

PER INIZIARE

Piatto di mare (Senza glutine su richiesta) €20

Antipasto misto composto da 5 assaggi al sapore di mare: cacciucco alla Sementis; crostino con formaggio di anacardi, carote affumicate, caviale di alghe; foglie di carciofo ripienene; sushi vegetale; polpettine di alghe con mayo al limone.

  **Taco crudista** €13

Tortilla di carote, porro e semi di lino, ripiena di tempeh marinato, formaggio di anacardi affumicato, insalata, crema di pera e noci di macadamia, cavolo cappuccio rosso fermentato.

Piatto di formaggi vegetali €15

Formaggi vegetali di frutta secca fermentata, marmellate, chutney, crackers crudisti.

 **Pure' di Fave e Cicorie** €13

Purea di fave, cicorie saltate, battuto di pomodori secchi e olive, cialda di mais.


TRADIZIONE

Ravioli del Plin €15

Pasta fatta in casa ripiena di lenticchie, fonduta di anacardi, salvia frita, riduzione di barbabietola.

 **Risotto ai piselli** €14

Risotto semintegrale ai piselli, cremoso di anacardi, cialda corallo allo zafferano.

 **Spezzatino con polenta** €14

Bocconcini di farina di fagioli e soia stufati in salsa di pomodoro con carote e patate e olive, accompagnati da polenta croccante.

ISPIRAZIONI DAL MONDO

 **Yellow Curry** €14

Curry di ceci, patate dolci, cavolfiore, latte di cocco, lime, arachidi, leggermente piccante, accompagnato da riso basmati integrale.

 **Vegan Pad Thai** €13

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

Pane fatto in casa, Beyond Burger, insalata, cavolo cappuccio in agrodolce, formaggio cheddar vegetale, mayo alla paprika, accompagnato da patate croccanti, mayo vegetale e ketchup alla rosa canina.

DOLCI

  **Cheesecake crudista al melograno** €7

Base croccante di mandorle e cacao crudo, crema di anacardi al melograno, coulis al melograno.

 **Torta crudista al pistacchio** €7

Base croccante di frutta secca e datteri, crema di anacardi al pistacchio, polvere di mirtilli essiccati.

 **Pavlova** €6

Meringa di acqua faba, panna montata vegetale, frutti di bosco freschi e liofilizzati.

Tiramisù €6

Dolce al cucchiaino con strati di biscotto, crema al mascarpone veg e caffè.