

Bienvenue au restaurant Ammos !

Notre menu grec vous emmène en voyage culinaire à travers la variété des cuisines helléniques. Nous avons choisi pour vous les meilleurs plats du nord de la Grèce, rude et montagneux, jusqu'aux coins les plus au sud de la Crète. Les savoureuses recettes traditionnelles, nous les combinons et affinons avec de nouveaux produits helléniques de haute qualité et des délices rares, tels que le caviar grec "Avgotâracho", le rare safran de Kozâni, les pâtes crétoises ou encore le thé apaisant "Dictamo" originaire des plus hautes montagnes de Crète.

Nous serions heureux de vous conseiller sur le choix des repas grec et ses aliments !

Ainsi, nous vous souhaitons bon appétit !

Déclarations de produits:

Nos viandes BIO sont produites par des agriculteurs biologiques régionaux certifiés. Nous sommes heureux de nous compter parmi le cercle de clients de la Boucherie BIO « Ueli-Hof » à Lucerne.

Agneau, porc, bœuf	Suisse/ Lucerne, BIO-Metzgerei Ueli-Hof
Poulet primeur / veau	Suisse
Poulet fumé à la Grèce	Grèce
Bar européen/Dorade/loup de mer	Grèce (élevage) / Espagne
Octopus	Espagne, mer atlantique
Crevettes	Vietnam, Italie

Allergènes et aliments exempt de gluten



La plupart de nos plats sont préparés sans gluten. En tant que membre de l'IG Zöliakie (Union allemande des maladies coéliquues), nous nous engageons à veiller à ce que tous les éléments contenant du gluten soient éliminés proprement. Conformément à la nouvelle réglementation relative à la déclaration de tous les allergènes, nous les avons – dans notre menu – désormais étiquetés après le nom des plats (*LK*, *GL*, etc.). D'ailleurs, vous trouverez un aperçu des allergènes à la dernière page du menu.

En plus, les descriptions de nos plats vous indiquent s'il agit bien d'un plat végétarien ou même végétalien. Nous mentionnons toujours les produits d'origine animale.

Nous connaissons chaque ingrédient de nos plats car ils sont quasiment préparés entièrement par nous-mêmes, sur place.

Si vous n'êtes pas sûr ou si vous avez besoin d'informations complémentaires, nous vous prions de nous en parler. C'est avec plaisir que nous vous conseillons sur le choix de votre repas.



Nouvelle certification par www.labelfaitmaison.ch

Καλή όρεξη – En Guete!

Allergene in Schrägschrift. In Klammern heisst, auf Anfrage Änderung möglich oder allergenhaltiger Bestandteil wird in einer Beilage getrennt serviert.

Prices in CHF incl. 7.7% VAT. All dishes Take away around 10 % off. Prix en CHF, TVA 7,7% incluse. -10% sur les plats à l'emporter

Petites entrées froides à partager / Meze & cold starters

-  «Tsatsiki» *LK, SS* 9,50
Sauce crémeuse au yaourt, concombre, ail, pointe d'aneth et huile d'olive
creamy yogurt sauce with cucumber, garlic, a bit of dill & olive oil
- «Pita*» *GL* 3,00
Pain plat grillé à l'origan
Grilled pita bread with oregano
-  Mélange d'olives grecques 7,90
Mix of greek olives
-  «Fava» 9,50
Mousse tiède de pois jaunes, huile d'olive de Crête, oignons caramélisés et pignons torréfiés
Lukewarm yellow pea mousse, cretan olive oil, caramelized onions, roasted pine nuts
-  «Tyrokafteri» *LK, LS* 11,00
Dip légèrement épicé de fêta, «Manouri» (fromage grec), yaourt à la grecque, piment, poivrons grillés
Spicy dip with feta, «Manouri» (greek softcheese) & cream cheese, chili, grilled peppers
-  «Melitzanosalata» *N* 12,50
Salade d'aubergines aux trois poivrons, ail, herbes fraîches, noix
aubergine salad with three colour peppers, garlic, fresh herbs, walnuts
-  «Chorta» 10,50
Salade de chicorée blanche à l'huile d'olive et citron – la légèreté grecque dans l'assiette
Blanched chicory salad with olive oil & lemon – the light Greek kitchen
-  «Patatosalata» *SF, SS* 11,50
Salade de pommes de terre tiède, huile d'olive, persil frais, moutarde, olives noires, câpres, cornichons, poivrons marinés, oignons
Potato salad is served lukewarm in Greece with olive oil, fresh parsley, mustard, cutted black olives, capers, pickles, pickled bell peppers & onions
- «Taramosalata» *GL, F* 9,50
Mousse d'oeufs de morue, pommes de terre, pain, oignons et huile d'olive
It's kind of a mousse of cod roes, potatoes, bread, onions & olive oil
-  «Chtapodi Xidato me Salikornia» *WT, SF* 14,50
Poulpe mariné à la moutarde et salicorne (asperge de mer)
Marinated octopus with a delicious mustard dressing and Salicornia (Sea asparagus)

