



MOMO

TENZ CLASSICS

STEAMED OR DEEP FRIED



BEEF

100 % Schweizer Rindfleisch



CHICKEN

100 % Schweizer Pouletfleisch



VEGI

Spinat, Erbsen, Kartoffeln, Paneer, Champignons und Tofu



VEGAN

Shiitake Pilze, Champignons, Kichererbsen und Koriander



SPINAT-RICOTTA

Spinat, ausgewählte Käsemischung (CH)

ÖPIS NEUS

STEAMED



Limited Momo Edition:
Frag uns nach der
neusten Kreation.
(Preis pro Stk. kann variieren)

SHAPALEY & CO.

DEEP FRIED

SHAPALEY

100 % Schweizer Rindfleisch

TSEPALEY

Spinat, Kartoffeln und Tenz Käsemischung (CH)

MOMO PORTIONS

SMALL – 8 Stk. **19.2**

MEDIUM – 10 Stk. **24.0**

LARGE – 12 Stk. **28.8**

SHAPALEY & CO. PORTIONS

SMALL – 2 Stk. **14.4**

MEDIUM – 3 Stk. **21.6**

SAUCES **2.0**

Spicy Mayo

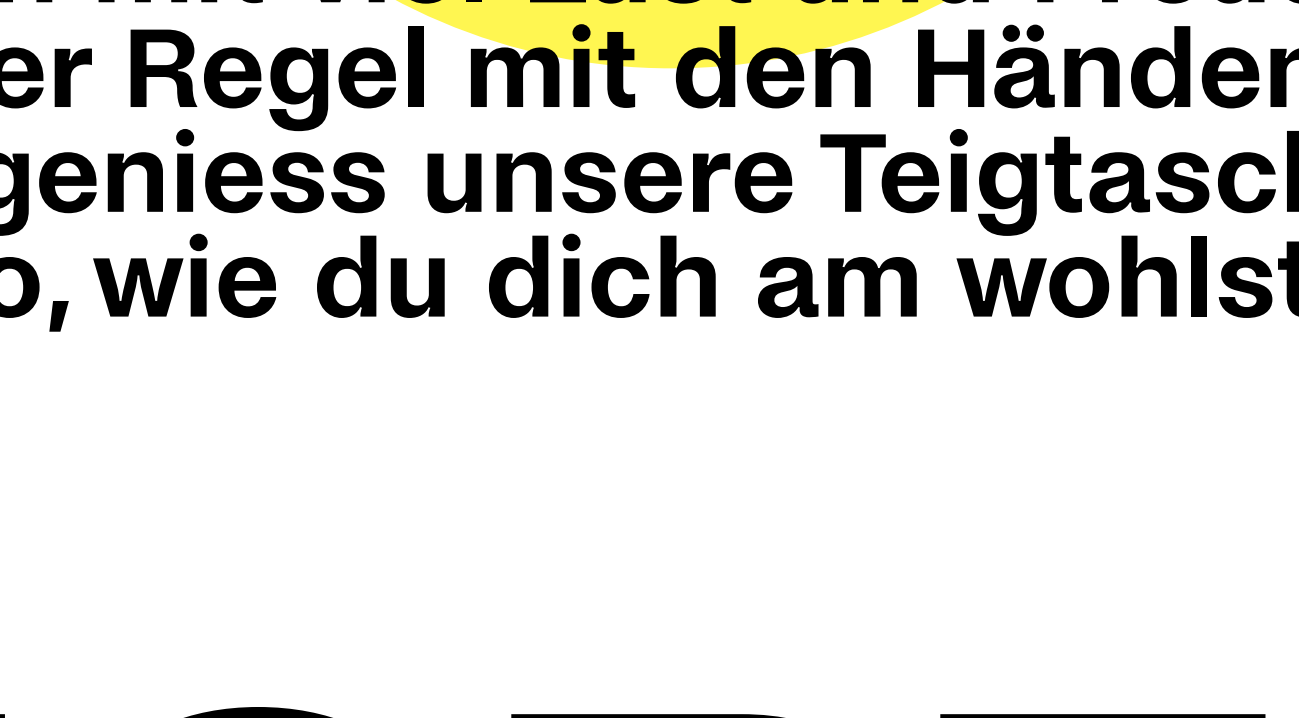
Classic Joghurt

Cheesy Cocktail

Madras Curry

Pink Tandoori

TENZ FACTS



Wie isst man Momo?

