



# Garnelen Spezialitäten

Garnelen mit verschiedenem Curry serviert, dazu **Basmati Reis**



jedes Gericht **13,90 €**

**90 Ral Curry**  
(scharf) mit Auberginen und Kokosmilch, Tamarindensaft nach ceylonesischer Art (17,B,G,J)

**91 Jheenga Curry**  
in einer milden Currysauce (B,G)

**92 Jheenga Madras**  
(scharf) mit Curry und Kokosmilch in pikanter Sauce (B,G)

**93 Jheenga Tikka Masala**  
in einer köstlich orientalisches gewürzten Sauce mit Kräutern (B,G)

**94 Jheenga Vindaloo**  
(sehr scharf) mit Kartoffeln in einer Currysauce (B,G)

**95 Jheenga Saag**  
zubereitet mit gerösteten Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch, Gewürzen und Spinat (B,G)

**96 Jheenga Mango**  
Garnelen mit Mangopüree (7,B,G)

**97 Jheenga Jalfraze**  
mit frischem, gemischtem Gemüse (B,G)

**98 Butter Jheenga**  
(mild) in einer cremigen Sauce aus Sahne, Cashewkernen und Mandeln (B,G,H1,H4)

# Vegetarische Spezialitäten

Serviert mit **Basmati Reis**



jedes Gericht **7,50 €**

**100 Chana Masala**  
Kichererbsen zubereitet mit frischen Gewürzen und Kräutern (G,H1)

**101 Mix Vegetable**  
frisches Gemüse zubereitet mit frischem Koriander und erlesenen Gewürzen (G)

**102 Kathiri Vindaloo**  
mit Auberginen, frittierten Kartoffeln und Tomaten und einer milden Currysauce (G)

**103 Paruppu Curry**  
mit gelben Linsen, Kokosmilch, Ingwer, Knoblauch und schwarzen Pfeffer (G)

**104 Palak**  
Spinat mit Gewürzen, gerösteten Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch (G)

**105 Kathirika Curry**  
frittierte Auberginen in einer milden Currysauce (G)

**106 Vindaloo Matter**  
Kartoffeln mit Erbsen in einer cremigen Sauce (G)

**107 Butter Vegetable**  
mit frischem Gemüse, einer cremigen Sauce aus Sahne, Cashewkernen und Mandeln (G,H1,H4)

# Fisch Spezialitäten

Tilapiafilet mit verschiedenem Curry serviert, dazu **Basmati Reis**

jedes Gericht **9,90 €**

**110 Meen Curry**  
mit Tilapiafilet, einer milden Currysauce und Tamarindensaft (D,G,J)

**111 Butter Meen**  
mit Tilapiafilet, einer cremigen Sauce aus Sahne, Cashewkernen und Mandeln, sehr mild (D,G,H1,H4,J)

**112 Meen Vindaloo**  
(sehr scharf) mit Tilapiafilet, sehr scharfer Soße und Kartoffeln (D,G,J)

**113 Ceylonische Kathri Meen**  
(scharf) mit Tilapiafilet, Auberginen, Tomaten, rotem Chili, Tamarindensaft und Kokosmilch nach ceylonischer Art (D,G,J)

# Tandoori Spezialitäten

Im Ofen gegrillt, in Gewürzen eingelegt, serviert mit **Basmati Reis** oder **Naan**



**120 Tandoori Chicken 11,90 €**  
mit Hähnchenfleisch in Joghurt (G)

**121 Tandoori Mutton 13,90 €**  
mit Lammfleisch in Joghurt (G)

**122 Tandoori Meen 10,90 €**  
mit Tilapiafilet in Joghurt (D,G)

**123 Tandoori Jheenga 15,90 €**  
mit Garnelen in Joghurt (B,G)

**124 Singam's Mix Grill 18,90 €**  
mit Hähnchenfleisch, Lammfleisch, Tilapiafilet und Garnelen in Joghurt (B,C,G)

# Dessert

Dessert nur in Verbindung mit einem Hauptgericht

- hausgemachte Mangocreme **2,90 €**
- Ben & Jerry Chunky Monkey 150ml **3,60 €**
- Ben & Jerry Cooky Doug 150ml **3,60 €**
- Ben & Jerry Fudge Brownie 150ml **3,60 €**
- Ben & Jerry Strawberry Cheese 150ml **3,60 €**

# Getränke

- Cola (1,4,11,17), Fanta (6,17,18)
- Sprite (17), Colalight (1,4,7,11,17) ..... **1,0 l 2,50 €** (inkl. Pfand)
- Mangolassi (7,G)..... **0,3 l 2,90 €**
- Bierflaschen (A1)..... **0,5 l 2,50 €** (inkl. Pfand) €
- Hoepfner Weizen, Edelweizen, Kellerweizen (Dunkel), Pils, Export

