

spicy bistro Taprobane

sri lankan restaurant & bar

タップロボーン
JIMBOCHO



Dinner Menu

Ayurveda
アーユルヴェーダの国
スリランカからの贈り物

Sri Lankan

スリランカからのハーブ&スパイスは母の味
島国のスリランカ料理は日本と同じかつお節を使い
体を整えるアーユルヴェーダに基づいてつくられた
料理です。

タップロボーン全ての料理に使うスパイスは、実家の
母がスリランカで材料から選び、ブレンドして三週間
に一回のペースで日本に直輸入しているものです。

この新鮮な香り高いハーブのスパイスに、日本では
右に出るものはいません。

アーユルヴェーダスパイスを使ったこだわりの本格
スリランカ料理の味を皆様にお届けいたします。



オーナー
カピラ バンダラ

Kapila Bandara

日本在住20年以上 現日本国籍。スリランカ人
と結婚し、子供3人に恵まれ、日本の辛い冬を
スリランカのスパイスで乗り越え、その経験を
お世話になった日本人の皆さまに恩返しとして
スリランカ料理そのものを味を変えず届けたい
という強い想いからはじめたスリランカ料理店
です。

「タップロボーン」とは、セイロン(現スリランカ)
の前の国名です。



Dinner Menu ディナーメニュー



辛さの調節は店員にお尋ねください

おいしい組み合わせなどもどうぞお気軽にお尋ねください。

※表記価格は全て税抜き価格です。All prices are excluding tax.

Appetizer

前菜、おつまみ

おすすめ!

- ★ 1. *Sri Lankan Fried Cashew Nuts (plain or spicy)* ¥600

スリランカフライドカシューナッツ (プレーンまたは辛口スパイシー)

スリランカ産最高級品種のカリッと香ばしいカシューナッツ

2. *Sri Lankan Style Fried Potato (plane or spicy)* ¥550

スリランカスタイルフライドポテト (プレーンまたは辛口スパイシー)

スリランカスタイルの、あとを引くおいしいフライドポテト

おすすめ!

- ★ 3. *Sri Lankan Papadam* ¥450

パパダム

スリランカ定番、豆からできたフライドスナック。そのままでも、カレーのお供にも

おすすめ!

- ★ 4. *Outlets (2pc)* ¥650

カトレット (2ピース)

スリランカ定番、丸いスパイシーコロッケ

5. *Elawalu Rotti (2pc)* ¥800

エラフルロティ (2ピース)

スリランカ定番、極薄生地で包んだポテトベースの三角スナック

おすすめ!

- ★ 6. *Fish Patis (2pc)* ¥650

パティス (2ピース)

スリランカ定番、カツオ入りカリッとした生地の揚げたスナック

おすすめ!

- ★ 7. *Fish Rolls (2pc)* ¥800

ロールス (2ピース)

スリランカ定番、マグロ入り細長スナック

おすすめ!

- ★ 8. *Spicy Fried Thalapath Fish (swacrd)* ¥800

スパイシーフライドタラパフィッシュ

カジキマグロのスパイシーフライ

9. *Spicy Fried Chicken* ¥750

スパイシーフライドチキン

スパイスが効いたジューシーなフライドチキン



おすすめ!



10. *Lamp rice & Papadam set* ¥2,000

ランブライス & パパダム セット

スリランカ式お弁当

少しあぶって香りをだしたバナナの葉の上に
盛りつけたものです。



11. *Spicy Fried Tebasaki (chicken wing)*

¥800

スパイシー手羽先チキン

皮がおいしいスパイシーな手羽先チキン

おすすめ!



12. *Mall Badala*

¥900

マール ベダラ

小アジのスパイシースリランカフライ

13. *Sri Lankan Omelette*

スリランカ式オムレツ

スパイシーな具を乗せ平たく焼いたオムレツ

おすすめ!



Plane (chillie & Maldives fish)

¥950

プレーン (唐辛子と鰹節味)

Cheese

チーズ

¥1,150

おすすめ!



14. *Spicy Sri Lankan Thalpath Fish Saute*

¥1,150

スパイシースリランカタラパフィッシュソテー

スリランカスタイルのカジキマグロの香り高いスパイシーソテー

おすすめ!



