made with ♥ by ruach jetzt

Grüne Oase

Indische Spezialitäten
und feine Küche



Inh. Anis Ahmed
Maximinstraße 17
54292 Trier

Öffnungszeiten

Montag - Freitag
11:30 - 14:30 Uhr
18:00 - 22:00 Uhr

Samstag, Sonntag und an Feiertagen
18:00 - 22:00 Uhr

grueneoasetrier

grueneoase-trier.de

Direkt zur Homepage



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 in Knoblauch-Tomaten-Sahnesauce, mit Käse überbacken. Dazu hausgemachtes 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.

Vegetarisch
Vegan

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

Grüne Oase

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

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, grünen Peperoni, Oliven, Zwiebeln und Fetakäse.

23. **Thunfischsalat** 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, grünen Peperoni, Zwiebeln und Hähnchenbruststreifen.

und ein Dressing Deiner Wahl:

Joghurt-Dressing
Cocktail-Dressing
Balsamico-Dressing











Indische Gerichte mit Fisch

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

41. **Prawns Malai Curry** 17,90
Geschälte Riesengarnelen in feiner Currysauce, mit Kokosmilch verfeinert. Mit Basmati Reis als Beilage.

42. **Prawns Masala Curry** 17,90
Geschälte Riesengarnelen in feiner Currysauce mit Paprika-Zucchini-Gemüse. Mit Basmati Reis als Beilage.

43. **Grilled Scampi** 20,90
Acht gegrillte Scampis (8/12er) mit Zwiebeln und Knoblauch gebraten und an Curry-Tomaten und Reis serviert.

44. **Prawns Palak Curry** 17,90
Geschälte Riesengarnelen in feiner Currysauce mit Blattspinat und Tomaten. Dazu reichen wir Basmati Reis.

Vegetarisch
Vegan







Neue Gerichte & Tandoori

85. Chicken Chana 15,50

Hähnchenbruststücke mit Kichererbsen, Zwiebeln, Zucchini und frischen Tomaten in feinen Gewürzen mit frischen Korianderblättern.

86. Palak Chicken 15,50

Hähnchenbruststücke mit gebratenen Zwiebeln, Blattspinat und frischen Tomaten in einer aromatischen Gewürzmischung.

87. Sabjee Dal 13,50

Rote Linsen mit Blumenkohl, Paprika, Zwiebeln und Erbsen in indischen Gewürzen gegart, mit frischen Korianderblättern.

Vegetarisch
Vegan



Zu allen Gerichten servieren wir Basmati Reis als Beilage.

Tandoori

Grüne Oase

Mariniert in Joghurt und Tandoori Masala – würzig, aromatisch und auf geschmortem Gemüse serviert.

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

81. **Tandoori Chicken** 17,50
Hähnchenbruststreifen mariniert in Joghurt und Tandoori Masala auf geschmortem Weißkohl, Zucchini, Zwiebeln und Paprika.

82. **Prawns Tandoori** 18,50
Riesengarnelen mariniert in Joghurt und Tandoori Masala auf geschmortem Weißkohl, Zucchini, Zwiebeln und Paprika.

83. **Tandoori Mix** 19,50
Riesengarnelen und Hähnchenbruststreifen in Joghurt und Tandoori Masala auf geschmortem Weißkohl, Zucchini, Zwiebeln und Paprika.

84. **Vegetable Tandoori** 16,50
Frische Champignons, Paprika und Kartoffeln mariniert in Joghurt und Tandoori Masala auf geschmortem Weißkohl, Zucchini, Zwiebeln und Paprika.

Zu allen Gerichten servieren wir Basmati Reis als Beilage.



Indische Gerichte mit Chicken

Grüne Oase

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

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 Dopiaza** 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 Kokosraspeln, Mandeln und Mangopüree verfeinert.

36. **Chicken Malai Curry** 15,50
Hähnchenbruststücke in feiner Currysauce, mit Kokosmilch verfeinert.

Zu allen Gerichten servieren wir Basmati Reis als Beilage.









Indische Gerichte Vegan & Vegetarisch

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 hausgemachtem Brot.

52. Alu Gobhi 12,90
Kartoffeln, Blumenkohl und Tomaten in indischen Gewürzen gegart. Als Beilage servieren wir 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 Currysauce 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 hausgemachtem 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 mit Spiegelei und Käse überbacken. Als Beilage servieren wir Basmati Reis.

Vegetarisch
Vegan

Alle Gerichte 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 Oase

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 Tomaten-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, Chiliöl 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 Peperoni 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, Chiliöl und Käse.

Vegetarisch
Vegan



Grüne Oase

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.

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











Kinderkarte

Für unsere Kleinsten die besten Angebote

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



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 Meßmer.

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.