### Liefergebiete & Mindestbestellwerte

- ab 7 €** Forst
- ab 10 €** Hambüchlen
- ab 12 €** Bruchsal, Karlsdorf Weiher
- ab 15 €** Ubstadt, Stettfeld
- ab 20 €** Heildesheim, Untergrombach, Kronau, Wiesental, Büchenau, Neuthard
- ab 25 €** Helmsheim, Obergrombach, Bad Schönborn, Zeutern, Unteröwisheim, Graben-Neudorf



**SCHMECKT! SEIT 2008**

10% Rabatt bei Selbstabholung

**Liefer- & Abholservice**

**07251 3278778**

**0160 7786580**

Bewerten und empfehlen Sie uns auf Facebook: **Zum Athlet**

**Singam's Restaurant**  
Carl-Benz-Straße 8, 76694 Forst

**Öffnungszeiten:**  
Montag bis Samstag: 17.00 - 22.00 Uhr / Mittwoch Ruhetag  
Sonn- und Feiertage: 11.00 - 22.00 Uhr

**3,- Euro Gutschein**  
Der Gutschein wird bei Lieferung oder Abholung abgezogen, Mindestverzehr 40,- Euro

## Vorspeisen

Sauce nach Wahl Süß-Sauer-Sauce oder Mango Dip



- 10 **Papadam 1,90 €**  
Chips aus Linsen
- 11 **Vegete Samosa 2,50 €**  
Kartoffeln, Erbsen, und Gewürze in Blätterteig umhüllt (3 Stück)
- 12 **Frühlingsrollen 2,50 €**  
gefüllt mit Gemüse (5 Stück)
- 13 **Lamm Samosa 2,90 €**  
Lammfleisch mit Kartoffeln, Erbsen und Gewürzen, mit Blätterteig umhüllt (3 Stück)
- 14 **Chicken Samosa 2,90 €**  
Hähnchenfleisch mit Kartoffeln, Erbsen und Gewürzen in Blätterteig umhüllt (3 Stück)
- 15 **Garnelen Manchurian 7,90 €**  
Frittierte Garnelen, in einer Gemüse Süß-Sauer-Soße (7,D)
- 16 **Pakora 3,50 €**  
Gemüse frittiert im Kichererbsenteig-Mantel
- 17 **Onion Bahaj 2,90 €**  
Zwiebelringe frittiert mit Kichererbsenteig ummantelt
- 18 **Singam's Mix Starter 8,50 €**  
Lamm Samosa, Chicken Samosa, Pakora, Onion Bahaj, Frühlgrollen

## Suppen

- 20 **Vegetable Soup 2,90 €**  
Gemüsesuppe
- 21 **Chicken Soup 3,90 €**  
Hühnersuppe nach Art des Hauses
- 22 **Rasam Soup 3,50 €**  
(scharf) Pfeffer, Koriander, Ingwer, Knoblauch, roter Chili, Tamarindensaft nach ceylonischer Art
- 23 **Meeresfrüchte Soup 3,90 €**  
nach Art des Hauses (B,D,N)

## Indisches Fladenbrot

- 30 **Naan 1,70 €**  
Fladenbrot aus Weizenmehl (A1,G)
- 31 **Butter Naan 1,90 €**  
Fladenbrot aus Weizenmehl mit Ghee bestrichen (A1,G)
- 32 **Garlic Naan 2,10 €**  
Fladenbrot aus Weizenmehl mit Knoblauch (A1,G)
- 33 **Parotta 1,10 €**  
Fladenbrot aus Weizenmehl ceylonesischer Art (A1,C,G)

## Salate

Sauce nach Wahl: Knoblauch-dressing oder Essig Öl



- 40 **Bombay Salat 4,50 €**  
mit gebratenen Hühnerbrustfiletstreifen, Ananas, Schinken und Käse (4,C,G)
- 41 **Chicken Salat 4,50 €**  
mit gebratenen Hühnerbrustfiletstreifen, frischen Champignons und Mais (C)
- 42 **Shrimps Salat 6,90 €**  
mit gebratenen Shrimps, frischen Champignons und Zwiebeln (B,C)
- 43 **kleiner gemischter Salat 2,90 €**  
Salate der Saison (G)
- 44 **Tandoori Salat 7,90 €**  
mit Hähnchenbruststreifen in Tandoori-Gewürz und Zwiebeln (C,G)

## Beilagen

- 50 **Kheera Raita 2,90 €**  
würziger Joghurt mit Zwiebeln, Tomaten, Karotten (G)
- 51 **Raita 1,90 €**  
würziger Joghurt (G)
- 52 **Basmati Reis 2,50 €**
- 53 **Gemüse Reis 3,50 €**