15. *Spicy Fried Halmassa Fish (kibinago) (Silver-stripe)* ¥900

スパイシーフライドハールマッソーフィッシュ

小魚ハールマッソー (キビナゴ) のスパイシーフライ

16. *Sri Lankan Pickle (achcharu)*

¥600

スリランカンピクルス

激辛注意、唐辛子と野菜の酢漬け お子様厳禁

12



13



11



14



15



16



Salad

サラダ

17. *Green Salad with Spicy Garlic Chips*

グリーンサラダ

スパイシーなガーリックチップスをトッピングしたグリーンサラダ

¥750

アーユルヴェーダでは血液をサラサラにする為によく使われるサラダです。

おすすめ!

★ 18. *Wanbatu Sambol*

ワンバトゥ サンボール

ナスを油でさっと揚げ玉ねぎ、青唐辛子、トマト、かつお節、塩こしょう、レモンで味付けたさっぱりサラダ。冷え性の人には厳禁

¥900

おすすめ!

★ 19. *Kela Sambol*

コラサンボール

スリランカ定番、青菜のレモンとかつお節味のココナッツ入りさっぱりサラダ、カレーのお供に添えても

¥900

おすすめ!

★ 20. *Kela Mallum*

コラマッルン

スリランカ定番 ココナッツ入り青菜のさっと炒めサラダ、カレーのお供に添えても

¥1,350

おすすめ!

★ 21. *Karavila Sambol*

カラヴィラ サンボール

ゴーヤスライスを油でさっと揚げ玉ねぎ、青唐辛子、トマト、かつお節、塩こしょう、レモンで味付けたさっぱりサラダ。ごはんとよく合います

¥900

おすすめ!

★ 22. *Keera Malluma*

キーラ マッルマ

ココナッツ入り菜の花のさっと炒め。くだいたかつお節入り

¥1,350

17



18



19



20



21



22



à la carte

一品料理

おすすめ! ★ 23. *Sri Lankan Red Chillie Calamari (cuttlefish)* ¥1,200
スリランカ レッドチリ カラマリ
スリランカスタイルのイカのクリスピーフライの炒めもの

おすすめ! ★ 24. *Lemon Chicken* ¥1,250
レモンチキン
タップロボーン名物、酸味の効いた爽やかなチキン

Teldala (Sri Lankan Fried Food) ¥1,250
テルダーラ スリランカスタイルの炒めもの

おすすめ! ★ 25. *Halmassa Fish (kibinago)* ハールマッソー テルダーラ
(小魚の炒めもの)

おすすめ! ★ 26. *Potato* ポテトテルダーラ (じゃがいもの炒めもの)

27. *Maldives Fish* モルディブフィッシュ テルダーラ (鯉節の炒めもの)

おすすめ! ★ 28. *Bandakka Curry (chura)* バンダッカテルダーラ
(オクラの炒めもの)

Devils (Sri Lankan Style Chinese Fried Food)
デビル スリランカ式酢豚風のスパイシー炒め

おすすめ! ★ 29. *Chicken Devil* ¥1,300
チキンデビル (チキンの酢豚風スパイシー炒め)

おすすめ! ★ 30. *Pork Devil* ¥1,400
ポークデビル (酢豚風スパイシー炒め)

31. *Beef Devil* ¥1,450
ビーフデビル (ビーフの酢豚風スパイシー炒め)

おすすめ! ★ 32. *Fish Devil* ¥1,450
フィッシュデビル (魚の酢豚風スパイシー炒め)

33. *Cuttlefish Devil* ¥1,450
カタルフィッシュデビル (イカの酢豚風スパイシー炒め)

