curry, and local spice mix
- Col blanca, zanahorias, patatas, curry y mezcla de especias locales.



11. Schiro

14,50 €

Eritreisches Kichererbsenpüree pikant gewürzt

- mit Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze
- (Nach Auswahl mit Gewürzbutter, dann nicht vegan!)
- Eritrean chickpea puree, piquantly seasoned (onion, garlic)
- Puré de garbanzos a la Eritrea (picante), (cebolla, ajo)

12. Timtumo

14,50 €

Rote Linsen in Zwiebel-Tomatensauce

- mit Gewürzen aus der Heimat (Zwiebeln, Knoblauch, eritreische/äthiopische Gewürze)
- Red lentils with onion-tomato-sauce with spices from Eritrea/Ethiopia (onions, garlic, spices)
- Lentejas rojas en salsa de cebolla y tomate con especias de Eritrea y Etiopía (cebolla, ajo, especias)



13. Hamli

14,50 €

Grünkohl nach eritreischer Art

- gemischt mit Spinat, mit Gewürzen aus der Heimat (Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze)
- Eritrean type green cabbage, mixed with spinach with spices from Eritrea/Ethiopia (onions, garlic)
- Col rizada a la Eritrea, mezclada con espinacas y especia de Eritrea y Etiopía (cebolla, ajo)

Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice or couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz o cuscús

Vegane Hauptspeisen



14. Bamiya

16,00 €

Okra-Schoten mit Tomatensauce nach eritreischer Art

- mit Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze
- Okra with tomato sauce, with spices from Eritrea /Ethiopia (onions, garlic)
- Vainas okra a la Eritrea con salsa de tomate (cebolla, ajo, mantequilla aromática)

15. Alitscha

15,00 €

Eritreischer Gemüseeintopf mit Kartoffeln

- mit Karotten, grünen Bohnen, Paprika und Petersilie (Zwiebeln, Knoblauch, eritreischer Gewürze, Gewürzbutter)
- Vegetable stew with potatoes, carrots, string beans, papper and parsley (onions, garlic, seasoned butter)
- Potaje de verduras con patatas, zanahorias, judias verdes pimienta y perejil (cebolla, ajo, mantequilla aromática)



16. Sukini

16,00 €

Gemüseeintopf mit Zucchini

- Kürbis, frischen Tomaten und Petersilie
- Vegetable stew with zucchini, pumpkin, fresh tomatoes and parsley
- Potaje de verduras con calabacín, calabaza, tomates frescos y prejil

Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Hähnchen Hauptspeisen

21. Dorho-Zigni / Dorho-Wot

16,50 €

- **Nationalgericht: Hähnchenfleisch in einer scharfen Tomatensauce** (Zwiebeln, Knoblauch, „Berbere“ [Gewürzmischung], Gewürzbutter)
- National dish: Chicken with a spicy tomato sauce (onion, garlic, „berbere“ [assorted spices] and seasoned butter)
- Plato nacional: Pollo con salsa picante de tomate (cebolla, ajo, mantequilla aromática)



22. Dorho-Alitscha-Bedinsch

15,50 €

- **Hähnchenfleisch mit Alitscha** (Gemüse Eintopf mit Kartoffeln, Karotten, Paprika, Petersilie) mit Heimatgewürzen und Curry (scharf oder mild), Zwiebeln, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)
- Dorho with Alitscha (vegetable stew with potatoes, carrots, string beans, pepper & parsley) (spicy or mild)
- Dorno con Alitscha (potaje de verduras con patatas, zanahorias, judías verdes, pimiento & perejil) con especies de Eritrea/Etiopía y curry (suave o picante) (cebolla y mantequilla aromática)



23. Dorho Behamli

15.50 €

- **Hähnchenfleisch mit Grünkohl gemischt** (scharf oder mild) (Zwiebeln, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)
- Dorho mixed with Eritrean type curly kale (onions, Eritrean spices, seasoned butter)
- Dorho mezclado con col rizada a la Eritrea (cebolla, especias de Eritrea, mantequilla aromática)



24. Dorho Alitscha

17.00 €

- **Hähnchenbrust in einer milder Currysauce** (Paprika, Zwiebeln, Gewürzbutter, Petersilie)
- Chicken breast in a mild curry sauce (papper, onions, seasoned butter, parsley)
- Pechuga de pollo con una salsa suave de curry (pimiento, cebolla, mantequilla aromática, perejil)



Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Hauptgerichte mit Rindfleisch

31. Barei-Zigni

17,50 €

- **Nationalgericht: Rindfleischstückchen in einer scharfen Tomatensauce**
(Zwiebeln, Knoblauch, „Berbere“ [Gewürzmischung], Gewürzbutter)
- National dish: Little pieces of beef in a spicy tomatosauce
(onion, garlic, „berbere“ [assorted spices] and seasoned butter)
- Plato nacional: Carne de vacuno con salsa picante de tomate
(cebolla, ajo, mantequilla aromática)



