

만남

MANNAM

TASTE OF ASIA

Meny

A taste of Asia in every bite

mannam.se

Koreanska Bowls

01 JapChae

Koreanska glutenfria sötpotatisnudlar med våra egna marinerade grönsaker - morot, svamp, spenat och gurka. Toppas med rödkål, rostade sesamfrön, soyadressing, chilisås och mayo. Välj även valfritt protein.

02 Bibimpab

Mannams koreanska klassiker med marinerade och syrade grönsaker kimchi, spenat, morot, böngroddar, svamp, gurka och isbergsallad. Toppas med koreanskt gochujangsås, stekt ägg, soyadressing och rostade sesamfrö. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller sötpotatisnudlar, samt valfritt protein.

03 Hoedeopbap

Isbergsallad, mango, morot, sojaböner och gurka. Toppas med rödkål, mayo, pokésås och rostade sesamfrön. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller glutenfria sötpotatisnudlar i botten, samt valfritt protein.

04 Koreansk Poké Bowl

Isbergsallad, grönkål, morot, gurka, avokado och sjögrässallad. Toppas med rödkål, mayo, pokesås, soyadressing, rödkål, sjögräs chips och rostade sesamfrö. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller glutenfria sötpotatisnudlar, samt valfritt protein.

BIBIMPAB

JAPCHAE

SUSHI BOWL

HOEDEOPBAP

KIMCHI BOWL

KOREANSK POKÉ BOWL

05 Plocka eget

Kombinera dina favoritsmaker. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller sötpotatisnudlar i botten samt valfritt protein. **Välj upp till 5 valfria ingredienser** från vår salladsbar samt dressing efter dina önskemål.

Sallader:

- Isbergsallad i botten
- Marinerad morot
- Marinerad spenat
- Kimchi
- Marinerade böngroddar
- Sjögrässallad
- Mango
- Marinerad grönkål
- Ostronskivling svamp
- Soyaböner
- Marinerad gurka
- Färsk gurka
- Avokado

Med topping: Rödkål, rostade sesamfrön och soyadressing

Såser:

- Mayo
- Gochujangsås
- Poké sås
- Wasabimayo

06 Sushi Bowl

Isbergsallad, gurka, avokado, grönkål, sjögrässallad, sojaböner och wasabimayo. Toppas med chilisås, rödkål, sjögräs chips, rostade sesamfrö och soyadressing. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller glutenfria sötpotatisnudlar, samt valfritt protein.

07 Kimchi Bowl

Isbergsallad, kimchi, grönkål, avokado, mango, gurka och mayo i botten. Toppas med chilisås, rödkål, sjögräs chips, soyadressing och rostade sesamfrön. **Välj mellan** vitt ris, rårís och glutenfria sötpotatisnudlar, samt valfritt protein.

Välj protein:

Tofu	169 kr	Grillad lax	179 kr
Kyckling	169 kr	Råmarinerad lax ...	179 kr
Biff	169 kr	Oumph!	179 kr

Vissa rätter kan göras vegetariska/veganska, samt gluten- och laktosfria. Vid allergier vänligen fråga personalen.

Toppa med koriander!
Säg till i kassan

Toppa med koriander!
Säg till i kassan



BULGOGI BOWL

08 Bulgogi Bowl 199 kr

Grillad bulgogimarinerad ryggbiff som serveras med krispig isbergssallad, kimchi, inlagd gurksallad, böngroddar, marinerad morot och koreansk het ssamsås. Toppas med rödkål, rostade sesamfrön och soyadressing. **Välj mellan** vitt ris eller rårís.

09 Bokkum Biff 199 kr

Bokkum betyder "stekt" på koreanska. En varmrätt med blandning av stekta grönsaker tillsammans med ryggbiff. Toppas med rödkål, rostade sesamfrö, gochujang och soyadressing. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller glutenfria sötpotatisnudlar.

10 Bokkum Svamp 169 kr

Bokkum betyder "stekt" på koreanska. En varmrätt med blandning av stekta grönsaker tillsammans med ostronskivling svamp. Toppas med gochujang, rödkål, rostade sesamfrön och soyadressing. **Välj mellan** vitt ris, rårís eller glutenfria sötpotatisnudlar.

11 Karage 179 kr

Friterad kyckling med vitt ris. Toppas med Mannams mayo, poké säs, tonkatsu säs, rostade sesamfrön och färsk gräslök. Serveras med kimchi, grönkål, morot och rödkål.

