

## POKE **FAI DA TE**

● RISO

SCEGLI 1 PROTEINA

● TONNO

● SALMONE

SCEGLI 2 FRESH

● EDAMAME

● POMODORI D'ATTERINO

● CIPOLLA CRISPY

● MAIS

● RICOTTA

SCEGLI 2 SALSE

● SALSA SOIA

● SALSA TERIYAKI

● CREMA DI AVOCADO

● MANDORLA A FETTE



# MENU PRANZO **11€**

COMPONI IL TUO PANINO O LA TUA POKE'  
METTI UNA X SUL PALLINO BIANCO  
CORRISPONDENTE AGLI INGREDIENTI  
CHE PREFERISCI. BUON APPETITO!

**SG** PIATTO DEL GIORNO

**SG** POKE **FAI DA TE**

**SG** PANINO **FAI DA TE**

**SG** SENZA GLUTINE 

## PANINO **FAI DA TE**

BASE — x1

- SALMONE AFFUMICATO
- GAMBERO POCHE'
- CALAMARI
- PULLED SALMON
- TONNO SCOTTATO
- FISH BURGER
- POLPO
- TARTARE DI TONNO

VERDURE — x1

- ZUCCHINE
- ASPARAGI
- FRIARIELLI
- MELANZANE
- SONGINO
- CAVOLO CAPPUCCIO

CREME E SALSE — x1

- CREMA DI AVOCADO
- CREMA DI PATATE
- PESTO DI PISTACCHIO
- CREMA DI PEPERONI
- CREMA DI ZUCCA
- SALSA YOGURT
- MAIONESE DI SOIA
- MAIONESE

FORMAGGI — x1

- SCAMORZA AFFUMICATA
- STRACCIATELLA DI BUFALA
- RICOTTA CREMOSA E OLIO

ALTRO — x1

- LARDO DI COLONNATA
- CIPOLLA CARAMELLATA
- MANDORLE
- UOVO
- GRANELLA PISTACCHIO
- POMODORI SECCHI

## STARTER

TO SHARE

**MISTO MAREA - 18**

**SC** ALICI DEL CANTABRICO - 12

**SC** INSALATA DI MARE - 11

**SC** POLPO E PATATE - 11

**SC** TARTARE SALMONE - 12

Tartare al coltello di Salmone norvegese con zucchine grigliate e salsa aromatizzata al lime e tè verde.

**SC** TARTARE GAMBERO - 12

Tartare di Gambero pochè accompagnata da ricotta fresca e crema di asparagi di mare

**SC** TARTARE TONNO - 12

Tartare di tonno pinna gialla accompagnata da Melanzane grigliate e pomodori secchi.

## PRIMI

FETTUCCINE CACIO E PEPE  
TARTARE GAMBERO LIME - 11

RAVIOLI SALMONE SALSA  
POMODORO CON SQUEEZE - 11

**SC** SENZA GLUTINE **AIC**

## SECONDI

**SC** POLPO - 16

Tentacolo di Polpo CBT, servito su hummus di ceci e asparagi scottati

**SC** TATAKI DI TONNO - 18

Trancio di tonno pinna gialla scottato con semi di sesamo, servito con giardiniera di verdure

## CONTORNI

**SC** PATATINE - 4,50

**SC** VERDURE GRIGLIATE - 4,50

## INSALATE

**SC** NORDICA - 11

Insalata mista, salmone, ricotta fresca, datterino giallo, mandorle tostate

**SC** MEDITERRANEA - 11

Insalata mista con alici, olive taggiasche, mozzarella di bufala, zucchine grigliate, semi di papavero

## FRITTI

NUGGETS DI MERLUZZO - 10

ALICI RIPIENE - 11

SQUID & CHIPS - 14

Calamaretti fritti con patatine

## PANINI

SERVITI CON  
PATATINE FRITTE  
O VERDURE

**MAREA - 14**

Pane Blu, Salmone, Songino,  
Crema di avocado, Stracciatella di bufala,  
Maionese, Salsa di soia

**PONENTE - 16**

Pane nero, Gambero Pochè,  
Crema di patate, Lardo di colonnata,  
Stracciatella di bufala

**ABISSO - 15**

Pane verde, Calamari fritti, Pesto di  
pistacchio, Peperoni saltati, Ricotta cremosa  
con olio sale pepe

**ATLANTIDE - 16**

Pane Classico, Pulled salmon,  
Zucchine, Crema di peperoni,  
Scamorza affumicata, Mandorle

**SCRIGNO - 18**

Pane Nero, Polpo, Friarielli,  
Crema zucca, Stracciatella di bufala

**ORIZZONTE - 14**

Pane Verde, Tartare di tonno, Melanzane,  
Pomodori secchi, Salsa yogurt, Taralli

**CAPITANO - 15**

Pane Classico, Salmone pulled, Rucola,  
Pomodoro ramato, Insalata russa,  
Salsa teriyaki

**ONDA - 15**

Pane bianco, Gamberetti cocktail,  
Cipolla Caramellata, Bacon

**VEGETARIANO - 11**

Melanzane, Songino, Insalata russa,  
Scamorza affumicata

## POKE

**SC** TUNA POKE - 11

Riso, Tonno, Ricotta, Mais,  
Salsa soia, Cipolla crispy

**SC** SALMON POKE - 11

Riso, Salmone, Crema avocado  
Salsa Teriyaki, Datterini,  
Edamame, Mandorla a fette

## DOLCI 6,50

TIRAMISU

FABULOUS CAKE  
(cioccolato)

CHEESECAKE

**SC** CANNOLO

BABA'

## MENU

**PICCOLI CORSARI**

PATATINE & BASTONCINI DI  
MERLUZZO - 10

## BEVANDE

ACQUA - 2,50

AMARI - 4

CAFFE' - 1,50

SOFT DRINKS - 3,50