

Zeitschrift: Lenzburger Neujahrsblätter
Herausgeber: Ortsbürger-Kulturkommission Lenzburg
Band: 95 (2024)

Artikel: Yam Yam - Sandwich and Smoothie Bar : gesundes für Leib und Seele
Autor: Bucher, Anita
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1047535>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Yam Yam – Sandwich and Smoothie Bar

Gesundes für Leib und Seele

Wenn Essen glücklich macht, dann im Yam Yam. Denn dies hat sich Amir Zamani, der Inhaber des persischen Lokals klar zum Ziel gesetzt. Perfekt also für eine kurze Einkehr an einem sommerlichen Freitag-Abend an dem niemand kochen mag.

Auf der Karte gibt es Bowls, Salate und Sandwiches. Augenfällig sind die vielen frischen Zutaten. Während sich mein Mann für sein Lieblingssandwich mit Thon entscheidet, bestelle ich das Rindfleisch-Curry. Getränke gibt es in Selbstbedienung im Kühlschrank. Ich entscheide mich für den hauseigenen frischen Eistee, während er sich ein alkoholfreies Bier nimmt. Da im Iran absolutes Alkoholverbot gilt, führe das Yam Yam nur alkoholfreies Bier, teilt man uns mit. Wir setzen uns gemütlich an einen Gartentisch vor dem Lokal und bewundern von hier aus das stilvolle Intérieur des frisch umgebauten Lokals.

Der Eistee mit Hibiskus-Minze war eine gute Wahl. Das gilt genauso auch für meinen Teller, der mir wenige Minuten später gereicht wird. Nebst Rindfleisch-Curry und persischem Reis findet sich da ein buntes Potpourri an Gemüse und Nüssen, welches nebst dem Magen auch das Auge glücklich macht. Dazu ein Klecks feiner Hummus. Schmecken tut es genauso wie es aussieht, nämlich frisch und knackig. Dass ich eine säuerlich-süsse Note vermisste, ist Kritik auf hohem Niveau.

Das Thunfisch-Sandwich meines Gegenübers ist in Rekordzeit verputzt. Auch ich esse meinen Teller bis zum letzten Reiskorn leer und fühle mich nachher kein bisschen überessen, sondern wunderbar gestärkt mit allerlei bunten Vitaminen. Während wir bezahlen, weist uns die Bedienung auf das reichhaltige Mittags-Buffet jeden Mittwoch hin.

«Dafür solltet ihr dann wirklich viel Hunger mitbringen», rät uns der Besitzer mit einem Augenzwinkern. Rund 30 Minuten nach unserem Einkehren ziehen wir gesättigt und zufrieden weiter. Unser Fazit: Perfekte Verpflegung für Körper und Seele und das in Rekordzeit.

Anita Bucher

Adresse:

Aavorstadt 9
yamyam.ch

Speisekarte:

Persische Spezialitäten,
viele vegetarisch
und vegan

Preise:

angemessen

Mit einem Wort:

Essen, das glücklich macht

*Allerlei bunte
Vitamine AB*