12 Spicy Noodles 179 kr

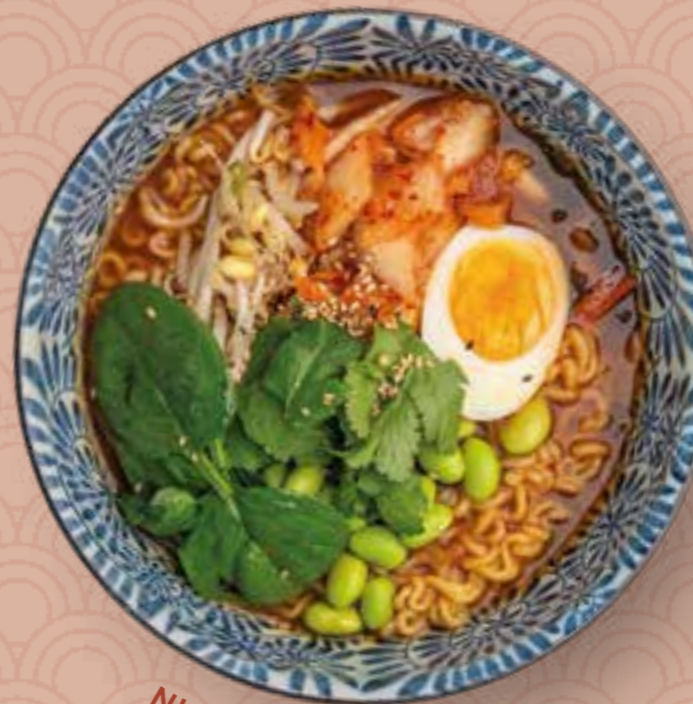
Nudlar slungade i en het buldaksås. Serveras med kimchi, marinerad gurka, grönkål och morot. Toppas med rödkål och sesamfrön. **Välj mellan** biff, friterad kyckling eller tofu.

13 Spicy Tonkatsu 179 kr

Pankofriterad kyckling - asiatisk kyckling. Serveras med vitt ris, morot, grönkål och marinerad gurka. Toppas med japansk mayo, tonkatusås, spicy buldaksås, rödkål och rostade sesamfrön.



SPICY NOODLES



NUDELSOPPA

14 Nudelsoppa

Kimchi, sojaböner, svamp, spenat, böngroddar, kokt ägg och nudlar. Toppas med het koreansk gochujangsås, rostade sesamfrön och valfritt protein

15 Kimchigryta

En smakrik koreansk gryta med bland annat kimchi, böngroddar och spenat. Gochujang och sojabönpastan miso sätter god smak på denna mustiga gryta. Serveras med ris samt valfritt protein.

Toppa med koriander!
Säg till i kassan



KIMCHIGRYTA



Välj protein:

Tofu	169 kr	Grillad lax	179 kr
Kyckling	169 kr	Råmarinerad lax ...	179 kr
Biff	169 kr	Oumph!	179 kr

Vissa rätter kan göras vegetariska/veganska, samt gluten- och laktosfria. Vid allergier vänligen fråga personalen.

Små rätter



16 Bao Buns

Mannams traditionella egna ångbakade bröd som serveras med grönsaker som isbergsallad, inlagd gurka, morot och kimchi. Toppas med gochujang, mayo, poké sås och rostade sesamfrö. Välj mellan: biff, kyckling, tofu eller svamp

1 st 79 kr

2 st 149 kr

17 Koreanska kycklingvingar

6 st Kycklingvingar slungade i en het guchujangsås. Serveras med aioli dip och rostade sesamfrön.

99 kr

18 Spicy Edamame

Doppade i buldaksås och serveras med en klyfta lime

69 kr

19 Mandu

5 st soupdumpling med kycklingfärs, serveras i en het buldak sås. Toppas med gräslök och sesamfrön.

99 kr



20 Marinerad morot 40 kr

21 Marinerad spenat 40 kr

22 Kimchi 40 kr

23 Marinerade böngroddar 40 kr

24 Sjögrässallad 40 kr

25 Mango 40 kr

26 Marinerad grönkål 40 kr

27 Ostronskivling svamp 40 kr

28 Soyabönor (utan skal) 40 kr

29 Marinerad gurka 40 kr

30 Sjögräs chips 40 kr



Sushi

EJ FÖR TAKE AWAY!

Sushin serveras endast måndag-lördag från kl 16.00

Mån-Lör
fr. kl 16.00

Maki Rolls - 10 bitar

31 **Hong Kong** (vegansk) 189 kr

Gurka, avokado, kimchi, rättika, friterad tofu. Teriyaki säs och Guchuang säs, samt kockens val av garnering

32 **Seoul** (vegetarisk) 189 kr

Färskost, avokado, kimchi, gurka, friterad tofu. Mannams mayo, teriyaki säs & guchuang säs, samt kockens val av garnering

33 **Tokyo** 189 kr

Gurka, avokado, morot, klädd med tonfisk. Toppas med tonfisk-tartar, Mannams mayo, teriyaki säs, gräslök, samt kockens val av garnering

34 **Osaka** 189 kr

Friterad räka, gurka, avokado, kimchi. Klädd med avokado, chilimayo, teriyakisäs, färskost samt kockens val av garnering

35 **Yokohama** 189 kr

Biff, avokado, kimchi, svamp, friterad potatis, aioli, samt kockens val av garnering