## Chicken Spezialitäten

Hähnchenfleisch mit versch. Curry serviert, dazu **Basmati Reis**



Jedes Gericht **9,90 €**

- 60 **Chicken Curry**  
in einer milden Currysauce (G)
- 61 **Chicken Madras**  
(scharf) mit Curry und Kokosmilch in einer pikanten Sauce (G)
- 62 **Chicken Tikka Masala**  
in einer köstlich orientalisches gewürzten Sauce mit Kräutern (G)
- 63 **Butter Chicken**  
(sehr mild) in einer cremigen Sauce aus Sahne, Cashewkernen und Mandeln (G,H1,H4)
- 64 **Chicken Vindaloo**  
(sehr scharf) mit Kartoffeln in einer Currysauce (G)
- 65 **Chicken Saag**  
zubereitet mit gerösteten Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch, Spinat und Gewürzen (G)
- 66 **Chicken Mango**  
mit Mangopüree (7,G)
- 67 **Chicken Jalfrazie**  
mit frischem, gemischtem Gemüse (G)

## Rind Spezialitäten

Rindfleisch mit verschiedenem Curry serviert, dazu **Basmati Reis**

Jedes Gericht **10,50 €**

- 70 **Rind Curry**  
in einer milden Currysauce (G)
- 71 **Rind Vindaloo**  
(scharf) mit Kartoffeln in einer scharfen Currysauce (G)
- 72 **Rind Jalfrazie**  
mit frischem, gemischtem Gemüse und Gewürzen (G)
- 73 **Butter Rind**  
in einer cremigen Sauce aus Sahne, Cashewkernen und Mandeln (G)
- 74 **Rind Saag**  
zubereitet mit gerösteten Zwiebeln, Knoblauch, Spinat und Ingwer (G)
- 75 **Rind Tikka Masala**  
in einer köstlich orientalisches gewürzten Sauce mit Kräutern (G)
- 76 **Rind Madras**  
(scharf) in einer pikanten Currysauce mit kokosmilch (G,J)

## Lamm Spezialitäten

Lammfleisch mit verschiedenem Curry serviert, dazu **Basmati Reis**

Jedes Gericht **12,50 €**

- 80 **Mutton Curry**  
in einer milden Currysauce (G)
- 81 **Mutton Tikka Masala**  
in einer köstlich orientalisches gewürzten Sauce mit Kräutern (G)
- 82 **Mutton Jalfrazie**  
mit frischem, gemischtem Gemüse (G)
- 83 **Mutton Vindaloo**  
(sehr scharf) mit Kartoffeln in einer scharfen Currysauce (G)
- 84 **Mutton Madras**  
(scharf) in einer pikanten Currysauce mit Kokosmilch (G)
- 85 **Butter Mutton**  
in einer cremigen Sauce aus Sahne, Cashewkernen und Mandeln (G,H1,H4)
- 86 **Mutton Saag**  
zubereitet mit gerösteten Zwiebeln, Knoblauch, Spinat und Ingwer (G)

### Zutatenliste

- A1) enthält Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen) z.B. Bulgur, Weizenmehl in Pizzateig, Nudeln, Naan
- B) enthält Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Garnelen, Krabben, Shrimpspaste
- C) enthält Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Eier von Hühnern, Gans, Pute
- D) enthält Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Surimi, Gelatine, alle Sorten von Fisch
- E) enthält Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Erdnussöl, Erdnussbutter
- F) enthält Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Sojaöl, Tofu, Miso, Sojasprousen
- G) enthält Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose) z.B. Sahne, Joghurt, Käse
- H1) enthält Mandeln
- H4) enthält Cashewnüsse
- J) enthält Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Senf, Senfkörner
- N) enthält Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse z.B. Schnecken, Muscheln, Tintenfische
- 1) mit Farbstoff E 100 bis E 180, z.B. Cola, Fanta, Speiseeis, Cocktaikirschen, Chorizo
- 2) mit Konservierungsstoff z.B. E 200 - 219, E 230 - 235, E 280 - 285, Feinkostsalate, Eingelegtes, Mayonnaise, Erfrischungsgetränke
- 6) mit Antioxidationsmittel z.B. Schinken, Würzmittel, Brühen, Erfrischungsgetränke
- 7) mit Süßungsmittel(n) z.B. Diät-/Light- Lebensmittel (Cola, Joghurt), Eingelegtes, Senf, Soßen
- 8) enthält eine Phenylalaninquelle z.B. Cola Light, Cola Zero, Konfitüren
- 9) geschwefelt z.B. Essig, Kartoffelerzeugnisse, Trockenfrüchte, Meerrettich
- 11) enthält Koffein. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen z.B. Cola, Mate, Energydrinks
- 17) mit Säuerungsmittel z.B. E 260 - E 263 Essigsäure, E 330 - E 333 Citronensäure
- 18) mit Stabilisator(en) z.B. Emulgatoren, Mayonnaise, Speiseeis
- 20) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n) z.B. zusätzlich zu Süßungsmittel Zucker in Form von Rohrzucker, Glukose, etc.