Sri Lankan Spicy Stew
スリランカスパイシーシチュー

34. *Chicken* ¥1,300
チキン

おすすめ! ★ 35. *Pork Stew* ¥1,400
ポークシチュー

おすすめ! ★ 36. *Beef Stew* ¥1,450
ビーフシチュー

37. *Fish Stew* ¥1,450
フィッシュシチュー

23



24



25



28



29



35



おすすめ! ★ 38. *Pork spare ribs Stew*
ポークスペアリブ シチュー

¥1,450

おすすめ! ★ 39. *Chicken parts Spicy Stew*
砂肝のスパイシーシチュー

¥1,200

おすすめ! ★ 40. *Nelumala Teldala*
ネルン アラ テルダーラ
レンコンとかつお節、カレーリーフ入りの炒めもの



スリランカ語では何て言うの?
(日本語の意味)

ネルン アラ テル ダーラ
(蓮の花・根) (油で炒めたもの)

¥1,250

41. *Kondakadara Teldala* | コンダ カダラ テル ダーラ
コンダ カダラ テルダーラ
(ひよこ 豆) (油で炒めたもの)
ひよこ豆とかつお節、カレーリーフ入りの炒めもの

¥1,250

42. *Mushroom Teldala*
マッシュルーム テルダーラ

¥1,250

43. *Buttlefish Teldala*
イカ テルダーラ

¥1,250

おすすめ! ★ 44. *Shrimp Teldala* | イッソ テル ダーラ
イッソ テルダーラ
(海老) (油で炒めたもの)

¥1,250

41



42



43



38



39



40



44



Enjoy add spicy flavor (alongside Curry)

カレーといっしょに

おすすめ! ★ 45. *Pol Sambol (coconut)*
ポルサンボール

スリランカ定番、ココナッツとチリのふりかけ。ライスを頼んだらこれはマスト!

¥650

おすすめ! ★ 46. *Lunu Miris*
ルヌ ミリス

辛めの鯉節風味のオニオンソース、パンやライスに是非添え味にバリエーションを

¥600

47. *Katta Sambol*
カッタサンボール

酸味のあるオニオンのつけあわせ、料理に是非添えバリエーションを

¥600

45



46



47



Curry

カレー



スリランカ語では何て言うの？
(日本語の意味)

Sri Lankan Original Curry

- おすすめ! ★ 48. *Chicken Curry* チキンカレー ¥1,300
- おすすめ! ★ 49. *Pork Curry* ポークカレー ¥1,450
50. *Beef Curry* ビーフカレー ¥1,450
- おすすめ! ★ 51. *Mutton Curry* マトンカレー ¥1,550
- おすすめ! ★ 52. *Fish Curry* フィッシュカレー ¥1,450
- おすすめ! ★ 53. *Parippu (dal) Curry* パリップ (レンズ豆) カレー ¥1,250
54. *Cuttlefish Curry* イカカレー ¥1,450
55. *Mix Vegetable Curry* ミックスベジタブルカレー ¥1,250
- おすすめ! ★ 56. *Wattakka (pumpkin) Curry* ワッタカ (かぼちゃ) カレー ¥1,300
- おすすめ! ★ 57. *Fish Head Curry* | マール オルワ ホッダー ¥1,500
フィッシュヘッドカレー (魚) (頭) (カレー)
ブリの頭をロースト トゥナパハで煮込んだ南スリランカ独特のカレー
- おすすめ! ★ 58. *Egg Curry* | ビッターラ ホッダー ¥1,250
エッグカレー (卵) (カレー) (スリランカでは嫁入りする時の
テストのようなカレーです。)
- ゆで卵を油で揚げ、アンロースト トゥナパハと
ココナッツミルクをまぜて作る子供でも食べられるまろやかな味
- おすすめ! ★ 59. *Prawn Curry* | イッソ ホッダー ¥1,450
イッソカレー (海老) (カレー)
エビのココナッツミルク入りカレー
- おすすめ! ★ 60. *Garlic Curry* ¥1,250
ニンニクカレー



Rotti & Rice & Noodles & Hopper

スリランカ式パン、ライス、ヌードル



米粉でできたクレープみたいなもので、まわりはパリパリ中はもっちり、ココナッツミルクの味がしてスリランカでは朝食でよく食べられています。ピリ辛のカッタサンボールを付けて召し上がれ

おすすめ!

- ★ 61. *Plane Hopper (with Katta Sambol)*
プレーン ホッパー



¥500

おすすめ!

