



Health
Corner

Health Corner

MENU



Dear customers of Health Corner,

From what you imagine, our store is not like other restaurants or food or drink stores.

Health Corner is a traditional Iranian food and drink store that uses first-class raw materials and fresh ingredients to prepare food and drinks.

We prepare all the products at home by ourselves and with my mother-in-law.

We carefully process them and cook them 100% hygienically.

We do not have any freezers in our store or at home, because all products are made from fresh ingredients and mostly based on Abu Ali Sina's book, which is well-known in the world, and has many benefits and properties, and this is the reason why Health Corner is the first and only traditional Iranian food and beverage store in Europe.

We at Health Corner are supporter of the environment.

At Health Corner, mostly no plastic containers are used for food and hot drinks even our plastic containers or food's container lids are also made from Corn starch polymers (Known as Bio Plastic)

You will never feel out of place at Health Corner, because you can feel like what is prepared in your home or even at your mother's house.

We have two types of soup every day, two types of mixed rice, one type of stew, one type of an appetizer and Kookoosabzi.

Health Corner has more than 37 types of appetizers, desserts, dinners, lunches and breakfasts, natural juices, teas, traditional Herbal distillates and etc., ready to be presented to you on a daily basis during the week.

Also, you may see other products in Health Corner, these products are the high quality and fresh raw materials that we are using for our cooking, so you can also buy these products if you need and use them in your daily cooking at home.

Health Corner

VEGAN



www.healthcorner.nl
020 770 8177

info@healthcorner.nl

Rijstschotel

1



HealthCorner

Fesenjan

Ingredient :

Rijst, Safran, Garnaatappelen
saus, Walnoten, Iraanse kruiden en
vegan gehaktballetjes

12.99 Euro

2



HealthCorner

Ghormesabzi

Ingredient :

Rice, Safran, Onion, Garlic, Red
Beans, Persian mix herbs, Mush-
room, Potato, Dried Lime

11.99 Euro

3



HealthCorner

Adas Polo (Lentil Rice)

Ingredient :

Iraanse rijst, Rozijnen, Ui, Safran
Linzen/gepelde gedroogde tuin-
boon

11.99 Euro

4



HealthCorner

Baghali Polo

Ingredient :

Rice , Broad Bean , Dill , Safran

11.99 Euro

5



HealthCorner

Gheimh Bademjan

Ingredient :

Rice , Safran , Half chickpea ,
Onion , Persian mix spices , Mush-
rooms , Eggplant , Dried Lime

11.99 Euro

6



HealthCorner

Lubia Polo

Ingredient :

Iraanse rijst, Rozijnen, Ui, Safran
Linzen, Tomato, Soya, Peper,
Sperziebonen

11.99 Euro

7



HealthCorner

Zereshk Polo

Ingredient :

Rijst, safran, vegan kip/Tofu,
burberry, pistach, amandel, uien,
paprika

12.99 Euro

8



HealthCorner

Aloo-Esfenaj

Ingredient :

Spinazie, Tofu, Champignons, Per-
zische pruim, Walnoten, Ui, Rijst, Saf-
raan

11.99 Euro

9



HealthCorner

Karafs

Ingredient :

Rice , Safran , Walnuts , Celery ,
Parsley , Mint , Tofu , Persian Spices

11.99 Euro

10



HealthCorner

Havij Polo

Ingredient :

Rice, saffron, carrots, raisins, tofu, berberry, cinnamon

12.99 Euro

12



HealthCorner

Polo Ghermez

Ingredient :

Rijst met aardappelen, tomaten, Iraanse kruiden en aubergine

9.99 Euro

13



HealthCorner

Adas Polo (Lentil Rice)

Ingredient :

Iraanse rijst, Rozijnen, Ui, Safraan
Linzen/gepelde gedroogde tuin-
boon

11.99 Euro



Kruiden Thee



▶ **Depi Thee** (Depi Tea)

Ingrediënten: Oranjbloesem, Ijzerhard, Kardemom
(Orange blossom, Iron-hard, cardamom)

Effecten: Deze thee kan bevorderend werken tegen depressieve gevoelens.
(This tea may reduce depression)

2.99
Euro

▶ **Lipi Thee** (Lipi Tea)

Ingrediënten: Dille, Gedroogde limoen, Gember
(Dill, dried lime, ginger)

Effecten: Deze thee kan een verlagend effect uitoefenen op de vetten in het bloed.
(This tea can have a lowering effect on the fats in the blood.)R

2.99
Euro

▶ **Verkoudheid Thee** (No Cold Tea)

Ingrediënten: Alcea, Kamille, Gember, Tijm
(Alcea, Chamomile, Ginger, Thyme)

Effecten: Deze thee kan een bevorderlijk effect uitoefenen tegen verkoudheid.
(This tea can have a beneficial effect against colds.)

