

J a m e J a m

TEL 03-3311-3223

2-20-7, Asagaya-Minami, Suginami-ku

Open: 5:00pm-12:00am

Credit Cards Accepted


Food Menu

Appetizers


1. バーバーガヌージ (Baba Ganoush) ¥ 735 
焼きなすのペースト。
なすとオリーブオイルの絶妙な組み合わせは、さっぱりヘルシー。
(Pasted eggplant with Olive oil. Refreshing appetizer)
2. ホムス (Hummus) ¥ 680
ひよこ豆と白ゴマのペースト。ひよこ豆のコクが食欲をそそります。
(Pasted garbanzo and white sesame. Delectably rich paste)
3. マスティネ (Mastine) ¥ 680 
ヨーグルトから作るチーズ。
酸味が効いたクリーム状のチーズは、ナンと一緒に。
(This cheese made from yogurt. It is like cream cheese with acidic flavor good for a naan)
4. パニール (Panir) ¥ 525 
ヤギ乳のベルシャ風チーズ。
酸味と塩味が効いているので、ビールやワインのお供に最適。
(Persian goat cheese. Salty and Acidic flavor, good for beer and wine.)
5. ボラーニー (Bolani) ¥ 680 
ほうれん草のヨーグルト和え。
ベルシャの食卓にはヨーグルトが欠かせません。
(Spinach with yogurt. You cannot miss yogurt for Persian meals)


6. マースト・ムースィール (Mast O Musir) ¥ 680 
ムースィール (にんにく風味の球根) のヨーグルト和え。前菜として、串焼きと一緒にさっぱりと。(Musir (Garlic flavored bulbs) with yogurt)
7. グリーンサラダ (Green Salad) ¥ 680 
レタス、赤ピーマン、にんじんなどの定番サラダ。
(Lettuce, Red bell pepper and carrots, it is basic green salad)
8. サラダシーラーズ (Sarad Shiraz) ¥ 735 
みじん切りのトマト、きゅうり、玉ねぎにハーブやライムを効かせたサラダはイランの定番メニュー。
(Chopped tomatoes, cucumbers, onion with herb and lime. This is popular in Iran)
9. ピクルス (きゅうり) (Pickles (Cucumber)) ¥ 500 
伝統的にイランの家庭で作られてきたピリッと塩辛い漬物。
(This traditional Iranian pickles are piquant and salty.)
10. ピクルス (盛り合わせ) (Pickles (Assorted)) ¥ 550 
伝統的にイランの家庭で作られてきたピリッと塩辛い漬物。
(This traditional Iranian pickles are piquant and salty.)
11. ドルメ (Dolmeh) ¥ 900
ラムともち米のぶどうの葉包み。
甘酸っぱいソースとぶどうの葉がラムの旨味を引き出します。
(Lamb and sweet rice wrapped with greap leaves. Greap leaves and sweet-sour sauce much for lamb)

12. 前菜盛り合わせ Zensai Moriawase

(Appetizer sampler) ¥ 1160 

バーバーガヌージ、ホムス、マスティネの盛り合わせ。
迷った時にはこの一品！いろいろな味が楽しめるおススメのセット。
(Baba Ganoush, Hummus and Mastine. This is the best plate if you want to try various items.)

13. ナン (ラヴァーシュ) (Naan (Lavash)) ¥ 260 


14. ナン (ピタパン) (Naan (pocket bread)) ¥ 260 

ラヴァーシュは薄い生地、ピタパンは肉厚のパン。ペーストやヨーグルトを付けると美味しさ倍増。
(Lavash is flat like a crape. Pocket bread is fluffy. They are very tasty with paste or yogurt.)

Deep Fried

15. ファラーフェル (Farafel) ¥ 840

ひよこ豆のコロッケ。
ほんのりスパイシーなフライはビールと相性抜群。ピタパンに挟んでも Good !
(Deep fried ground chickpeas. Hint of spicy flavor, good for beer. Good for put in pocket bread as well.)

16. サンブーセ (ほうれん草 / チーズ / ミート) ¥ 650 

(Sanbuse (Spinach/Cheese/Meat)) ¥ 650

17. サンブーセ (盛り合わせ) (Sanbuse (Assorted)) ¥ 700



ベルシャ風揚げ春巻。パリッとした歯ごたえとハーブの隠し味をお楽しみください。
(Persian spring rolls. Enjoy crispy texture and hit of herb flavor.)
Skewers. (Skewers)

18. シシ・キャバーブ (Shish Kebab) ¥ 900

ラム串焼き。
ブツ切りのラム肉を串で焼いたシンプルな一品。
(Skewered lamb. Big chunk of lamb skewers.)



19. チェンジェ・キャバーブ (Chenjeh Kebab) ¥ 840

ブツ切りのラムモモ肉の串焼き。
羊好きの方におススメ！歯ごたえとラムのジューシーな味わい。
(Skewered lamb leg. This is good item if you like lamb, juicy and great texture!)

