





Senza Glutine



Crudista

Gentile ospite,  
se hai delle allergie  
e/o intolleranze alimentari,  
chiedi pure informazioni  
sul nostro cibo e sulle nostre  
bevande oppure richiedi  
il nostro menu degli allergeni.


## PER INIZIARE

-   **Piatto di formaggi vegetali** (*Senza glutine*) € 15  
*Formaggi vegetali di frutta secca fermentata, marmellate, chutney, crekers crudisti.*
-   **Insalata dal seme al frutto** (*Senza glutine*) € 11  
*Insalata mista composta da semi, germogli, foglie, fiori, frutti, tartare di avocado, gastrique di lamponi.*
-   **Involtini estate** (*Senza glutine*) € 11  
*Involtini di carta di riso ripieni di verdure crude, erbe aromatiche, accompagnati da salsa alle arachidi e salsa agropiccante alla carota.*
-   **Taco crudista** (*Senza glutine*) € 12  
*Tortilla di carote, porro e semi di lino, ripiena di tempeh marinato, formaggio di anacardi affumicato, crema di avocado, insalata, pomodoro.*


## TRADIZIONE

- ✂ **Risotto limone e zucchine** (*Senza glutine*) €14  
*Riso integrale al limone, zucchine saltate,  
ricotta di noci di macadamia,  
fiore di zucca croccante.*
- Ravioli di mare** €14  
*Pasta fatta in casa, ripiena di ragù di alghe e fitoplancton,  
salsa al pomodoro fresco, prezzemolo,  
polvere di anacardi tostati.*
- ✂ **Polpette al sugo** (*Senza glutine*) €13  
*Polpette di Beyond Sausage e barbabietola  
con fagiolini al sugo di pomodoro.*

## ISPIRAZIONI DAL MONDO

 **Vegan sushi (10 pz)** (Senza glutine) €14

GIAPPONE Nigiri, Maki, Uramaki e Gunkan di verdure, accompagnati da maionesi di mandorle aromatizzate al wasabi e alla barbabietola.

 **Vegan Pad Thai** (Senza glutine) €13

THAILANDIA Tagliolini di farina di riso saltati con verdure, tofu, germogli di soia, salsa agrodolce di tamarindo e arachidi tostate.

**Beyond Burger** (Senza glutine su richiesta) €15

USA Pane fatto in casa farcito con Beyond Burger, insalata, pomodoro, cipolla caramellata, formaggio cheddar vegetale, mayo alla paprika accompagnato da patate al forno, maionese al latte di mandorla e ketchup alla rosa canina.

## DOLCI



### **Cheese cake crudista al limone** *(Senza glutine)* €7

*Base croccante di frutta secca e datteri,  
crema di anacardi al limone,  
marmellata crudista ai frutti rossi.*



### **Brownie crudista al cacao** *(Senza glutine)* €7

*Torta crudista con base croccante di frutta secca al cacao e  
glassa al cioccolato fondente e latte di cocco.*



### **Torta gelato al pistacchio** *(Senza glutine)* €6

*Gelato al pistacchio, base croccante di cereali senza glutine alla  
gianduia e nocciola.*

*(Realizzato in collaborazione con la gelateria  
Kremmy di Viareggio)*

### **Torta di pesche** €6

*Torta morbida di pesche tipo clafoutis*

Coperto € 2,50

Acqua microfiltrata 0,75 L € 2,50

Kombutcha al the verde € 5

Kombutcha limone e zenzero € 5

Kombutcha ai fiori di Ibiscus € 5

Bibite € 4

Caffè € 1,50

Tisane bio € 3,50