L'asterisque (*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison.
Star (*) means that this product it's not equal to the rules of the homemade label.

«Dàkos» (LS), GL, (SS) 14,50

Pain crétois sec garni de cubes de tomate, fromage Feta,
feuilles de câpres égéennes, origan, huile d'olive

Cretan rusk with tomato cubes, Fetacheese soft cheese, aegean caper leaves, oregano, olive oil



«Àmmos Salàta» (LS), (GL, EI, SA, LK), (SS) 19,50

Spécialité crête de poulet fumé et grillé, feuilles de salade, pignons torréfiés, éclats de fromage
de chèvre mûré « Gravièra », biscotte de Caroube, tomates cerises et vinaigrette à la mangue
smoked & grilled chicken speciality from crete, served on leaf salads, roasted pinenuts, flakes of
matured goats cheese «Gravièra», carob rusk, cherry tomatoes, & our mango-dressing

Servie en plat principale / as a main dish 27,50



«Choriàtiki» (LS), (SS) 19,50

Salade composée originale servie avec tomates, concombre,
poivrons verts, câpres égéennes, fêta, olives bio, oignons, origan, huile d'olive
original Greek farmer salad - tomatoes, cucumber, green bell peppers, capers from aegean,
feta cheese, organic olives, onions, topped with oregano and cretan olive oil

Petites entrées chaudes à partager / Warm starters



«Dolmadàkia» (LK, SS) 14,50

Feuilles de vignes farcies de riz et d'aneth, cuites dans de l'huile d'olive et du jus de citron,
Tsatsiki

grape leaves wraps stuffed with rice & herbs, boiled in Oliveoil & fresh lemon juice,
served with some Tsatsiki



Grill-Käsemix LS, LK 16,50

«Chaloūmi» grillé et fromage grec «Manoūri» servis avec un confit de tomates cerises

Grilled «Chaloūmi» & the tender greek cheese «Manoūri» with own cherry tomato confit



«Kolokithokeftèdes» LS, (LK), EI 17,50

Croquettes végétariennes de courgettes et fromage, sauce menthe-yaourt
vegetarian handmade zucchini cheese burger patty's, yoghurt-mint dip

«Fêta se Filo» LS, (SA), GL 15,50

Fêta croustillante en pâte filo, miel de Crête, sésame noir

Feta cheese in a crispy phyllo-pastry, blossom honey & black sesame seeds

Servie en plat principale avec une salade verte (SS, SF) 24,50

Served as main dish with a garden Salad (SS, SF)