Am besten mit viel Lust und Freude – und in Tibet in der Regel mit den Händen. Aber feel free und geniess unsere Teigtaschen doch einfach so, wie du dich am wohlsten fühlst!

MORE

SALADS

SON LABU **7.5**

Eingelegter Rettich, Traditioneller Salat aus Tibet

KANGRA **7.5**

Gurken-Erdnuss-Salat, Soja-Sesam Dressing

LABU MARPO **7.5**

Rüebli-salat mit Edamame und Wiibeeri

TENZ HUUSSALAT **15.0**

Gemischter Blattsalat mit gerösteten Kernen und Hausdressing

SOUPS

THENTHUK VEGAN **20.5**

Der wärmende Soul Food vom Dach der Welt

Planted, Spinat, Soja, Sesam

THENTHUK BEEF **22.5**

Der wärmende Soul Food vom Dach der Welt

100 % Schweizer Rindfleisch, Spinat, Soja, Sesam

LAPING

LAPING – Tibetan Street Food

Das tibetische Street Food Special für Neugierige (Do bis Sa erhältlich)

WHITE LAPING **7.5**

Kalte Mungbohnen-Glasnudeln

YELLOW LAPING **9.5**

Kalte, würzige Weizen-Glasnudeln

DESSERT

TSAMPA CHEESECAKE **9.4**

TENZ FACTS



Tsampa ist das tibetische Grundnahrungsmittel schlechthin und besteht aus geröstetem Gerstenmehl. In Tibet fügt man in der Regel etwas Flüssigkeit dazu – meistens Tee – und knetet es mit den Fingern in der Schale zu kleinen Bällchen, die man dann isst.

Hast du Fragen bezüglich Allergene? Wir geben dir gerne Auskunft. Wir verwenden übrigens ausschliesslich Schweizer Fleisch von lokalen Partnern.

Alle Preise in CHF und inkl. MwSt.

Vegi, Vegan

DRINKS

HOMEMADE ICE TEAS

GREEN TEA LEMON	3 DL 5 DL	5.0 7.0
ROSEHIP HIBISCUS	3 DL 5 DL	5.0 7.0
GINGER HONEY LEMON	3 DL 5 DL	5.0 7.0

HOMEMADE ICED DRINKS

ICED LIME REFRESHER	4 DL	5.4
ICED OAT MATCHA LATTE	4 DL	7.1
ICED OAT CARAMEL MACCHIATO	4 DL	6.5

SOFTDRINKS

MINERAL LAUT	3.3 DL 5 DL 1 L	5 7 11
MINERAL STILL	3.3 DL 5 DL 1 L	5 7 11
CITRO OFFEN	3 DL 5 DL	5.0 7.0
COLA / COLA ZERO	3.3 DL	5.0
SPRITE / SPRITE ZERO	3.3 DL	5.0
RIVELLA ROT / BLAU	3.3 DL	5.0
APFELSCHORLE	3.3 DL	5.0
TONIC WATER OFFEN	3 DL 5 DL	5.0 7.0
BITTER LEMON OFFEN	3 DL 5 DL	5.0 7.0
GINGER ALE OFFEN	3 DL 5 DL	5.0 7.0
SPICY GINGER OFFEN	3 DL 5 DL	5.0 7.0
EL TONY MATE	3.3 DL	6.0

BIERE

AMBOSS BLOND OFFEN	3 DL 5 DL	4.5 7.0
AMBOSS BLOND	3.3 DL	5.0
AMBOSS AMBER OFFEN	3 DL 5 DL	4.5 7.0
AMBOSS AMBER	3.3 DL	5.0
AMBOSS LIBERO (ALKOHOLFREI)	3.3 DL	5.0
PANACHE	3 DL 5 DL	4.5 7.0
CORONA	3.3 DL	7.5
APPENZELER NATURTRÜEB	5 DL	7.5
MÖHL «SUURE MOSCHT»	5 DL	7.5

TIBETAN FAVORITES

BHOE-CHA Tibetischer Buttertee	2 DL	4.0
-----------------------------------	------	-----