20. ジュージェ・キャバーブ (オニオン風味) ¥ 735 


(Jujeh Kebab (Onion Flavor)) ¥ 735

チキン串焼き。オニオンで下味を付けたブツ切りのチキンは、柔らかくてジューシー。
(Skewered chicken. This juicy and tender meat is marinated with Onion.)

21. ジュージェ・キャバーブ (レモン・ガーリック風味) ¥ 735 

(Jujeh Kebab (Lemon and Garlic Flavor)) ¥ 735

チキン串焼き。レモンの酸味とガーリックのうま味が絶妙。お酒のお供に。
(Skewered chicken. Acidy lemon and garlic flavor is good for alcohol)


22. クービーデ・キャバーブ (ラム / チキン) ¥ 735 

(Koobideh Kebab (Lamb/Chicken)) ¥ 735

ミンチ串焼き風味。イランでは最もポピュラーなキャバブ。ペレンチ (白米) を付ければ定食に。
(Skewered ground meat. The most popular kebab in Iran. It will be perfect meal with white rice.)

23. クフテ・キャバーブ (Kofte Kebab) ¥ 785

ラムミンチ串焼きハーブ風味。爽やかなハーブの味わいがより一層ラムを食べやすくしています。
(Skewered ground lamb with herb flavor. Freshness herb makes lamb tasty.)











24. サーヴジィ・キャバーブ (Sevji Kebab) ¥ 735 

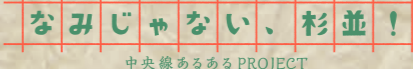
季節野菜の串焼き。塩コショウのシンプルな味付けは、野菜本来の味を引き立てます。
(Seasonable vegetables skewer. Simply salt and pepper bring out the flavor of the vegetables.)


<Notice>

Some of restaurants accept CASH ONLY
The price including or excluding TAX is depending on the restaurant
Some of restaurants require COVER CHARGE
Some of restaurants require to order at least ONE DRINK

<Ingredients/Taste>

 Chicken  Pork  Seafood  Vegetables  Flour
 Beef  Fish  Egg  Dairy Products  Spicy

協力:  なみじゃない、杉並！
中央線あるある PROJECT

 EXPERIENCE
SUGINAMI TOKYO

25. マースト・ムースィール (Mast O Musir) ￥680

にんにく風味のヨーグルト。肉料理がさっぱりマイルドに。ペルシャの知恵をご堪能ください。
(Garlic flavor yogurt. This makes meat dishes mild and freshen taste. Enjoy Persian cultural item.)

Stews

26. マーヒーチェ (M サイズ)(Mahicheh (M Size)) ￥2100

27. マーヒーチェ (L サイズ)(Mahicheh (L Size)) ￥2550

28. マーヒーチェ (XL サイズ)(Mahicheh (XL Size)) ￥2980

ラムすね肉トマト煮込み。
じっくり煮込んだすね肉はとっても柔らかく、コクがあります。
(Stewed lamb shank with tomatoes.)

29. ゲイメ (Gheimeh) ￥850

ラムとダルチャナ豆のトマト煮込み。トマトがラムを柔らかく包んで親しみやすい味に。
(Stewed lamb and split peas with tomatoes. Tomatoes make lamb tenderness.)

30. ゴルメ・サブズィー (Ghormeh Sabzi) ￥880

ラムと小豆の煮込み。
ディル、ミントなどのハーブとライムでさっぱりヘルシーな煮込み。
(Stewed lamb and adzuki beans. Dill, mint and lime make this stew freshen taste.)

Rices, Naan

31. バカリ・ポロウ (Baghali Polow) ￥630

そら豆とディルのご飯。
ディルのあっさり味のご飯は、マイチェなどの煮込みと好相性。
(Broad bean with dill rice. This rice good for stew such as Mahicheh.)

32. ルービヤー・ポロウ (Loobia Polow) ￥735

マトンといんげんのトマトご飯。
マトンのコクとトマト味が醸し出す美味しさ。一品で楽しめるご飯。
(Mutton, green bean with tomato rice. Rich taste from mutton matches for tomato.)

33. ゼレシュク・ポロウ (Zereshk Polow) ￥475

ゼレシュクかけご飯。
甘酸っぱいゼレシュクの実がアクセント。煮込みと一緒に。
(Berberry rice. Sweet sour berries are great accent. Good for Stew)

34. ベレンジ (Berenji) ￥315

イランの白米。パラリと炊き上げた細長いお米は、串焼きや煮込みのお供に最適。
(Irani white rice. Non-sticky long grain rice is good for both of stew and kebab)

35. ナン (ラヴァーシュ)(Naan (Lavash)) ￥260

36. ナン (ピタパン)(Naan (Pocket bread)) ￥260
ラボッシュは薄い生地、ピタパンは肉厚のパン。ペーストやヨーグルトを付けると美味しさ倍増。
(Lavash is flat like a crape. Pocket bread (Pita) is fluffy. They are very tasty with paste or yogurt.)

