

MONOPORZIONE DEL NOSTRO HUMMUS senz'aglio € 4

IL PIATTO DEL GIORNO € 8

(guarda la foto su  o  tutti i giorni)

GAZPACHO ALLA 21 € 8

Crema fredda di pomodoro e cetriolo con crostini

INSALATA 21 € 8

Insalata gentile, verdura di stagione cruda, frutta fresca di stagione, frutta secca, semi

POKÉ ALLA 21 € 8

Piatto freddo composto da verdure di stagione, rucola e riso nero con salsa di soia o teriyaki

VERDURE AL FORNO € 8

Piatto freddo composto da verdure di stagione

INSALATA DI VERDURE AL VAPORE € 8

Piatto freddo composta da: Patate, carote, zucchine e fagiolini



Per ognuno di questi piatti puoi aggiungere uno o più ingredienti a tua scelta tra:



- riso nero	+ 1.50 €
- avocado	+ 1.50 €
- legumi misti al vapore	+ 1.50 €
- feta	+ 1.50 €
- uova strapazzate	+ 1.50 €
- il nostro hummus senz'aglio	+ 2.00 €
- mozzarella	+ 2.00 €
- tofu	+ 2.00 €
- tommino alla griglia	+ 2.50 €
- filetto di tonno sott'olio	+ 2.50 €
- salmone affumicato	+ 2.50 €
- burrata	+ 2.50 €
- gamberetti al vapore	+ 4.00 €

AVOCADO TOAST € 10

(pane tostato, formaggio spalmabile, avocado)

- solo salmone (salmone affumicato, pepe, scorza di limone)
- solo uovo strapazzato
- misto: salmone e uovo strapazzato

Insalata greca: Insalata verde, pomodori cuore di bue, peperoni, olive nere, cetriolo e feta € 10

Caprese: pomodoro e mozzarella € 8

Prosciutto crudo e melone € 10

Prosciutto crudo e burrata € 12

Prosciutto crudo, pomodorini, rucola e tommino boscaiolo € 12

Bresaola con rucola e pomodorini € 12

Pinsa pomodorini confit e hummus o stracchino € 10

DOLCI DELLA SETTIMANA (chiedi allo staff) € 4

ESTRATTO DEL GIORNO € 5

Estratto di frutta e verdura di stagione; tramite l'estrazione a freddo le proprietà e le vitamine della frutta e dalla verdura non vengono disperse.

SPREMUTE DI AGRUMI € 5

BEVANDE

Coca-Cola € 3

Coca Zero € 3

Estathé limone - pesca € 3

Acqua tonica € 3

Acqua Lauretana bottiglia da ½ litro € 1

Acqua Lauretana bottiglia da 1 litro € 2

BIRRIFICIO MENABREA € 4 (in bottiglia 33 cl)

bionda - ambrata - weiss