

Grüne Oase

Indische Spezialitäten
und feine Küche



Inh. Anis Ahmed
Maximinstraße 17
54292 Trier

Öffnungszeiten

Montag - Freitag

11:30 - 14:30 Uhr

18:00 - 23:00 Uhr

Samstags, Sonntag

und an Feiertagen

18:00 - 23:00 Uhr

 [grueneoasetrier](#)

 [grueneoase-trier.de](#)

Direkt zur Homepage





Vegetarisch
Vegan

Vorspeisen

Zu Beginn der kulinarischen Reise oder als Kleinigkeit zum Getränk: Unsere Vorspeisen sind für beides bestens geeignet.

1. **Butter Naan**  4,20
Naanbrot klassisch mit indischer Butter.
2. **Garlic Naan**  4,20
Naanbrot klassisch mit Knoblauch verfeinert.
3. **Pizza Brot**  3,90
mit hausgemachter Kräuterbutter.
4. **Frutti di mare** 8,50
Meeresfrüchte mit Knoblauch, Tomaten und Sahnesoße mit Käse überbacken. Serviert mit hausgemachtem Brot.
5. **Ofen Fetakäse**  7,50
Fetakäse, frische Paprika, Tomaten, Oliven und grüne Peperoni mit Olivenöl und Knoblauch im Ofen gebacken. Serviert mit hausgemachtem Brot.
6. **Pakora**  5,20
Frittierte Kartoffeln, Zwiebeln und Erbsen in Kichererbsenmehl. Serviert mit Joghurt-Minzsauce.

Suppen

*Auch als Vorspeise geeignet.
Wir servieren alle Suppen zusammen mit unserem hausgemachten Brot.*

11. **Lauchcremesuppe**  7,50
mit frischem Lauch, Crème Fraîche.
12. **Tomatencremesuppe**  6,90
mit einem Hauch Sahne.
13. **Zwiebelsuppe**   6,50
klassisch kräftig.

Salate

Frisch, grün und knackig! So muss ein guter Salat sein. Bei uns kommen nur die schönsten Salatblätter auf den Teller.

Grüne
Oase

Alle Gerichte können in mild 🌿, mittel 🌿🌿, und scharf 🌿🌿🌿 zubereitet werden.

- | | |
|---|-------|
| 21. Hähnchensalat | 12,50 |
| mit Tomaten, Gurken, Eiern, Ananas und Hähnchenbruststreifen. | |
| 22. Schwach & Sinn 🌿 | 12,50 |
| mit Paprika, Gurken, Tomaten, grüne Peperoni, Oliven, Zwiebeln und Fetakäse. | |
| 23. Thunfisch Salat | 12,50 |
| mit Tomaten, Gurken, Eiern, Zwiebeln, Käse und Thunfisch. | |
| 24. Kleiner gemischter Salat 🌿🌿 | 5,90 |
| mit Paprika, Gurken, Tomaten und Zwiebeln. | |
| 25. Grüne Oase | 12,50 |
| mit Gurken, Tomaten, Eiern, grüne Peperoni, Zwiebeln und Hähnchenbruststreifen. | |

und ein Dressing Deiner Wahl:

Jogurth-Dressing

Cocktail-Dressing

Balsamico-Dressing 🌿🌿





Indische Gerichte mit Fisch

*Leckerer gibt es nicht nur vom Land,
sondern auch aus dem Wasser.*

- | | | |
|------------|--|--------------|
| 41. | Prawns Malai Curry
geschälte Riesengarnelen in feiner Currysauce mit Kokosmilch verfeinert mit Basmati Reis als Beilage. | 17,90 |
| 42. | Prawns Masala Curry
geschälte Riesengarnelen in feiner Currysauce mit Paprika-Zucchini-Gemüse mit Basmati Reis als Beilage. | 17,90 |
| 43. | Grilled Scampi
acht gegrillte Scampis (8/12er) mit Zwiebeln und Knoblauch gebraten und an Curry-Tomaten und Reis serviert. | 20,90 |
| 44. | Prawns Palak Curry
geschälte Riesengarnelen in feiner Currysauce mit Blattspinat und Tomaten. Dazu reichen wir Basmati Reis. | 17,90 |

Vegetarisch
Vegan




Indische Gerichte mit Chicken

Wussten Sie, dass indisches
Essen immer glutenfrei ist? Nein?
Jetzt wissen Sie es.

Grüne
Dase

Alle Gerichte können in mild 🌶️, mittel 🌶️🌶️,
und scharf 🌶️🌶️🌶️ zubereitet werden.