2.99
Euro

▶ **Seks en Geluk Thee** (Sex&happiness Tea)

Ingrediënten: Saffraan, Rozenblaadjes, Kaneel
(Saffron, Rose leaf, Cinnamon)

Effecten: Deze thee kan een lust opwekkend effect uitoefenen & bevorderlijk werken op het gelukzaligheidsgevoel.
(This tea can exert a lust-stimulating effect & promote the feeling of bliss.)

3.99
Euro

▶ **Presur Thee** (Presur Tea)

Ingrediënten: Groene thee, Hibiscus, Kamille
(Green tea, Hibiscus, Camomile)

Effecten: Deze thee kan een bloeddrukverlagend effect uitoefenen.
(This tea can have an antihypertensive effect.)

2.99
Euro

▶ **Geen hoest Thee** (No Cough Tea)

Ingrediënten: Schildzaad, Grote weegbree zaad, Kweepeer zaad
(Shield seed, Large plantain seed, Quince seed)

Effecten: Deze thee kan bevorderlijk werken tegen hoesten.
(This tea can have a beneficial effect against coughing.)

2.99
Euro

▶ **Slim Thee** (Slim Tea)

Ingrediënten: Groene thee, Komijn, Gedroogde limoen
(Green tea, Cumin, Dried lime)

Effecten: Deze thee kan bevorderlijk werken om gewicht te verliezen.
(This tea can have a beneficial effect on weight loss.)

2.99
Euro

▶ **Slaap Thee** (Sleep Tea)

Ingrediënten: Valeriaanwortel, Lavendel, Slangenkruidbloem
(Valerian Root, Lavender, Snakewort Flower)

Effecten: Deze thee kan bevorderlijk werken om beter te kunnen slapen.
(This tea can have a beneficial effect on sleeping better.)

2.99
Euro

▶ **Sugi Thee** (Sugi Tea)

Ingrediënten: Brandnetel, Korianderzaad, Fenegriekzaad
(Nettle, Coriander seed, Fenugreek seed)

Effecten: Deze thee kan een verlagend effect uitoefenen op de bloedsuikers.
(This tea can have a lowering effect on blood sugars.)

2.99
Euro



Tomato Soup

Ingredient :
tomato, vegetarian ball, onion,
rice, chickpea, garlic

7.99 Euro



Rode Bietensoep

Ingredient :
rode Bietensoep, mung, ui, apple
azijn

7.99 Euro



Linzensoep

Ingredient :
groene linzen, ui, knoflook,
aardappelen,
kurkuma en Perzische kruiden

7.99 Euro



Turmeric Soup

Ingredient :
Turmeric, ginger, onion, garlic,
coconut milk

6.99 Euro



Granaatappelsoep

Ingredient :
Rice, spilted peas, pomegranate
juice, pomegranate paste, pome-
granate, onion, garlic, spices, herbs

9.99 Euro



Perzische Noedelsoep

Ingredient :
spinach, leek, kidney beans,
white beans, chickpeas, parsley,
coriander, noodles

9.99 Euro



Turnip Soup

Ingredient :
turnip, mung, rice, Persian mix
herbs & spices, green lentils, onion,
garlic

7.99 Euro



Pumpkin Soup

Ingredient :
pumpkin, onion, garlic, apple,
Persian herbs

7.99 Euro



Red Lentil Soup

Ingredient :
red lentils, onion, garlic, toma-
toes, potatoes, turmeric and Indian
spices

6.99 Euro

VEGAN



Health
Corner

www.healthcorner.nl
020 770 5777

info@healthcorner.nl

Probiotic drinks



Milk/Soy kefir

€5.99

semi-skimmed milk kefir

soy coconut milk kefir

Gefermenteerde sojamelk (Fermented soy milk)

Water kefir with agave syrup

€5.99

Water kefir met agavesiroop en saffraan & roos

Water kefir with agave syrup and saffron & rose

Water kefir met agavesiroop en gember & kurkuma

Water kefir with agave syrup and ginger & turmeric

Water kefir met agavesiroop en munt & citroen

Water kefir with agave syrup and mint & lemon

Water kefir met agavesiroop en rood fruit

Water kefir with agave syrup and red fruit

Water kefir met agavesiroop en Perzische kruiden smaak

Water kefir with agave syrup and Persian spice flavor

Gefermenteerde gedroogde vruchten in water (Fermented dried fruits in water)

