SPEISEKARTE

STEIN | HERBST 2026



SHEKAMU NOUSH

PERSIAN PLATES & DRINKS | STEIN

Persische Teller zum Teilen,
Drinks und lange Abende.

نوش

SHEKAMU NOUSH

ALLES KOMMT IN DIE MITTE.

Family Style heißt: alle bestellen, alle teilen.

Drei bis vier Mazze pro Person.

WAS ES GIBT — ANTIPPEN UND HINSPRINGEN

١ Mazze warm →

٢ Dips und Joghurt →

٣ Salate und Kleines →

٤ Persian BBQ →

٥ Dastpokhte Mamani →

٦ Vegetarisch und Bowls →

٧ Dessert →

٨ Gut zu wissen →

'MAZZE.

WARM UND KNUSPRIG

ALLES KOMMT IN DIE MITTE

Kashke Bademjan 9.50

Gegrillte, gehackte Aubergine mit Knoblauch, Minze, gebratenen Zwiebeln und Kashk-Soße. Dazu Brot.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN UND MILCH

Mirza Ghasemi 9.50

Gegrillte, gehackte Aubergine mit Tomate, Ei und Knoblauch. Dazu Brot.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN UND EI

Tahchin Bites 8.90

Knusprige Reisbällchen nach Tahchin-Art, gefüllt mit Hähnchen und karamellisierten Berberitzen, auf Walnuss-Granatapfel-Soße.

ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE, SOJA UND SESAM

Shekamu Fries 6.90

Mit Zaatar, Parmesan und frischem Granatapfel. Ein Hauch Kashk bringt den persischen Umami-Kick, dazu Gewürz-Mayo.

ENTHÄLT GLUTEN, MILCH UND SESAM

Cheeto Cheese Balls 5.90

Scharfe, frittierte Mozzarella-Bällchen in Flaming-Cheetos-Parmesan-Panade, mit hausgemachtem Dip.

ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA | MIT KONSERVIERUNGSSTOFF, GESCHMACKSVERSTÄRKER, FARBSTOFF, PHOSPHAT

Sambusa 4.50

Frittierte Teigtasche mit Tamarind-Chili-Dip. Mit Hackfleisch, Zwiebel und Petersilie oder mit Kartoffel und Lauchzwiebel.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA | MIT KONSERVIERUNGSSTOFF, GESCHMACKSVERSTÄRKER, FARBSTOFF, PHOSPHAT

EXTRAS | BROT 1.50 | REIS 4.90



DIPS.

ZUM DIPPEN UND TEILEN

DAZU BROT

Creme-Laboo 6.90

Dip aus Kichererbsen, Roter Bete und Tahini, mit Zimt, Kreuzkümmel und einer Prise Kardamom. Dazu Brot.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, SCHALENFRÜCHTE, SOJA UND SESAM

Kadoo Payezi 6.90

Dip aus Kichererbsen, Hokkaido-Kürbis und Tahini, mit gebräunter Butter und konfiertem Knoblauch. Dazu Brot.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, SCHALENFRÜCHTE, SOJA UND SESAM

Hooloo Tahini 6.50

Fein geschnittener Pfirsich und Tomaten auf cremiger Tahini-Sauce mit frischen Kräutern. Dazu Brot.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, SCHALENFRÜCHTE UND SESAM

Roasted Tomato Labneh 6.50

Geröstete Tomaten auf cremigem Labneh mit Olivenöl und Kräutern.

ENTHÄLT MILCH, SCHALENFRÜCHTE, SOJA UND SESAM

MAST. ماست

Mast o Musir 5.90

Cremiger Joghurt mit Wildknoblauch aus dem Iran.

ENTHÄLT MILCH

Mast o Khiar 4.50

Cremiger Joghurt mit Gurke und Minze.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT MILCH

ALLES KOMMT IN DIE MITTE | EXTRA BROT 1.50





FRISCH ZUM TEILEN سبزی

۳ SALATE.

Greens and Grains 6.30
Kichererbsensalat mit frischen Kräutern, Datteln und Sesam.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, MILCH UND SESAM

Salsa Anar 4.50
Fruchtig-frische Salsa aus Granatapfel, Gurke, roter Zwiebel und Koriander, mit persischen Gewürzen und Granatapfelmelasse.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN UND SESAM

Salad Shirazi 5.90
Fein geschnittene Tomaten, Gurken und Zwiebeln mit getrockneter Minze und Limettensaft.