37. Jame Jam クスクス (Jame Jam Cous Cous) ￥630

中東地域で昔から食われてきた顆粒状のパスタの一種。バターやピーマンなどのあっさり味付は、どんな煮込みにも合います。
(Cous Cous has been eaten in Middle East for long time. This tiny short pasta is lightly butter flavor with Green bell pepper. Good for any stews.)

Desserts

38. バスタニー (Bastani) ￥500

ペルシャ風アイスクリーム。
バラの香り、アーモンドの歯ごたえ、そして生クリームのまろやかさが絶妙！ Jame Jam 自慢の手作りアイスクリームです。
(Persian Ice cream. Rose flavor with crunchy almonds and very creamy homemade dessert)

39. ファールデー (Faloodeh) ￥500

ペルシャ風かき氷。日本ではなかなか食べられない、イランで人気のデザートです。ひんやり甘い凍った麺が不思議な食感。レモンジュースでさっぱりと。
(Persian shaved ice. Frozen sweet noodle with lemon juice. This is popular in Iran but its hard to find in Japan.)

40. アイスクリーム (Ice Cream) ￥450

Drinks

41. ペルシャンティ (Persian Tea) ￥500

ペルシャでこよなく愛されている香り高い紅茶。食後にさっぱりと、またデザートと一緒に。
(This rich flavored tea is loved in Persia. Enjoy it after meal, or with dessert.)

42. ガッハヴェ (Gahwa) ￥500

粉を直接煮出すペルシャンコーヒー。濃厚なコーヒーの味をお楽しみください。
(This special coffee made on stove top. Very rich.)

Set Meals

43. チェロ・キャバーブ (Chelo Kebab)

クービーデ・キャバーブ (ラムミンチ串焼き) 2本
ベレンジ (白米) のセット。
イランの定番メニュー。ジューシーなラムとパラリとしたイラン米がよく合います。
(Koobideh Kebab (Ground Lamb Kebab) 2 pcs come with white rice. Popular in Iran.)

44. キャバーブ・ソルタニ (Kebab Soltani)

クービーデ・キャバーブ (ラムミンチ串焼き) シシ・キャバーブ (ラムぶつ切り串焼き) ベレンジ (白米) のセット。ラムを贅沢に味わうセット。イラン米の香がラムを引き立てます。
(Koobideh Kebab (Ground Lamb Kebab) and Shish Kebab (chunk of lamb skewers) come with white rice.)

45. キャバーブ・ホセイニ (Kebab Hosseini)

46. ゲイメ セット (Gheimeh Set)

ゲイメ (ラムとダルチャナ豆のトマト煮込み) ベレンジ (白米) のセット。煮込みと白米の定食メニュー。肉汁が溶け込んだ濃厚なトマト味と白米の組み合わせは絶品。
(Stewed lamb and split peas with tomatoes comes with white rice. Tomato sauce match for white rice!)

47. ゴルメ・サブズィー セット (Ghormeh Sabzi Set)

ゴルメ・サブズィ (ラムと小豆の煮込みハーブ風味) ベレンジ (白米) のセット。煮込みのディル・ミントのさっぱりとした味とイラン米の香のコンビネーションをお楽しみください。
(Ghormeh Sabzi(Stewed lamb and adzuki beans with herb) comes with white rice. Enjoy this freshen taste from dill and mint)

48. シーラズコース (2名様から、1名あたり)

(Shiraz Course (Minnimum 2 orders)) ￥3000

・前菜3種 + ナン (Appetizers 3 kinds + Naan)
・バーバーガヌージ (焼きなすのペースト)
・ホムス (ひよこ豆と白ゴマのペースト)
・マスティネ (ヨーグルトから作るチーズ)
(Baba Ganoush (Eggplant paste), Hummus (Pasted garbanzo and white sesame), Mastine (Cheese made from yogurt))
・串焼き2種 (2 kinds of Kebab)
・煮込み + ライス (Stew + Rice)
・ゲイメ または ゴルメサブジ (Gheimeh or Ghormeh Sabzi)
・デザート (Dessert)
・ドリンク (Drink)
・ペルシャンティまたは ガッハヴェ (ペルシャ風コーヒー)(Persian Tea or)

49. 王様コース (贅沢にペルシャ料理を楽しめるコース) (2名様

から、1名あたり) Osama Course (King course (Luxury Persian course) (Minimum 2 orders)) ￥5000

・前菜3種 + ナン (Appetizers 3 kinds + Naan)
・バーバーガヌージホムス・パバカヌジ・ラバネ (Baba Ganoush Hummus・Baba Ganoush Labneh)
・サラダ (Salad)
・サラダシーラズ (Sarad Shiraz)
・フライ (Deep fried)
・ファラフェル (Farafel)
・串焼き3種 (3 kinds of Kebabs)
・クビデキャバブ・カフタキャバブ (Koobideh Kebab・Kofte Kebab)
・シシキャバブ (Shish Kebab)
・煮込み + ライス (Stew + Rice)
・マイチェ + バカリポロ (Mahicheh + Baghali Polow)
・デザート (Dessert)
・ドリンク (Drink)
・ペルシアンティ (Persian Tea)
・または アラビアンコーヒー (Or Arabian coffee)