- | | |
|--|--------------|
| 30. Chicken Tahu | 15,90 |
| Hähnchenbruststreifen mit Broccoli, Paprika und Zwiebeln an speziellen indischen Gewürzen. | |
| 31. Masala Chicken | 16,50 |
| Hähnchenbruststücke mit Zwiebeln, Kartoffeln und indischen Gewürzen, Spiegelei und Käse überbacken. | |
| 32. Butter Chicken | 15,50 |
| gegrilltes Hähnchenfleisch in einer feinen aromatischen Buttersauce. | |
| 33. Green Chicken Curry | 15,90 |
| Hähnchenfleisch mit Lauch, Zucchini und Zwiebeln in grüner Currysauce. | |
| 34. Chicken Dopiazza | 15,90 |
| Hähnchenbruststreifen gebraten in Zwiebeln, Tomaten und indischen Gewürzen. | |
| 35. Chicken Biryani | 16,50 |
| Hähnchenbruststücke mit Erbsen, Knoblauch, Ingwer und Rosinen in Basmati Reis gebraten und mit Kokos-raspeln, Mandeln und Mangopüree verfeinert. | |
| 36. Chicken Malai Curry | 15,50 |
| Hänchenbruststücke in feiner Currysauce mit Kokosmilch verfeinert. | |

Zu allen Gerichten servieren wir Basmati Reis als Beilage.

Indische Gerichte Vegan & Vegetarisch



Vegetarisch
Vegan



50. **Vegetable Biryani**  14,90
Paprika, Erbsen, Zucchini, Knoblauch, Ingwer und Rosinen in Basmati Reis zubereitet mit Kokosraspeln, Mandeln und Mangopüree verfeinert.
51. **Sabjee**  13,50
Blumenkohl, Broccoli, Zucchini, Erbsen, Zwiebeln und Knoblauch in Sahnesauce mit Käse überbacken zusammen mit hausgemachten Brot.
52. **Alu Gobhi**  12,90
Kartoffeln, Blumenkohl und Tomaten in indischen Gewürzen gegart mit Basmati Reis.
53. **Mushroom Masala**  13,50
Frische Champignons, Paprika, Erbsen, Zwiebeln, Tomaten und Knoblauch in indischen Gewürzen gebraten. Als Beilage servieren wir Basmati Reis.
54. **Vegetable Curry**  13,50
Paprika, Blumenkohl, Erbsen, Kartoffeln und Zwiebeln in feiner Curry Sauce mit frischen Korianderblättern. Als Beilage servieren wir Basmati Reis.
55. **Gobi Palak**  13,50
Blumenkohl, Blattspinat, Kartoffeln und Zwiebeln in feiner Sauce. Als Beilage servieren wir Basmati Reis.
56. **Alur Dum**  13,50
Kartoffeln, Lauch und Zwiebeln in Tomaten-Sahne-Sauce mit Käse überbacken zusammen mit hausgemachten Brot.
57. **Vegetable Malai Curry**  13,50
Verschiedene Gemüse in feiner Currysauce mit Kokosnussmilch verfeinert. Als Beilage servieren wir Basmati Reis.
58. **Vegetable Masala**  15,50
Blumenkohl, Kartoffeln, Paprika, Zwiebeln, Erbsen und mit Spiegelei und Käse überbacken. Als Beilage servieren wir Basmati Reis.

Alle Gerichte ohne Käse sind auch Vegan bestellbar.

Penne

*Pasta gehört in ein italienisches Restaurant?
Wir nehmen das nicht so eng und
versprechen Ihnen, dass unsere Pasta auch
eine italienische Mama überzeugen würde.*

Grüne
Gäse

Alle Gerichte können in mild 🌶️, mittel 🌶️🌶️,
und scharf 🌶️🌶️🌶️ zubereitet werden.

- | | |
|--|-------|
| 70. Penne Kokos 🌿 | 12,50 |
| Penne mit Zucchini und Paprika an Tomaten-Sahne-Sauce mit Kokosmilch verfeinert. | |
| 71. Penne Vegetarisch 🌿🌿 | 12,50 |
| Penne mit grünen Peperoni, Oliven, Paprika und Olivenöl in Tomate-Knoblauch-Sauce. | |
| 72. Penne Marinara | 13,50 |
| Penne mit verschiedenen Meeresfrüchten, einem Hauch von Knoblauch und fruchtiger Tomatensauce. | |
| 73. Penne Scampi | 13,50 |
| Penne mit geschälten Scampis an Knoblauch und fruchtiger Tomatensauce. | |
| 74. Penne Chef | 12,90 |
| Penne mit Hähnchenbruststücken, Champignons, Broccoli an Tomaten-Sahne-Sauce. | |





Pizza

*Pizza ist gleich Pizza? Absolut nicht!
Lassen Sie sich von unseren frischen Pizzen
aus dem Steinofen überraschen.*