Kombucha with agave syrup

€5.99

zwarte thee met agavesiroop en citroen

zwarte thee met agavesiroop en kaneelkruidnagel

Gefermenteerde thee (Fermented tea)

Disclaimer

Mensen uit het Oude Perzië en het tegenwoordige Iran van nu, gebruiken dit soort producten al eeuwenlang op basis van hun therapeutische effecten. Hoewel wetenschappelijke artikelen de gunstige effecten van sommige van deze kruiden en vruchten hebben bevestigd, stellen we expliciet dat we deze producten niet als medische producten claimen.

Disclaimer

People of Ancient Persia and present-day Iran have used these types of products for centuries for their therapeutic effects. Although scientific articles have confirmed the beneficial effects of some of these herbs and fruits, we explicitly state that we do not claim these products as medical products.

Gevulde tomaat (met rijst, erwten, verse kruiden)

€5.99

Koko sabzi (verse kruidenburger met walnoten en eieren)

€5.99

Koko sibzamini (aardappelenburger met eieren en kruiden)

€3.99

Kaas Samboose (gevuld met Kaas, spinazie en championen)

€5.49

Vegan Samboose (gevuld met aardappel, tofu en kruiden)

€5.99



Falafel €1.99

Shami €2.50

Dolme wijn €2.99

bladeren met rijst, verse kruiden, erwten en pruimen

Dolme €2.99

wittekol met rijst, verse kruiden, erwten en pruimen



Kashk bademjan

€9.99

een aubergine dip met munt, knoflook, uitjes en kashk
(Kashk is een Iraanse saus gemaakt van yoghurt)

Mirzaghaseemi

€9.99

een dip met geroosterd aubergine, tomaten, knoflook en uitjes

Gevulde aubergine

€10.99

met vegan gehakt, knoflook en garnaatappel

Gevulde paprika

€7.99

met rijst, verse kruiden, erwten en pruimen

Koofte ball

€9.99

rijst, verse kruiden, erwten en pruimen





VEGAN



Health
Corner

www.healthcorner.nl
020 770 8177

info@healthcorner.nl

Verse sappen en smoothies

Slim mix

appel, citroen, wortel, gember (Deze sap kan helpen om gewicht te verliezen)
apple, lemon, carrot, ginger (This juice can help you lose weight)

Citrus mix

sinaasappel, mandarijn, citroen, grapefruit (Deze sap zit bomvol vitamine C
verkregen uit verschillende citrusvruchten)
orange, tangerine, lemon, grapefruit (This juice is packed with vitamin C
obtained from various citrus fruits)

Your choice mix

apple, orange, carrot, grape Een verse sap naar eigen samenstelling.
apple, orange, carrot, grape A fresh juice to your own composition.

€9.99

I am super juice

€2.50

Mango	Passievrucht
Mangosteen	Kokos water met stukjes kokosnoot
Lychee	Soursop

Children's favorite taste smoothie

€5.99

Sport smoothie (protein rich)

€9.99

melk/sojamelk, banaan, aardbei, dadels, walnoten, sesamzaad, sesamzaad
milk/soy milk, banana, strawberry, dates, walnuts, sesame seed, sesame seed

melk/sojamelk, banaan, kokosnootpoeder, dadel, walnoot, pistache, amandel,
cashewnoot, gedroogde vijg
milk/soy milk, banana, coconut powder, date, walnut, pistachio, almond,
cashew nut, dried fig

VEGAN



Health
Corner

www.healthcorner.nl
020 770 8177

info@healthcorner.nl

Bijgerecht (Side-Dishes)



Zelfgemaakte Hummus

Homemade Hummus
100gr

Zelfgemaakte Babaanoesch

Homemade Babaanosch
100gr

Zeytoon-parvarde

100gr
olijven in een granaatappel,
walnoot en Iraanse kruiden
marinade
olives marinated in a pomegranate,
walnut and Iranian herb marinade



Home Made Persian Pickles

Variety of Home Made Persian pickles
made from fresh vegetables
in home



Admiraal de Ruijterweg 54H,
1056 GL Amsterdam
(+31) 0207708177
www.healthcorner.nl
info@healthcorner.nl