CHAI	3 DL	5.5
------	------	-----

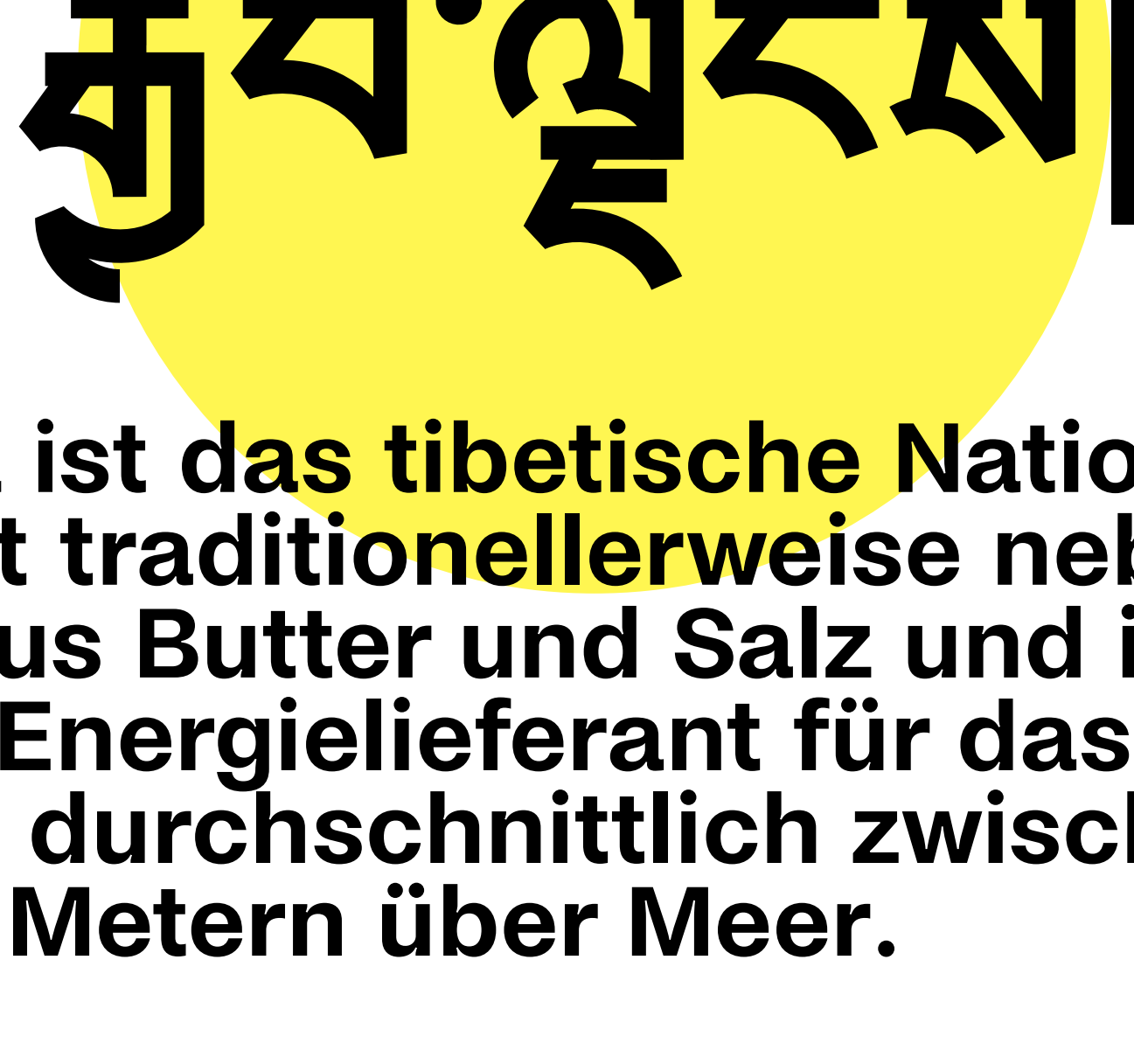
HOMEMADE HOT DRINKS

MATCHA LATTE	4 DL	7.5
CARAMEL MACCHIATO	4 DL	6.9
CINNAMON MACCHIATO	4 DL	6.9
TENZ HOT CHOCOLATE	4 DL	6.9
FRISCHER PFEFFERMINZTEE	4 DL	6.4
GINGER HONEY LEMON TEE	4 DL	6.9

