

# 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。





Appetizer

前菜、おつまみ

おすすめ!

- ★ 1. **SRI LANKAN FRIED CASHEW NUTS** ¥500(550)  
(PLAIN OR SPICY)  
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

1



2. **SRI LANKAN STYLE FRIED POTATO** ¥400(440)  
(PLANE OR SPICY)  
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** ¥400(440)  
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

3



おすすめ!

- ★ 4. **CUTLETS (2PC)** ¥400(440) ... 1個 (1PC) ¥200(220)  
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)** ¥600(660) ... 1個 (1PC) ¥300(330)  
エラワル 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

6. **FISH PATIS (2PC)** ¥500(550) ... 1個 (1PC) ¥250(275)  
パティス (2ピース)  
スリランカ定番、カリッとした生地の揚げたスナック

4



7. **FISH ROLLS (2PC)** ¥500(550) ... 1個 (1PC) ¥250(275)  
ロールス (2ピース)  
スリランカ定番、細長スナック

8. **SPICY FRIED THALAPATH FISH (SWAORD)** ¥800(880)  
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

6



9. **SPICY FRIED CHICKEN** ¥600(660)  
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

10. **SPICY FRIED TEBASAKI (CHICKEN WING)** ¥600(660)  
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

7





おすすめ!

★ 11. LAMP RICE & PAPADAM SET

ランプライス & パパダム セット ￥2,000 (2,200)

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



12. 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

PLANE

(CHILLIE&MALDIVES FISH) ￥800 (880)

プレーン (唐辛子と鰹節味)

CHEESE

チーズ

￥900 (990)

Half size

￥500 (550)

Half size

￥600 (660)

12



13. SPICY SRI LANKAN  
THALAPATH FISH SAUTÉ

￥1,000 (1,100)

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

13



14. SPICY FRIED HALMASSA FISH  
(KIBINAGO) (SILVER-STRIPE)

￥800 (880)

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

14



15. MIXED GRILL ￥1,600 (1,760)  
(CHICKEN, LAMB, SAUSAGES, SEAFOOD, EGG)

ミックスグリル

ボリュームたっぷり!

チキン・ラム・ソーセージ・シーフード・エッグのグリル盛り合わせ

16. SRI LANKAN PICKLE (ACHCHARU) ￥500 (550)

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

16



15



## Salad

サラダ

### 17. GREEN SALAD WITH SPICY GARLIC CHIPS

グリーンサラダ

¥600(660)

Half size

¥400(440)

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



17

おすすめ!



### 18. KOLA SAMBOL

コラサンボール

¥800(880)

Half size

¥600(660)

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



18

### 19. BOILED VEGETABLE SALAD

ボイルドベジタブルサラダ

¥700(770)

茹で野菜のサラダ



19

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!



### 20. KARAVILA SAMBOL

カラヴィラ サンボール

¥800(880)

ゴーヤスライスをおでさつと揚げ玉ねぎ、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。ごはんともよく合います



20

おすすめ!



### 21. WANBATU SAMBOL

ワンバトゥ サンボール

¥800(880)

ナスをおでさつと揚げ玉ねぎ、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



21



à la carte

一品料理

おすすめ!



22. LEMON CHICKEN

¥1,100 (1,210)

Half size

¥800(880)

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

おすすめ!



23. SRI LANKAN RED CHILLIE CALAMARI  
(CUTTLEFISH)

¥950 (1,045)

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. KEERA MALLUMA

¥950 (1,045)

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

25. MALL BADALA

¥800 (880)

マール ベダラ

小アジのスパイシースリランカフライ

25



23



22



24



◆ 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

26. CHICKEN DEVIL

¥1,000 (1,100)

Half size

¥600(660)

チキンデビル (チキンの酢豚風スパイシー炒め)

27. PORK DEVIL

¥1,200 (1,320)

ポークデビル (酢豚風スパイシー炒め)

28. BEEF DEVIL

¥1,200 (1,320)

ビーフデビル (ビーフの酢豚風スパイシー炒め)

29. FISH DEVIL

¥1,200 (1,320)

フィッシュデビル (魚の酢豚風スパイシー炒め)

30. CUTTLEFISH DEVIL

¥1,200 (1,320)

カタル フィッシュデビル (イカの酢豚風スパイシー炒め)

26



◆ TELDALA (SRI LANKAN FRIED FOOD)  
テルダーラ

スリランカスタイルの炒めもの

¥1,000 (1,100)

おすすめ!

- ★ 31. HALMASSA FISH (KIBINAGO )  
ハールマッソー テルダーラ (小魚の炒めもの)

32. POTATO ポテトテルダーラ (じゃがいもの炒めもの)

33. MALDIVES FISH  
モルディブフィッシュ テルダーラ (鯉節の炒めもの)

34. BANDAKKA CURRY (OKURA)  
バンダッカ テルダーラ (オクラの炒めもの)

おすすめ!