- 501. Pizza Napoli**  8,90
mit Tomatensauce und Käse
- 502. Pizza Funghi**  10,90
mit Tomatensauce, frischen Champignons und Käse.
- 503. Pizza Salami** ^{1,2,3} 11,50
mit Tomatensauce, Salami (Rind) und Käse
- 504. Pizza Peperoni** ^{1,2,3} 11,50
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind) und Käse
- 505. Pizza Cipolla**  ^{2,7} 11,50
mit Tomatensauce, Zwiebeln, Knoblauch, Chilliöl und Käse.
- 506. Pizza Tonno** 12,50
mit Tomatensauce, Thunfisch, Zwiebeln und Käse.
- 507. Pizza Vegetarisch**  13,90
mit Tomatensauce, Broccoli, frischen Champignons, Paprika, Zwiebeln, grünen Peperonis und Käse.
- 508. Pizza Peperoni & Ananas** 12,50
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind), Ananas und Käse.
- 509. Pizza Piccante** ^{1,2,3} 12,50
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind), Zwiebeln, Knoblauch, Chilliöl und Käse.

Vegetarisch
Vegan 



- 510. Pizza Fantasia** 2,7 12,90
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind), frischen Champignons,
Paprika und Käse.
- 511. Pizza Capricciosa** 2,7 12,90
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind), frischen Champignons,
Oliven und Käse.
- 512. Pizza Speciale** 1,2,3,7 12,90
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind), Salami (Rind),
frischen Champignons, Zwiebeln und Käse.
- 513. Pizza Capri** 13,50
mit Tomatensauce, Thunfisch, Sardellen, Zwiebeln und Käse.
- 514. Pizza Anusha** 14,50
mit Tomatensauce, Riesengarnelen, Krabben, Knoblauch und Käse.
- 515. Pizza Casa** 2,7 12,90
mit Tomatensauce, Peperoniwurst (Rind), Salami (Rind),
frischen Champignons und Käse.
- 516. Pizza Mare e Monti** 13,90
mit Tomatensauce, Meeresfrüchten, Thunfisch, Zwiebeln,
Knoblauch und Käse.





Kinderkarte

Für unsere Kleinsten
die besten Angebote

- 61. **Chicken Nugget** 6,50
mit Pommes Frites.
- 62. **Frühlingsrollen** 🌿 6,50
mit kleinem Salat.
- 63. **Penne Pomodoro** 🌿 5,50
Nudeln mit Tomatensoße (nur für Kinder)
- 64. **Kinder Pizza Salami** ^{1,2,3} 7,90
mit Salami (Rind) (nur für Kinder)
- 65. **Kinder Pizza Tonno** 7,90
mit Thunfisch (nur für Kinder)



Desserts

*Nichts rundet ein Essen so genüsslich ab,
wie eine süße Nachspeise. Kennen Sie
schon unser traditionelles Faluda?*

201. Faluda 7,90

In Milch gekochte Tapiokaperlen mit frischen Früchten der Saison, Vanilleeis und mit frischem Mangopüree verfeinert.

202. Heiss-Kalte Liebe 7,90

Vanilleeis mit heißen Himbeeren und Sahne.
Garniert mit feinen Mandelblättchen.



Heißgetränke

*Unser Kaffee kommt aus einer belgischen
Rösterei. Als Tee servieren wir Messner.*

901. Kaffee 2,50

902. Espresso 2,50

903. Doppelter Espresso 4,00

904. Cappuccino 8 3,50

905. Milchkaffee 8 3,50

906. Latte Macchiato 8 3,80

911. Tee 2,50

Teesorten: Darjeeling, Pfefferminz, Kamillentee,
Ingwertee, Grüner Tee & 6 Kräuter Tee.

Unser Versprechen

Wir legen großen Wert auf frische Zutaten in unseren Speisen. Deswegen verzichten wir komplett auf Geschmacksverstärker und wo immer wir können auch auf Zusatzstoffe.

Da wir unsere Speisen immer frisch zubereiten, sind Sonderwünsche für uns kein Problem. Sie wollen Ihr Gericht glutenfrei oder vegan? Sprechen Sie uns an. Wir passen ihr Gericht dann gerne für Sie an.

Zusatzstoffe

1. mit Farbstoff(en)
2. mit Konservierungsstoff(en)
3. mit Antioxidationsmittel
4. mit Geschmacksverstärker(n)
5. mit Schwefeldioxid
6. mit Schwärzungsmittel
7. mit Phosphat
8. mit Milcheiweiß
9. koffeinhaltig
10. chininhaltig
11. gewachst
12. mit Taurin
13. enthält eine Phenylalaninquelle
14. mit Süßungsmittel

Informationen über enthaltene Allergene erhalten Sie zur Einsicht an der Theke.