COFFEES & TEAS

KAFFEE	4.5
ESPRESSO	4.0
DOPPIO	6.0
CAPPUCCINO / MILCHKAFFEE	5.5
TEE – LÄNGGASS	5.0

Verveine, Früchtetee, Grüntee, Schwarztee



Bhoe-Cha ist das tibetische Nationalgetränk. Es besteht traditionellerweise nebst schwarzem Tee aus Butter und Salz und ist somit ein wichtiger Energielieferant für das tibetische Leben auf durchschnittlich zwischen 3500 und 4000 Metern über Meer.

APÉRO DRINKS

APEROL SPRITZ	11.5
---------------	------

Aperol, Prosecco, Soda Wasser

HUGO	11.5
------	------

Holunderblüten Sirup, Prosecco, Soda Wasser

GESPRITZTER WEISSWEIN (SÜSS SAUER)	8.5
---	-----

BUBBLES

PROSECCO DOC	1 DL 7.5 DL
--------------	---------------

L'Anima di Vergani	8.0 59
--------------------	----------

100 % Glera

Prosecco, IT | 2023 | 11%

ROSÉ PROSECCO DOC	9.0 67
-------------------	----------

L'Anima di Vergani

85% Glera, 15% Pinot Noir

Prosecco, IT | 2023 | 11,5%

SIGNATURE COCKTAILS

TENZ SOUR	15.5
-----------	------

Ketel One Vodka, Holunderblüten

Sirup, frischer Zitronensaft

TENZ BASIL SMASH	15.5
------------------	------

Tanqueray Gin, Basilikum, Mango Sirup

TENZ PASSION	16.5
--------------	------

Captain Morgan White, Passoã,

Passionsfrucht, Ginger Beer,

frischer Zitronensaft

MOCKTAILS

VIRGIN PINK HUGO	8.5
------------------	-----

Holunderblüten Sirup,

Wild Berry, Limette, Minze

GIN-GIN	11.5
---------	------

Tanqueray 0.0% Alcohol Free,

Ginger Ale, Rosmarin

ROSÉ

ROSÉ ZÜRICHSEE AOC	1 DL 7.5 DL
--------------------	---------------

Dreistand

100% Pinot Noir

Zürich, CH | 2023 | 13%

WEISSWEINE

LABIANCA LIGURIA	1 DL 7.5 DL
------------------	---------------

DI LEVANTE IGT

Canine Lunae

Vermentino, Malvasia

Ligurien, IT | 2023 | 12,5%

SAUVIGNON BLANC	9.0 67
-----------------	----------

Volpe Pasini

100% Sauvignon Blanc

Friuli, IT | 2023 | 12,5%

ROTWEINE

ONTAÑÓN CRIANZA DOCA	1 DL 7.5 DL
----------------------	---------------

Ontañón

Tempranillo, Garnacha

Rioja, ESP | 2020 | 14%

BONSALTO TOSCANA IGT	9.0 67
----------------------	----------

Fattoria Bonsalto

Sangiovese, Malvasia, Colorino

Toscana, IT | 2022 | 13,5%

LIKÖRE / DIGESTIFS

FRANGELICO	2 CL 4 CL	5.5 9.5
------------	-------------	-----------

INGWERER	2 CL 4 CL	6.5 11
----------	-------------	----------

HIERBAS	2 CL 4 CL	6.5 11
---------	-------------	----------

GRAPPA NONNINO	2 CL 4 CL	7.5 12
----------------	-------------	----------

That's not all folks!

Weitere Spirituosen gibt's

direkt an der Bar.

#STEAMSPIRIT

Teile deinen Momoment bei Tenz auf Instagram, tagge unseren Account @tenz_momo und nimm so automatisch an unserer monatlichen Verlosung für einen Tenz-Gutschein im Wert von 100 CHF teil.

Tenz a lot und viel Glück!

Hast du Fragen bezüglich Allergene?

Wir geben dir gerne Auskunft.

Wir verwenden übrigens ausschliesslich

Schweizer Fleisch von lokalen Partnern.

Alle Preise in CHF und inkl. MwSt.

Vegi 🌱, Vegan 🌱