Mini Bowl 7.90
Beilagensalat mit Tomaten, Gurken, Hirtenkäse, Granatapfelkernen und Walnüssen.

ENTHÄLT MILCH, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

KLEINES PASST ZU ALLEN MAZZE

Persian Dates 4.80
Datteln aus dem Iran, gefüllt mit Ziegenfrischkäse und gerösteter Walnuss.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT MILCH, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

Zeytun Parvadeh 6.50
Grüne Oliven in persischer Marinade aus gemahlenen Walnüssen, Granatapfelmark, Knoblauch und Kräutern.

ENTHÄLT SENF, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

ZUM TEILEN.

FAMILY STYLE

UNSERE EMPFEHLUNG

Sofreh Shekamu — 114.00

AB 4 PERSONEN | UNSERE EMPFEHLUNG

Einmal alles bitte: alle Mazze für die Mitte. Für alle, die sich nicht entscheiden wollen.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

Tahbandi — 24.90

VORSPEISE FÜR 2

Kashke Bademjan, Mirza Ghasemi, Zeytun Parvadeh, Greens and Grains, zwei Joghurts und eine Sambusa Kartoffel. Dazu Brot.

ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE, SOJA, SENF UND SESAM

DAZU

PASST ZU ALLEM

Mast o Musir — 5.90

Joghurt mit Wildknoblauch.

ENTHÄLT MILCH

Mast o Khiar — 4.50

Joghurt mit Gurke und Minze.

ENTHÄLT MILCH

Zeytun Parvadeh — 6.50

Oliven mit Walnuss und Granatapfel.

ENTHÄLT SENF, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

KLEINES KABAB-LEXIKON

ZUM MITREDEN

Kubideh

Heißt „gestampft“. Das Fleisch wird so lange geknetet, bis es von allein am Spieß hält.

Djudje

Heißt „Küken“. So nennt man im Iran das Hähnchen vom Grill.

Soltani

Heißt „königlich“. Barg und Kubideh zusammen, für alle, die sich nicht entscheiden wollen.

Barg

Heißt „Blatt“. So dünn wird das Lammfleisch geklopft.

Torsh

Heißt „sauer“. Das Rezept kommt aus Gilan im Norden Irans, die Säure bringt der Granatapfel.

۵ DASTPOKHTE MAMANI.

EINTÖPFE NACH MAMAS ART

Ghorme Sabzi

DAZU SAFRANREIS مامانی

17.90

Irans Nationaleintopf: frische Kräuter, zartes Lammfleisch, Kidneybohnen und getrocknete Limette, stundenlang geschmort. Vegan mit Pilzen.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN UND SCHALENFRÜCHTE

Fesenjan

18.90

Sauce aus feinen Walnüssen, Granatapfelmark, Pflaume und Datteln. Wahlweise mit Hühnchen oder veganem Vühnchen, mit Hackbällchen oder veganen Hackbällchen.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT SCHALENFRÜCHTE UND SOJA | GESCHWEFELT

Gheyme

17.90

Zarte Lammfleischstückchen mit gelben Linsen und Kartoffelstiften in Tomatensauce, mit getrockneter Limette, Kardamom, Zimt und einem Hauch Rosenwasser.

ENTHÄLT GLUTEN, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

Adas Polo

16.90

Linsenreis mit saftigen Rinder-Hackbällchen, karamellisierten Zwiebeln, Sultaninen und Datteln im Sesammantel, dazu ein kleines Schälchen Joghurt und Torshi. Mit Tahdig +2.50.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT MILCH, SCHALENFRÜCHTE, SOJA, SENF UND SESAM

MIT TAHDIG, DEM KNUSPRIGEN REISKUCHEN +2.50 | ENTHÄLT GLUTEN



VEGETARISCH.

VEGAN VOM GRILL

MIT BEILAGE NACH WAHL

Vegan Torsh — 21.90

Veganes Rinderfilet auf Soja-Weizenproteinbasis, eingelegt in Granatapfel-Walnuss-Kräuter-Marinade.

VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN UND SCHALENFRÜCHTE

Vegan Djudje — 18.90

Vühnchen auf Sojaproteinbasis in Safran-Limetten-Marinade.

