

mediterranea
Real Tasty Life



MENÙ BISTROT

Celebriamo la bellezza della semplicità
con sapori e colori ispirati alla dieta mediterranea.

PER COMINCIARE

TARTARE DI GAMBERO 2,6,* **NOVITA** 19€
Gambero rosso, avocado, more e mayo veg al lime e menta

VITELLO TONNATO 3,4 **NOVITA** 17€
Magatello di vitello cotto a bassa temperatura con salsa homemade e polvere di capperi

POLPETTE VEGANE 1,6,9   15€
Polpette di legumeat con mayo veg al basilico, insalata di crauto rosso marinato all' aceto di mela

BURRATA, RUCOLA E POMODORINI 7  12€

HUMMUS DI CECI 1,11   6€
Ceci e paprika dolce

HUMMUS DI CANNELLINI 1,11   6€
Cannellini e olive taggiasche

HUMMUS DI LENTICCHIE 1,8,11   6€
Lenticchie, latte di mandorla e zest di arancia

TRIS DI HUMMUS 1,11   9€

Tutti gli hummus sono serviti con cialda croccante al farro e carote crude



PRIMI

RISOTTO DI GAMBERI E ZUCCHINE 2,9,* **NOVITA** 19€
Riso Carnaroli Riserva San Massimo con bisque, crema di gamberi arrostiti e dadolata di zucchine

RAVIOLI 1,3,4,7,8,* **NOVITA** 18€
ripieno di pesce con sugo alla mediterranea con topping di zest di limone e polvere di olive

SCIALATELLO AI FRUTTI DI MARE 1,14 **NOVITA** 17€
con cozze e vongole

SICILIA 1,4,9,* **ICONICO** 17€
Cous cous con caponata di verdure, dadolata di pesce spada e olio al prezzemolo

Provalo anche in versione gluten free con la quinoa! 

PACCHERO 1,7  **NOVITA** 16€
con crema di pomodorini e stracciatella

RISO ROSA 8,9  **ICONICO** 15€
Riso Carnaroli Riserva San Massimo mantecato alla barbabietola con topping di crema di anacardi, mandorle e zest di lime

VELLUTATE

VELLUTATA DI PISELLI 4,* **ICONICO** 11€
Piselli e menta con topping di mela verde e perle di trota

VELLUTATA DI BARBABIETOLA 6  10€
Barbabietola in tre consistenze con topping di mayo vegana allo zafferano

VELLUTATA DI CAROTA  10€
Carota, patata dolce e zenzero con topping di semi misti e olio di prezzemolo



SECONDI

FILETTO DI MANZO **NOVITA** 27€
con scarole alla napoletana

TRANCIO DI MERLUZZO ALLA MEDITERRANEA 4 **NOVITA** 22€
con pomodorini gialli e rossi, olive e capperi

POLLO AL CURRY 9 **ICONICO** 18€
cotto a bassa temperatura con riso integrale e zucchine alla menta servito con latte di cocco al curry

IL BURGER 1,6,7,11 17€
Bun alla curcuma, burger di manzo, cipolla caramellata, insalata, pomodoro, scamorza affumicata, mayo veg al basilico con contorno di crauto rosso marinato

Provalo anche in versione vegana con hamburger di legumeat e avocado! 1,3,6,9,10,11  

TARTARE DI MANZO 6,8  16€
condita con capperi olive, julienne di verdure, e guarnizione di mayo veg alla nocciola

TAGLIATA DI POLLO ALL'AGLIO NERO 9  15€
con caponata di verdure alla siciliana

CONTORNI

SCAROLA ALLA NAPOLETANA  
Capperi, olive, uva sultanina e pinoli

7€

VERDURE DI STAGIONE  
Verdure di stagione saltate in padella

6€

PATATE AL FORNO  
con rosmarino

6€

INSALATA DI FINOCCHI E AGRUMI  

6€

CAPONATA ⁹  
Caponata di verdure alla siciliana

6€


INSALATA DI CRAUTO ROSSO  
marinata con aceto di mela e cumino

6€

INSALATA  
con pomodorini o mista

6€

BOWL & SALAD

QUINOA BOWL ^{4,7,11,*} 
con pomodorini, feta, hummus di ceci, cavolo cappuccio viola marinato, tonno sott'olio homemade, olive taggiasche e semi misti

15€

FARRO BOWL ^{1,4,8} **ICONICO**
con pollo cotto a bassa temperatura, pomodorini, cavolo cappuccio marinato, avocado, mayo agli agrumi topping di lamelle di mandorle


14€

INSALATA MEDITERRANEA ^{3,7}
con pomodorini, zucchine cotte, feta a cubetti, avocado, uovo sodo e semi misti

14€

OPEN TOAST

AVO TOAST ^{1,3,4} **ICONICO** 15€
Avocado in due consistenze, tonno affumicato, uovo sodo e zest di limone

VEGETARIANO ^{1,6,7}  **NOVITA** 12€
con pomodorini freschi, feta, mayo veg al basilico e olive taggiasche

DESSERT

TARTELLETTA ALLA CREMA GIALLA O AI FRUTTI ROSSI ^{1,7} **ICONICO** 7€

TIRAMISÙ HOMEMADE TRADIZIONALE O AL PISTACCHIO ^{1,3,7,8} 7€

CIAMBELLONE ^{1,3,7,8} **NOVITA** 7€
alle mele o variegato

MACEDONIA DI STAGIONE 6€

FRAGOLE 6€
al naturale, limone e zucchero o con gelato in accompagnamento

CARROTS CAKE ^{1,3,7,8,*} 6€

TORTINO AL CIOCCOLATO ^{1,3,7,8} 6€

CROSTATA VEGANA ¹  6€

BROWNIE GLUTEN FREE ^{3,7,8,*}  4€



Il prodotto contiene questo allergene
Il prodotto può contenere tracce di questo allergene















Nel nostro menù sono contenute sostanze allergizzanti. Per un dettaglio si vedano i numeri inseriti affianco ai prodotti e la legenda sull'ultima pagina del nostro menù.

Coperto: 2,5€



Il piacere della condivisione.

Accanto al nome di ogni pietanza potrete trovare l'indicazione degli allergeni presenti, in base alla seguente corrispondenza numerica:

-  1. Cereali contenenti glutine e prodotti derivati
 -  2. Crostacei e prodotti derivati
 -  3. Uova e prodotti derivati
 -  4. Pesce e prodotti derivati
 -  5. Arachidi e prodotti derivati
 -  6. Soia e prodotti derivati
 -  7. Latte e prodotti derivati (compreso lattosio)
 -  8. Frutta a guscio e prodotti derivati
 -  9. Sedano e prodotti derivati
 -  10. Senape e prodotti derivati
 -  11. Semi di sesamo e prodotti derivati
 -  12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o mg/l espressi come SO₂
 -  13. Lupino e prodotti a base di lupino
 -  14. Molluschi e prodotti a base di mollusco
- * Prodotto congelato

 CityLife
 Santa Marta