36 **Shanghai** 189 kr

Lax, avokado, färskost, morot, kimchi, koriander mayo pokesäs, aboarare djupfriterad samt kockens val av garnering

37 **Busan** 189 kr

Lax, gurka, avokado, svamp, tryffel mayo, chilimayo, parmesanost, wasabipasta, samt kockens val av garnering

38 **Beijing** 189 kr

Klädd med flamberad lax, koreansk marinerad gurka, avokado, färskost, rättika, chilimayo, aioli, gräslök, black rom, aboarare, samt kockens val av garnering

39 **Sapporo** 189 kr

Klädd med lax, koreansk marinerad gurka, avokado, färskost, rättika, wasabimayo, mangomayo, black rom, gräslök, aboarare, samt kockens val av garnering

Ej för
Take Away!

Mix - kockens val

Kockens val av garnering

40 **10 Bitar** (5 Nigiri, 5 Maki) 189 kr

41 **15 Bitar** (5 Nigiri, 10 Maki) 269 kr

42 **20 Bitar** (10 Nigiri, 10 Maki) 359 kr

Nigiri

Kockens val av garnering

43 **10 Bitar** (kockens val) 199 kr

44 **15 Bitar** (kockens val) 289 kr

45 **20 Bitar** (kockens val) 379 kr

46 **10 Bitar Lax** (flamberad alt. rå) 219 kr

47 **15 Bitar Lax** (flamberad alt. rå) 299 kr

48 **20 Bitars Lax** (flamberad alt. rå) 389 kr

Sharing - kockens val

Kockens val av garnering

49 **40 Bitar** 699 kr

50 **60 Bitar** 999 kr

51 **80 Bitar** 1299 kr



Drycker

Alkoholfritt

Bubbelvatten	30 kr
Läsk	30 kr
Cider	59 kr
Carlsberg 0,0% 33 cl	59 kr
Asahi Super Dry 0,0% 33 cl	65 kr

Öl

Fat	Carlsberg 40 cl	75 kr
	Kronenburg 50 cl	79 kr
	Brooklyn IPA 40 cl	79 kr
Flaska	Kirin Ichiban Lager 5% (Japan) 33 cl	79 kr
	Lucky Buddha Asian Lager 4,7% (Kina) 33 cl ..	89 kr
	Beerlao Lager 5% (Laos) 33 cl	79 kr
	Tsingtao Premium Lager (Kina) 64 cl	99 kr
	Singha Beer 5% 33 cl	79 kr



Röda viner

Bread & Butter Pinot Noir (USA)	119 kr/429 kr
Vina Maipo Cabernet Sauvignon (Chile)	89 kr/319 kr

Vita viner

Bread & Butter Chardonnay (USA).....	119 kr/429 kr
Kungfu Girl Riesling (USA)	109 kr/389 kr
Vina Maipo Cabernet Sauvignon (Chile)	89 kr/319 kr

Cider

Sommersby Päron 33 cl	69 kr
Sommersby Sparkling Rosé 33 cl ...	69 kr
Sommersby Sparkling Secco 33 cl	69 kr

Bubbel

Prosecco/Cava 89 kr/445 kr
Pommery Brut Royal Non Vintage, 75 cl 899 kr



Soju

Soju är en traditionell koreansk dryck som oftast framställs av ris, Soju Toneido är en modern variant av destillerat äppelvin som tillför en uppriskande och fruktig touch. Välj mellan: Lychee, Jordgubb eller Ananas

Shot, 3 cl, alkoholhalt 12% 59 kr

Whiskey

Maker's Mark (USA)	27 kr/cl
The Glenlivet 12YO (GB)	29 kr/cl
Jameson Irish Whiskey (Irland)	22 kr/cl
Oban Single Malt (GB)	63 kr/cl
Highland Park 15 yo (GB)	69 kr/cl
The Macallan 12 yo Double Cask (GB)	42 kr/cl
Laphroaig Single Malt 10 yo (GB)	34 kr/cl
Glenmorangie 10 yo (BG)	30 kr/cl
Lagavulin Single Malt 16 yo (GB)	81 kr/cl

Rom

Zacapa Centenario XO (Guatemala) 97 kr/cl

Konjak

Remy Martin XO (Frankrike).....	113 kr/cl
Hennessy VS (Frankrike)	29 kr/cl

Cocktails (5 cl)

Espresso Martini

3cl Vodka, 2cl Kahlua, sockerlag, espresso, äggvita.

Asian Slipper

3cl Mindori 2cl Cointreau, citronjuice

Raspberry Sour

3cl rom 2cl Chambourd (hallonlikör) citronjuice, sockerlag, mynta och hallon

Solero

3cl likör 43, 2cl Peach likör. citronjuice, sockerlag, passionsjuice.



Dessert

Mochi 59 kr

Fråga personalen efter dagens smaker

Chokladpralin 30 kr

만남

MANNAM

TASTE OF ASIA