	<p>«Lachanikà Briàm» (LS) 15,50</p> <p><i>Légumes cuits avec des pommes de terre aux herbes, fêta gratinée</i></p> <p><i>Vegetables mix baked with potatoes & fresh herbs, gratinated with Feta</i></p>
	<p>«Souvlàki apo biologikò chirinò» (SF) pcs. 14,50</p> <p><i>Brochettes de porc bio grillées, environ 120-130g</i></p> <p><i>Grilled organic pork skewer, ca 120-130 g</i></p>
	<p>«Tiganià Kotòpoulo» LK, SS, SL 21,50</p> <p><i>Casserolette de poulet sauté au vin "Mavrodâphni", fruits secs, pomme, poireaux</i></p> <p><i>A pan of juicy premium chicken, dried fruits & green apple, leek, fresh herbs, doused with "Mavrodâphni", natural sweet wine</i></p>
	<p>«Kefteðàkia polìtika yiaourtlou» (LK), GL, EI 23,50</p> <p><i>Boulettes maison d'agneau issu de l'agriculture locale et biologique, yaourt à l'anis, sauce tomate, pain pita grillé, concombre</i></p> <p><i>handmade meatballs with organic-lamb, an anis flavoured yoghurt, tomato sauce, served on grilled pita & garnished with cucumber</i></p>
	<p>«Chtapòði Plokàmi Psitò» WT, (SF) 25,50</p> <p><i>Poulpe grillé sur sa mousse de pois chiches</i></p> <p><i>Octopus grilled served on a yellow pea mousse</i></p>
	<p>«Garìdes Saganàki» KT, (LS) 26,50</p> <p><i>Gambas flambées au Ouzo, sauce tomate et poivrons épicée, fêta et persil</i></p> <p><i>With Ouzo flambéd king prawns, cooked in a spicy tomato-pepperoni sauce, topped with feta cheese & parsley</i></p>
	<p>«Patàtes Tiganiès spitikès» 12,50</p> <p><i>Portion de pommes frites chips maison à l'origan</i></p> <p><i>Portion of homemade French fries chips with oregano</i></p> <p><i>Supplément fromage « Graviera » / with some "Graviera" cheese topped (LS) plus 1,20</i></p>
	<p>«Fakès» 12,50</p> <p><i>Soupe de lentilles - recette traditionnelle de la Mama</i></p> <p><i>Aromatic Lentil soup – Mama's traditional style</i></p> <p><i>En plat principal / Served as main dish 18,80</i></p>

Plats / Main dishes

«Kritharòto Thalassinòn»+ KT, WT, F, GL, LK, EI, SS, LS

36,50

Risotto de pâtes Orzo revisité à la grecque au lait de buffle, safran, poulpe, calamars, gambas, saupoudré de Bottarga (un délice d'oeufs de poissons salés et séchés appelés le caviar grec)
kind of risotto with buffalo milk Orzapastry, intensiv saffron, octopus, squids, king prawns & some flakes of greek Bottargo (cruded fish roes)



Vegetarischer «Mousakàs» LK, LS

33,-

L'incontournable plat grec réinterprété en version végétarienne par le chef :

pommes de terre, aubergines, courgettes, poivrons verts, pleurotes, béchamel, fromage

The authentic Greek gratin as a chefs vegetarian version with potatoes, aubergines, zucchini, bell peppers, oyster mushrooms, cheese, au gratin with béchamel sauce



«Mousakàs» – Das Original LK, SS

33,-

La version traditionnelle : pommes de terre, aubergines, viande hâchée

issue de l'agriculture locale et biologique en bolognaise, béchamel, parmesan

regular version with potatoes, aubergines, beef Bolognese by organic local minced meat, béchamel, with a bit of parmesan cheese



«Biftéki» – The Greek Way of Burger (LS, LK, GL) EI, SF

38,50

Burger à base de pain Pita, steak haché Angus issu de l'agriculture locale

et biologique, oignons frits, salade, tomate, mousse crémeuse de fromage et frites maison

handmade burger with local organic Angus minced meat, pita bread, crispy roasted onions, salads, tomato, creamy goats and sheep cheese mousse, own french fries chips



«Lavraki Filèto»+ F, (SF, SS)

38,-

Filet de bar grec, chicorée chaude, notre salade de pomme de terre «Ladolèmono», vinaigrette aux herbes

Greek sea bass fillet, warm chicory, our potato salad, «Ladolèmono» - Herbal-Olive oil vinaigrette



«Klèftiko»+ (LS)

43,50

Agneau issu de l'agriculture locale et biologique braisé en papillote, pommes de terre,





poivrons, tomates cerises, carottes, Graviera (fromage typique grec) & herbes aromatiques

Braised Lamb backed in a „bag“, with potatoes, peppers, cherry tomatoes, carrots, Graviera cheese (typical Greek island sheep cheese) & fresh herbs

