

# 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ん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！

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)  
(PLAIN 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

3



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

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

4



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

6



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

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イなフライドチキン

7



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

スパイシーハンドチキン

皮がおいしいスパイシーなハンドチキン



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。



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 (唐辛子と鰯節味)

CHEESE

チーズ

¥900 (990)

Half size

¥500 (550)

Half size

¥600 (660)



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



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



15. MIXED GRILL

(CHICKEN,LAMB,SAUSAGES,SEAFOOD,EGG)

¥1,600 (1,760)

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)

スリランカンピックルス

激辛注意、唐辛子と野菜の酢漬け お子様厳禁



**Salad**

サラダ

**17. GREEN SALAD WITH SPICY GARLIC CHIPS**

グリーンサラダ

¥600(660)

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

Half size

¥400(440)



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

**19. BOILED VEGETABLE SALAD**

¥700(770)

ボイルドベジタブルサラダ

茹で野菜のサラダ



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**

¥800(880)

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。ごはんともよく合います

おすすめ!

**21. WANBATU SAMBOL**

¥800(880)

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



**à la carte**

一品料理

おすすめ!

★ 22. LEMON CHICKEN

レモンチキン

タップルボーン名物、酸味の効いた爽やかなチキン

¥1,100 (1,210)

Half size  
¥800(880)

23



おすすめ!

★ 23. SRI LANKAN RED CHILLIE CALAMARI

(CUTTLEFISH)

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

¥950 (1,045)

22



おすすめ!

★ 24. 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

¥950 (1,045)

25. MALL BADALA

マールベダラ

小アジのスパイシースリランカフライ

¥800 (880)



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)

チキンデビル (チキンの酢豚風スパイシー炒め)

Half size  
¥600(660)

25



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)

◆ **TELDALA**  
(SRI LANKAN FRIED FOOD) ¥1,000(1,100)

テルダーラ

スリランカスタイルの炒めもの

おすす<sup>め</sup>! ★ 31. HALMASSA FISH (KIBINAGO ) ハールマッサー 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 (鰯節の炒めもの)

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<sup>め</sup>! ★ 35. NELUMALA TELDALA ネルソアラ テルダーラ ¥950(1,045)  
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



◆ **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



**Curry**  
カレー

◆ SRI LANKAN ORIGINAL CURRY

46. CHICKEN CURRY  
チキンカレー

¥950 (1,045)

Half size  
¥700(770)



47. PORK CURRY  
ポークカレー

¥1,050 (1,155)

Half size  
¥800(880)



48. BEEF CURRY  
ビーフカレー

¥1,050 (1,155)

Half size  
¥800(880)



49. MUTTON CURRY  
マトンカレー

¥1,100 (1,210)

Half size  
¥900(990)



50. FISH CURRY  
フィッシュカレー

¥1,100 (1,210)

Half size  
¥600(660)



51. PARIPPU (DAL) CURRY  
パリップ (レンズ豆) カレー

¥900 (990)

Half size  
¥600(660)



52. CUTTLEFISH CURRY  
イカカレー

¥1,100 (1,210)

Half size  
¥700(770)



53. MIX VEGETABLE CURRY  
ミックスベジタブルカレー

¥1,000 (1,100)

Half size  
¥700(770)



54. WATTAKKA (PUMPKIN) CURRY  
ワッタカ (かぼちゃ) カレー

¥1,000 (1,100)

Half size  
¥700(770)

おすすめ!

★ 55. FISH HEAD CURRY  
フィッシュヘッドカレー

¥1,200 (1,320)

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. EGGCURRY  
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。

¥1,000 (1,100)

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



57. PRAWNCURRY  
イッソ カレー

エビのココナッツミルク入りカレー

¥1,100 (1,210)



おすすめ!

★ 57. PRAWNCURRY  
イッソ カレー

エビのココナッツミルク入りカレー

¥1,100 (1,210)



58



Enjoy add spicy flavor (alongside Curry)

カレーといっしょに

おすすめ!

★ 58. 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！

¥450(495)

おすすめ!

★ 59. LUNU MIRIS

ルヌミリス

辛めの鰹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

¥450(495)

59



60. 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

¥450(495)

おすすめ!

★ 61. KOLA 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

¥950(1,045)

61



60



## Rotti &amp; Rice &amp; Noodles

スリランカ式パン、ライス、ヌードル

おすすめ!

★ 62. 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

¥300(330)

62



63. 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

¥400(440)

おすすめ!

★ 64. 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

¥950(1,045)

64



65. PLANE NAN

プレーンのナン

¥500(550)



◆ 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・コットウ

¥1,350 (1,485)

Half size

¥1,000(1,100)

67. PORK KOTTU  
ポーク・コットウ

¥1,450 (1,595)

Half size

¥1,100(1,110)

68. BEEF KOTTU  
ビーフ・コットウ

¥1,450 (1,595)

Half size

¥1,100(1,110)

69. FISH KOTTU  
フィッシュ・コットウ

¥1,450 (1,595)

Half size

¥1,100(1,110)

66



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)

70



71



72. SRI LANKAN MIX FRIED RICE

¥1,400 (1,540)

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

72



73. CHICKEN BURIYANI

WITH SPICY CHICKEN LEG

¥1,600 (1,760)

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

73



74. SRI LANKAN STYLE NASI GORENG

WITH SPICY LAMB MEAT

¥1,500 (1,650)

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

74



75. SPICY SINGAPORE MIX FRIED NOODLE

¥1,500 (1,650)

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

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!

- ★ 76. PLANE HOPPER  
(WITH KATTA SAMBOL)



¥300(330)

おすすめ!

- ★ 77. EGG HOPPER  
(WITH KATTA SAMBOL )



¥400(440)

おすすめ!

- ★ 78. STRING HOPPERS (5PC)  
ストリング ホッパー 5枚

¥800(880)

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 ( パリップ (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

¥450(495)

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!

- ★ 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





## DINNER SET MENU セットメニュー

### 1 ライス&カリーセット 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/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(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 イカのクリスピーコロッケ

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 クリスピーコロッケ

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 ● の深イイ話!?

# 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つの世界遺産を擁し、美しい海、茶畠、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れる深い絆をご紹介いたします。

## 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)だったジャヤフ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見忘れないでほしい」

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方を変え、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。