- ★ 35. NELUMALA TELDALA ¥950 (1,045)  
ネルソアラ 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

36. KONDAKADARA TELDALA ¥900 (990)  
コンダカダラ テルダーラ  
ひよこ豆とかつお節、カレーリーフ入りの炒めもの

37. MUSHROOM TELDALA ¥900 (990)  
マッシュルーム テルダーラ

38. CUTTLEFISH TELDALA ¥1,000 (1,100)  
イカ テルダーラ

39. SHRIMP TELDALA ¥1,000 (1,100)  
イッソ テルダーラ



31



34



35



36



◆ SRI LANKAN SPICY STEW  
スリランカスパイシーシチュー

40. CHICKEN ¥1,000 (1,100)  
チキン

41. PORK STEW ¥1,200 (1,320)  
ポークシチュー

42. BEEF STEW ¥1,200 (1,320)  
ビーフシチュー

43. FISH STEW ¥1,200 (1,320)  
フィッシュシチュー

44. PORK SPARERIBS STEW ¥1,200 (1,320)  
ポークスペアリブシチュー

45. CHICKEN PARTS SPICY STEW ¥900 (990)  
砂肝のスパイシーシチュー

40



44



45





## Curry

### カレー

#### ◆ SRI LANKAN ORIGINAL CURRY

- |   |                |                        |
|---|----------------|------------------------|
| 46. CHICKEN CURRY<br>チキンカレー                     | ¥950 (1,045)   | Half size<br>¥700(770) |
| 47. PORK CURRY<br>ポークカレー                        | ¥1,050 (1,155) | Half size<br>¥800(880) |
| 48. BEEF CURRY<br>ビーフカレー                        | ¥1,050 (1,155) | Half size<br>¥800(880) |
| 49. MUTTON CURRY<br>マトンカレー                      | ¥1,100 (1,210) |                        |
| 50. FISH CURRY<br>フィッシュカレー                      | ¥1,100 (1,210) | Half size<br>¥900(990) |
| 51. PARIPPU (DAL) CURRY<br>パリップ (レンズ豆) カレー      | ¥900(990)      | Half size<br>¥600(660) |
| 52. CUTTLEFISH CURRY<br>イカカレー                   | ¥1,100 (1,210) |                        |
| 53. MIX VEGETABLE CURRY<br>ミックスベジタブルカレー         | ¥1,000 (1,100) | Half size<br>¥700(770) |
| 54. WATTAKKA (PUMPKIN) CURRY<br>ワッタカ (かぼちゃ) カレー | ¥1,000 (1,100) | Half size<br>¥700(770) |



おすすめ!

- ★ 55. FISH HEAD CURRY ¥1,200 (1,320)  
フィッシュヘッドカレー  
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



56. EGG CURRY ¥1,000 (1,100)  
エッグカレー  
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。  
ゆで卵を油で揚げて、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!

- ★ 57. PRAWN CURRY ¥1,100 (1,210)  
イッソカレー  
エビのココナッツミルク入りカレー



Enjoy add spicy flavor (alongside Curry)

カレーといっしょに

おすすめ!

★ 58. POL SAMBOL (COCONUT)

¥450(495)

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!

おすすめ!

★ 59. LUNU MIRIS

¥450(495)

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

60. KATTA SAMBOL

¥450(495)

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

おすすめ!

★ 61. KOLA MALLUM

¥950(1,045)

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

60



58



59



61



Rotti & Rice & Noodles

スリランカ式パン、ライス、ヌードル

おすすめ!

★ 62. GODAMBA ROTTI (1PC)

¥300(330)

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

63. EGG ROTTI (1PC)

¥400(440)

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

おすすめ!

★ 64. POL ROTTI WITH KATTA SAMBOL (2PC)

¥950(1,045)

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

65. PLANE NAN

¥500(550)

プレーンのナン

63



65



62



64





# ◆ KOTTU ROTTI

コトゥロティ

ゴダンバ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!



66. CHICKEN KOTTU  
チキン・コトゥ

¥1,350 (1,485)

Half size

¥1,000 (1,100)

67. PORK KOTTU  
ポーク・コトゥ

¥1,450 (1,595)

Half size

¥1,100 (1,110)

68. BEEF KOTTU  
ビーフ・コトゥ

¥1,450 (1,595)

Half size

¥1,100 (1,110)

69. FISH KOTTU  
フィッシュ・コトゥ

¥1,450 (1,595)

Half size

¥1,100 (1,110)

70. YELLOW RICE

イエローライス

カレーといっしょに

¥400 (440)

Half size

¥300 (330)

71. WHITE RICE

ホワイトライス

カレーといっしょに

¥400 (440)

Half size

¥300 (330)

72. SRI LANKAN MIX FRIED RICE

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

¥1,400 (1,540)

73. CHICKEN BURIYANI

WITH SPICY CHICKEN LEG

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

¥1,600 (1,760)

74. SRI LANKAN STYLE NASI GORENG

WITH SPICY LAMB MEAT

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

¥1,500 (1,650)

75. SPICY SINGAPORE

MIX FRIED NOODLE

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

¥1,500 (1,650)

66



70



71



72



73



74



75





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!

- ★ 76. **PLANE HOPPER**  
(WITH KATTA SAMBOL)  
プレーン ホッパー



¥300(330)

おすすめ!

- ★ 77. **EGG HOPPER**  
(WITH KATTA SAMBOL )  
エッグ ホッパー



¥400(440)

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

おすすめ!

- ★ 78. **STRING HOPPERS (5PC)** ¥800(880)

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



#### Dessert & Ceylon Tea

デザートとセイロンティー

おすすめ!

- ★ 79. **WATALAPPAN**  
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

¥450(495)

おすすめ!

- ★ 80. **MI KILI**

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

¥450(495)

81. **CEYLON TEA (HOT OR ICE)**

¥400(440)

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



81







## DINNER SET MENU セットメニュー

1

### ライス&カレーセット RICE & CURRY SET ¥1,650 (1,815)

YOU CAN CHOOSE TWO KINDS OF CURRY

カレーを2種類お選びください

CHICKEN/PORK/BEEF/MIXVEGETABLE 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 (2,035)

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

TELDALA 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 (3,300)

1 MEAT CURRY お好みのお肉カレー

1 TELDALA 本日のテルダーラ 炒めもの ※お尋ねください

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

PAPADAM パパダム 豆からできたフライドスナック

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名様からのご注文です

お1人様 ¥4,000 (4,400)

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 カトゥレット 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. TELDALA 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ッと炒め

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

MIKIRI 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。