+ Disponible en petite portion pour Fr.5.- de moins

+ dishes available as a smaller Portion, minus Fr. 5.-

Menu enfant d'Ariadne – Ariadnes children's menu

	Portion de frites maison ou légumes cuits au four Bowl of homemade french fries chips or oven vegetables	9,50
	Pâtes crétoises avec sauce tomate ou beurre et parmesan <i>GL, (LK), EI</i> cretan pasta with tomatosauce or butter, served with parmesan cheese <i>GL, (LK), EI</i>	9,-
	Perche panée* (poisson) et frites maison <i>GL</i> deep fried perch* (fish) with homemade french fries <i>GL</i>	14,-
	Nuggets de poulet revisités par notre chef et frites maison Own kind of chickensticks with homemade french fries	14,50
	«Souvlàki» <i>(SF)</i> Brochettes de porc issu de l'agriculture locale et biologique, frites maison Skewer made with organic local pork, some own french fries	15,50
	Biftèki-Burger <i>(GL)</i> Burger enfant à base de pain au sésame, steak haché issu de l'agriculture locale et biologique, sauce Burger et frites maison Kids Burger, local organic minced Beef, sesame bread, homemade french fries, Burger sauce	16,50
	Prix spécial enfants pour les boissons non alcoolisées 2,5 dl sirop de framboise, thé froid maison, eau minérale, Vivi Kola d'origine suisse, Sinalco Orange, limonade, jus d'orange, jus de cranberry	3,-
	Children's special price for soft drinks 2,5 dl raspberry syrup, homemade ice tea, mineral water, originally swiss Vivi Kola, Sinalco Orange, Citro (lemonade), orange- & cranberry juice	3,-
	Dessert for kids Pour les enfants: Coupe Smarties avec glace à la vanille et Chantilly <i>LK, GL, (X-N, SO)</i> for kids: Coupe Smarties with Vanilla ice cream & fresh whipped cream <i>LK, GL, (X-N, SO)</i>	5,-

L'asterisque (*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison
Star (*) means that this product it's not equal to the rules of the homemade label.

Desserts



Yaourt à la grecque, miel de thym et noix *LK, (N)* 9,50
Greek yoghurt with thyme honey & walnuts

Karidòpita *GL, LK, N* 11,50

Gâteau aux noix de Mama, sirop
Mama's kind of walnut cake served with syrup

«Hellenic Cheesecake» *LK, LS, X-N, GL* 14,-

Notre version grecque du cheesecake et son confit de raisins
chefs tempting Cheesecake "Greek-Edition", with a slightly salted
soft Sheep cheese "Manouri", greek yoghurt & a raisin compote

Baklavas mit Vanilleglace *N, GL, (LK Glace)* 15,50

Le Baklava revisité par notre Chef aux pistaches caramélisées, noix et sirop d'érable et de
cannelle

Chef's version of Baklavas - with caramelized pistachio, wallnuts & maple-cinnamon syrup

Glacées* / Ice Creams* 1 boule 4,50

Crème glacée : Vanille, chocolat, pistache, grappa, café (tous *LK*) 2 boules 8,50

Ice cream: Vanilla, chocolate chips, pistachio, Grappaflavored, moccha (all *LK*) 3 boules

12,-



Sorbet : Citron, fraise

Sorbet : Lemon, strawberry

supplément Chantilly (*LK*) / plus whipped cream (*LK*) plus 1,50

Nos coupes glacées / Our coupe creations

Coupe Tentura *LK, GL* 10,-

Glace vanille, liqueur de cannelle grecque et caramel à la Fleur de sel grecque
Vanilla ice cream with a greek cinamon liquer & salted caramelsauce

Creation Baileys *LK, GL* 11,50

Glace vanille et café recouvertes de Baileys et d'amandes grillées

Vanilla- & coffee icecream, topped with Baileys, garnished with roasted almonds



Creation Hugo (*LK*) 9,-

Sorbet citron, sirop citron fleur de sureau, menthe fresh et une pointe de vin pétillant

Lemon sorbet, lime-elderflower syrup, fresh peppermint and a bit of sparkling wine

Creation Coretto Grappa *LK, GL* 8,50

Glace à la Grappa avec espresso et biscuit aux amandes

Grappa flavoured ice cream with espresso & almond biscuits

Affogato al cioccolato *LK, GL* 7,-

Glace à la vanille, chocolat chaud et mini Marshmallows

Vanilla ice cream with warm chocolate, garnished with Mini-Marshmallows

L'asterisque (*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison.

Star (*) means that this product it's not equal to the rules of the homemade label.