- ★ 62. *Egg Hopper (with Katta Sambol)*

エッグ ホッパー

プレーンホッパーに卵をおとして焼くスリランカ定番料理



¥600

おすすめ!

- ★ 63. *String Hoppers (5pc)*

ストリング ホッパー 5枚

米粉でできたスリランカの麺料理。一枚一枚丁寧にゆであげていきます

一番相性がよいおすすめ二品 (パリッ (レンズ豆) カレー
ポルサンボール

¥700

おすすめ!

- ★ 64. *Godamba Rotti (1pc)*

ゴダンバロティ 1枚

スリランカ独特のおいしいハンカチのように薄いパン。ちぎってカレーをつけて

¥450

おすすめ!

- ★ 65. *Egg Rotti (1pc)*

エッグロティ

ゴダンバロティに卵を落としてはさんで焼いた豪華なパン。ちぎってカレーをつけて

¥500

おすすめ!

- ★ 66. *Pol Rotti with Katta Sambol (2pc)*

ポルロティ/カッタサンボール付き 2枚

米の粉とココナッツの、もっちりパン

¥1,200

67. *Taprobane Original Nan*

タプロボーンオリジナルナン

玉ねぎ、ピーマン、かつお節トッピングしたニュースタイルのナン

¥650

68. *Plane Nan*

プレーンのナン

¥550

67



68



62



63



64



65



66



Kottu Rotti

コトゥロティ

ゴダンパロティを刻んでライスに見立てたチャーハン風の料理、ボリュームたっぷり

おすすめ! ★ 69. *Chicken Kottu* チキン・コットゥ

¥1,500

おすすめ! ★ 70. *Pork Kottu* ポーク・コットゥ

¥1,600

71. *Beef Kottu* ビーフ・コットゥ

¥1,600

72. *Fish Kottu* フィッシュ・コットゥ

¥1,600

73. *Yellow Rice*

¥490

イエローライス

カレーといっしょに

74. *White Rice*

¥490

ホワイトライス

カレーといっしょに

おすすめ! ★ 75. *Sri Lankan Mix Fried Rice*

¥1,550

ミックスフライドライス

炒めもの（テルダーラまたはデビル）といっしょに

おすすめ! ★ 76. *Chicken Burigani with Spicy Chicken Leg*

¥1,850

チキンブリヤニ スパイシーチキンレッグ付き

スリランカ式のピラフとスパイシーな鶏もも肉セット、肉を崩して混ぜて

77. *Sri Lankan Style Nasi Goreng with Spicy Lamb Meat*

¥1,600

スリランカ・ナシゴレン スパイシーラムミート付き

目玉焼きが乗ってラムの煮込みの付いたスパイシーな炒めご飯のナシゴレン

78. *Vegetable Chopsy*

¥1,250

ベジタブルチョプスウィー

スリランカ式野菜の炒め。ボリュームたっぷり

おすすめ! ★ 79. *Spicy Singapore Mix Fried Noodle*

¥1,550

スパイシーシンガポールミックスヌードル

スリランカでシンガポールヌードルと呼ばれているスパイスの効いた炒めヌードル

69



73



74



75



76



77



78



79



Alcohol & Drink

アルコール／ドリンク

80. *Sri Lankan Beer Lion Lager* ¥700
スリランカ・ライオンビア（ラガー）

81. *Stout* ¥700
スリランカ・ライオンビア（スタウト）

82. *Sri Lankan Arrack*
スリランカ・アラック
ココナッツの甘い芳醇な香りでとても飲みやすいヤシ酒の蒸留酒
（1ショット）ロック ¥600
水割り ¥600
ソーダ割 ¥600



Dessert & Ceylon Tea

デザートとセイロンティー

- おすすめ! ★ 83. *Watalappan* ¥700
ワタラッパン
ヤシの黒糖とココナッツのスリランカ式プリン

- おすすめ! ★ 84. *Mi Kili* ¥700
ミーキリ（ヨーグルトのキトゥルハニーがけ）
スリランカ特産キトゥル椰子の蜜をかけたヨーグルト。優しい甘さでさっぱりとおいしい

85. *Ceylon Tea (hot or ice)* ¥400
セイロンティー（ホットまたはアイス）
やや甘口でミルク入り。本場の味を楽しんでください



Special Set Menu セットメニュー

1.