32. Kulwa Tsada

16,50 €

- **Gekochte Rindfleischwürfel (mild)**
(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)
- Cooked cubes of beef (mild)
(onions, garlic, seasoned butter)
- Cuadrados de carne de vacuno cocidos (suave)
(cebolla, ajo, mantequilla aromática)

33. Kulwa Kheyeh

18,50 €

- **Gebratene Rindfleischwürfel (scharf)**
(Zwiebeln, Knoblauch, „Berbere“ [Gewürzmischung], Gewürzbutter)
- Fried cubes of beef (mild)
(onions, garlic, „berbere“ [assorted spices], seasoned butter)
- Cuadrados de carne de vacuno (picante)
(cebolla, ajo, mantequilla, „berbere“ [mezcla de especias], mantequilla aromática)



Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Hauptgerichte mit Rindfleisch



34. Ziga Behamli

16,50 €

- **Gekochte Rindfleischwürfel mit Grünkohl** gemischt
(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)
- Cooked cubes of beef mixed with green cabbage
(onions, garlic, seasoned butter)
- Cuadrados de carne de vacuno mezclados con col rizada
(cebolla, ajo, mantequilla aromática)

35. Ziga Bebamiya

15,50 €

- **Gekochte Rindfleischwürfel mit Okra-Schoten** gemischt
(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)
- Cooked cubes of beef mixed with okra pods
(onions, garlic, seasoned butter)
- Cuadrados de carne de vacuno mezclados con vainas okra
(cebolla, ajo, mantequilla aromática)



36. Ziga Bealitscha

15,50 €



- **Gekochte Rindfleischwürfel mit Alitscha**
(Gemüse Eintopf mit Kartoffeln, Karotten, Bohnen, Petersilie)
(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)
- Cooked cubes of beef mixed with Alitscha (vegetable stew)
(onions, garlic, seasoned butter)
- Cuadrados de carne de vacuno mezclados con Alitscha
(Potaje de verduras) (cebolla, ajo, mantequilla aromática)

Alle unsere Hauptspeisen werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Hauptgerichte mit Lammfleisch

41. Begie Kulwa

19,50 €

- **Gekochte Lammwürfel**

(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)

- Cooked lamb cubes (onions, garlic, condiment butter)

- Cuadrados de carne de cordea (Cebolla, ajo, Mantequilla aromática)



42. Begie Bedinisch

17,50 €

- **Gekochte Lammwürfel mit einem eritreischen Gemüseintopf**

Gemüseintopf mit Kartoffeln, Karotten, grünen Bohnen und Petersilie
(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)

- Cooked lamb cubes with Alitscha (Vegetable stew with potatoes, carrots, string beans and parsley)(onions, garlic, condiment butter)

- Cuadrados de carne de cordero con Alitscha (Potaje de verduras con patatas, zanahorias, judias verdes y perejil) (cebolla, ajo, Mantequilla aromática)



43. Begie Bebamiya

17.50 €

- **Gekochte Lammwürfel mit Bamiya**

Okra-Shotten in Tomaten Sauce (Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)

- Cooked lamb cubes with Bamiya (Okra pods with tomato sauce) (onions, garlic, condiment butter)

- Cuadrados de carne de cordero con Bamiya (vainas okra con salsa de Tomate) (cebolla, ajo, Mantequilla aromática)



44. Begie Behamli

17.50 €

- **Gekochte Lammwürfel mit Hamli**

Grünkohl eritreische Art, gemischt mit Spinat

(Zwiebeln, Knoblauch, eritreische Gewürze, Gewürzbutter)

- Cooked lamb cubes with Hamli (Erean Type curly kale, mixed with spinach) (onions, garlic, condiment butter)

- Cuadrados de carne de cordero con Hamli (col rizada a la Eritrea, mezclada con espinacas) (cebolla, ajo, Mantequilla aromática)



Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Gemischte Platte

Rind-Hähnchen-Gemüse

Für **5 Personen**



18,00 €
(pro Person)

Auf Wunsch
kann eine Ecke der Platte
nachgereicht werden

Für **2 Personen**



Rind / Hähnchen:

- Kleine Ecken 6,00 €
- Große Ecken 9,50 €

Vegan:

- Kleine Ecken 5,50 €
- Große Ecken 8,50 €



Pro Person

- Injera 1,50 €
- Reis und Couscous 2,50 €



Gemischte Platten
können auch
für 3 und 4 Personen
serviert werden

Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert
We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous
Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Gemischte Platte

Für **5 Personen**



17,00 €
(pro Person)

Auf Wunsch
kann eine Ecke der Platte
nachgereicht werden

Für **2 Personen**



Vegan:

- Kleine Ecken
- Große Ecken

5,50 €

8,50 €



Pro Person

Injera

1,50 €

Reis und Couscous

2,50 €

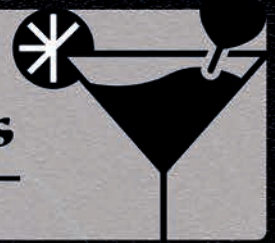
**Gemischte Platten
können auch
für 3 und 4 Personen
serviert werden**

Alle unsere Hauptspeise werden mit etwas Salat und Injera, Reis und Couscous serviert

We serve all our dishes with salad and injera, rice and couscous

Todos los platos se sirven acompañados de ensalada e injera, arroz y cuscús

Alkoholische Drinks



Weißweine

0,2 l	0,75 l
Glas	Flasche

- | | | |
|---------------------------------|--------|---------|
| - Chardonnay de May (Südafrika) | 6,20 € | 19,00 € |
| - Cape Beach Sauvignon blanc | 5,50 € | 18,00 € |

Rosé

- | | | |
|------------------------|--------|---------|
| - Cape Bridge Pinotage | 5,50 € | 18,00 € |
|------------------------|--------|---------|

Rotweine

- | | | |
|-------------------------------|--------|---------|
| - Swartland Cabernet Savignon | 6,20 € | 19,00 € |
| - Cape Bridge Pinotage | 5,50 € | 18,00 € |

Spezialitäten aus Eritrea

- | | | |
|---------------------------|--------|--------|
| - Areqi Asmara | (2 cl) | 3,50 € |
| (Eritreischer Heimatouzo) | | |

0,2 l	0,40 l
Glas	Flasche

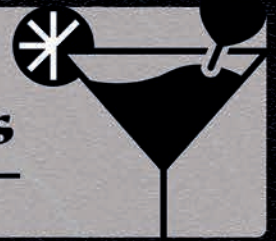
- | | | |
|--------------------------|--------|--------|
| - Mies | 4,50 € | 7,50 € |
| (Eritreischer Honigwein) | | |

Spirituosen

~ 2 cl ~

- | | |
|-------------------|--------|
| - Jägermeister | 3,50 € |
| - Tequila (Braun) | 3,50 € |
| - Tequila (Weiß) | 3,50 € |
| - Wodka | 3,50 € |
| - Bacardi | 3,50 € |
| - Ramazotti | 5,50 € |
| - Campari | 5,50 € |

Alkoholische Drinks



Mix Getränke

~ 0,2 l ~

- Vodka Red Bull 5,50 €
- Bacardi-Cola 5,50 €
- Jim Beam-Cola 5,50 €
- Wildbeery Lille 5,50 €

Bier

- Warsteiner Pils (vom Fass) (0,2l) 2,80 € (0,4 l) 3,80 €
- Warsteiner Pils (Alkoholfrei) 3,30 €
- König Ludwig (hell) (0,5l) 4,00 €
- König Ludwig (dunkel) (0,5l) 4,00 €
- König Ludwig (Alkoholfrei) (0,5l) 4,00 €
- Dju dju Ber / Mango (0,5l) 4,30 €
- Dju dju Ber / Banane (0,5l) 4,30 €
- Dju dju Ber / Passion (0,5l) 4,30 €
- Dju dju Ber / Palm Lager (0,5l) 4,30 €



Soft Drinks

Heißgetränke

~ 0,25 l ~

- Schwarztee 3,50 €
- Nana-Minz-Tee (frische Blätter) 3,50 €
- Ingwertee 3,50 €



Kaffeezeremonie 4,00 €



Alkoholfreie Getränke

- | | | | | |
|---|-------|--------|--------|--------|
| - Mineralwasser | 0,2 l | 2,60 € | 0,75 l | 7,00 € |
| - Sprite | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Fanta ³ | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Cola ^{1,2} , Cola Light ^{1,2,4} | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Apfelsaftschorle | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Bananen (Fruchtgetränk) | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Mango Nektar | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Ananas (Fruchtgetränk) | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Guaven Nektar | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Rhabarber Saft | 0,2 l | 2,90 € | 0,4 l | 3,90 € |
| - Afro Soda | 0,3 l | 3,80 € | | |
| - Kinky Coconut | 0,3 l | 3,80 € | | |
| - Magic Mango | 0,3 l | 3,80 € | | |
| - Bubble Banana | 0,3 l | 3,80 € | | |
| - Golden Hibiscus | 0,3 l | 3,80 € | | |



„Wir bieten alle Säfte auch als Schorle an“

Allergene und Zusatzstoffe

1- mit Farbstoff

2- Koffeinhaltig

3- mit Antioxidationsmittel

4- enthält Phenylalaninquelle

Dessert



7,00 €

Abessina Crumble
unter Honig-Joghurt-Zimt
und
etwas Vimto.

7,50 €

Abessina Fruits

Mango, Ananas, Papaya
und Banane
mit etwas Honig oder Agavesaft.



Liefer- und Abholservice

0551 401 32 107 | 0176 702 35 990

info@abessina.com | www.Abessina.com

am Ritterplan 2 D-37073 Göttingen