VEGAN | ENTHÄLT SOJA UND SCHALENFRÜCHTE

Vegan Masti — 18.90

Vühnchenbrustfilet auf Weizenproteinbasis, in cremiger veganer Joghurtmarinade. Besonders saftig.

VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN UND SCHALENFRÜCHTE

AUBERGINE UND BOWLS

GROSS GENUG FÜR EINEN HUNGRIGEN BAUCH

Mirza Ghasemi mit Reis — 15.90

Gegrillte, gehackte Aubergine mit Tomate, Ei und Knoblauch. Dazu Reis.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT EI

Labu Bowl — 17.90

Persisches Streetfood: Im Iran gibt es abends warme Rote Bete und Bohnen mit Golpar, einem zitronigen Gewürz aus wildem Bärenklau. Bei uns mit Burrata, Wildkräutern, Kürbis, Pilzen, Feigen und Pistazien.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT MILCH, SCHALENFRÜCHTE, SOJA, SENF UND SESAM

Persian Spice Bowl — 16.90

Würzige Bites aus Blumenkohl und Kichererbsen mit Sesam und Minze, dazu Rote-Bete-Dip, Salat und ein Bowl-Mix aus Reis, Hartweizen, Quinoa, Wildreis und Linsen, mit Sesamdressing. Mit crunchy Chicken +2.00.

AUCH VEGAN | ENTHÄLT GLUTEN, SCHALENFRÜCHTE, SOJA, SENF UND SESAM

BEILAGE NACH WAHL ZUM GRILL

Safranreis oder Salat (enthält Milch und Schalenfrüchte)	inkl.
½ Reis und ½ Salat | Tahdig (enthält Gluten)	+2.50

DESSERT.

Shirini heißt Süßes.

ZUM SCHLUSS WAS SÜSSES

Sonati — 7.40

Drei Kugeln persisches Safraneis mit Pistazien- und Sahnesplittern, Pistaziencreme und einem Hauch Rosenwasser.

ENTHÄLT MILCH, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

Lava Cake — 9.90

Schokoküchlein mit flüssigem Kern, Pistaziencreme und frischen Früchten. Dazu wahlweise Pistazien-, Safran-, Walnuss- oder Zimteis.

ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

Pistazien Wolke — 8.90

Pistazientörtchen in Wolkenform mit Browniebodenboden und Pistazienfüllung.

ENTHÄLT GLUTEN, MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA

Faloudeh — 7.50

Persisches Glasnudeleis, wahlweise mit Limetten- oder Sauerkirschsoße.

AUCH VEGAN

Toop-e Pesteh — 8.90

Pistazieneis mit einem Kern aus Pistaziensoße, dazu Haselnuss-Pistazien-Stücke, Pistaziencreme und frische Früchte.

ENTHÄLT MILCH, EI UND SCHALENFRÜCHTE

1 Kugel Eis — 2.90

Pistazie, Safran, Walnuss oder Zimt.

ENTHÄLT MILCH, EI, SCHALENFRÜCHTE UND SOJA



Taarof ist die persische Kunst der Höflichkeit: Jeder besteht darauf, dass er zahlen darf. Streitet ruhig, wir warten gern. Womit ihr am Ende zahlt, ist uns egal.

GUT ZU WISSEN.

Nush-e jan heißt Guten Appetit نوش جان

ALLERGENE UND ZUSATZSTOFFE

Die Allergene stehen bei jedem Gericht direkt unter der Beschreibung. Wenn du eine Allergie oder Unverträglichkeit hast, sag uns bitte vorher Bescheid. Spuren anderer Allergene können wir in unserer Küche leider nicht ganz ausschließen.

AUCH VEGAN

Steht bei einem Gericht „auch vegan“, machen wir es dir gern in der veganen Variante. Frag einfach beim Bestellen.

FEIERN BEI UNS

Geburtstag, Hochzeit, Brunch oder Firmenfeier: In Stein haben wir Platz für eure Feier, drinnen und auf der Terrasse. Sprich uns einfach an.

BEZAHLEN

Karte, bar oder mit dem Handy. Alle Preise in Euro inklusive Mehrwertsteuer.

ALLERGENE Gluten (Weizenmehl), Ei, Milch (auch Laktose), Schalenfrüchte, Senf, Soja, Sesam

mit echtem Safran



نوش
SHEKAMU NOUSH

@SHEKAMU_NBG
STEIN BEI NÜRNBERG