ライス&カレーセット

Rice & Curry Set (You can choose two kinds of curry)

¥1,650

カレーを2種類お選びください。

Chicken Curry / Pork Curry / Beef Curry / Mix Vegetable Curry

チキンカレー／ポークカレー／ビーフカレー／ミックスベジタブルカレー

2.

スリランカロティセット

Sri Lankan Rotti Set

¥1,850

Godamba Rotti (2pc) ゴダンバロティ (薄焼きパン) 2枚

Chicken Curry チキンカレー

Teddala 本日のテルダーラ (炒めもの) ※お尋ねください

3.

スペシャルディナーセット

Special Dinner Set

¥3,000

1 Meat Curry お好みのお肉カレー

1 Teddala 本日のテルダーラ (炒めもの)

Parippu パリップ (レンズ豆のカレー)

Pol Sambol ポルサンボール (ココナッツとかつお節のふりかけ)

Salad サラダ

Godamba Rotti ゴダンバロティ (薄焼きパン) 1枚

Rice ライス

4.

タップロボーンロイヤルエンジョイセット

Taprobane Royal Enjoy Set with Welcome Drink (from 4 persons)

¥4,500

4名様からのご注文です

お1人様 ¥4,000 *With one Beer or Softdrink for a person*

乾杯ドリンクお1人様1杯付き (生ビールまたはソフトドリンク)

Katlets カトウレット (ポテトと魚の丸いフライドスナック)

Salad サラダ

Red Cilli Calamari レッドチリカラマリ (イカのクリスピー炒めもの)

Godamba Roti / for person ゴダンバロティ (薄焼きパン)

1 Meat Curry (お肉カレー)

1 Veg. Teddala (野菜の炒めもの)

Papadam パパダム (クリスピーな揚げスナック)

Veg. Curry or Hodi 野菜カレーまたはココナッツスープカレー

Parippu パリップ (レンズ豆のカレー)

1 Meat Curry (お肉カレー)

Kola Sambol コラサンボール (ココナッツ入り青菜のサラダ風またはサツと炒め)

Pol Sambol ポルサンボール (ココナッツとかつお節のふりかけ)

Rice ライス

Mi Kiri ミーキリ (ヨーグルトのキトゥル蜜かけデザート)

Ceylon Tea (hot or ice) セイロンティー (ホットまたはアイス)

スリランカ 🇱🇰 × 日本 🇯🇵 の深い話!?

Sri Lankan and Japan

世界で一番早く

日本と外交を結んだ国、スリランカ

「光輝く島」という意味の名前を持つスリランカは、北海道の8割の大きさの国土に8つもの世界遺産を擁し、美しい海、茶畑、宝石、ホロスコープ、アーユルヴェーダ、スリランカカレー、セイロンティーなど、体の中と外から癒される魅力あふれる国です。

そんなスリランカと日本との知らざる深い絆をご紹介します。

日本を救った

スリランカ大統領の名演説

第二次世界大戦敗戦後の1951年サンフランシスコ講和会議。戦争に勝ったアメリカ、イギリス、ソ連、中国によって作られた「日本分割占領案」により、日本を4分割にする案が出ました。

そんな中、講和会議の流れを一変させる演説が当時のスリランカの蔵相（後の大統領）だったジャヤワルダナ氏によって行われたのです。以下演説の抜粋を紹介します。

「日本が掲げる理想に、多くのアジアの人々が共感したことを忘れないでほしい」

と述べ、さらに

「憎悪は憎悪によって止むことはなく、慈愛によって止む」

と仏陀の言葉を引用して、日本への賠償を放棄する旨の演説をし、会議に参加した多くの国がそれを称賛しました。

この演説によって戦勝国は日本占領に対する考えを変え、日本は分割されずに済みました。結果、日本が国際社会に復帰する道すじをつくったと言われています。

そして、この講和会議での条約締結後、日本が初めて国交を結んだのが「インド洋の真珠」と呼ばれる美しい国スリランカだったのです。

