



👁️ MENU' DEGUSTAZIONE 👁️

- ANTIPASTO -

HUMMUS ALLO ZATAR CON CROSTINI



- PRIMO -

FETTUCCHINE AL RAGU' DI SEITAN



- SECONDO -

LE POLPETTE CHE LA NONNA NON TI HA MAI FATTO



- DOLCE -

TORTA ROLLER



€20.00 A PERSONA/€24 CON CALICE DI VINO TRA QUELLI DEL GIORNO

N.B. IL MENU' DEVE ESSERE ORDINATO DA TUTTI I PRESENTI



PRIMA (Antipasti)

Hummus allo z'atar con crostini

6,00 €

Ingredienti: ceci, sesamo, olio extravergine, aglio, sale, limone, z'atar (sumac, semi di sesamo, timo)
(N.G. su richiesta)

Fagioli del purgatorio al limone e alloro

4,50 €

Ingredienti: fagioli tondini, alloro, limone, brodo vegetale, cipolla, sedano, carota, sale, olio extravergine di oliva **(N.G.)**

Dadolata di polenta biologica in salsa verde di valeriana

4,50 €

Ingredienti: polenta biologica (con grano saraceno) brodo vegetale, carote, anacardi, valeriana, olio extravergine di oliva **(N.G.)**

ORA (Primi)

Trofie al pesto di salvia ed anacardi

8,00 €

Ingredienti: trofie fresche di semola di grano duro, salvia fresca, anacardi, aglio, pepe nero, olio extravergine di oliva

Orecchiette alla crema di broccoletto con dadolata di pane fritto

8,00 €

Ingredienti: orecchiette fresche di semola di grano duro, broccoletti, aglio, peperoncino, olio extravergine d'oliva, besciamella vegetale, pane casareccio, sale

Fettuccine al ragù di seitan

8,00 €

Ingredienti: semola di grano duro, seitan biologico, pomodori pelati, sedano, carote, cipolla, seitan, alloro, pepe, prezzemolo, sale, olio extravergine di oliva

Riso integrale Ras El Hanout alle zucchine

7,50 €

Ingredienti: riso integrale, sedano, carote, cipolla, zucchine, miscela di spezie Ras El Hanout, semi di girasole, sale, olio extravergine di oliva **(N.G.)**

DURANTE (Secondi)

Burrito in salsa tex-mex

8,00 €

Ingredienti: fagioli neri, riso integrale, cipolla, peperoncino, peperoni, pomodori, salsa piccante, farina oo, insalata mista, sale, olio extravergine d'oliva

Zuccotto di lenticchie dall'andamento mediterraneo

7,50 €

Ingredienti: lenticchie rosse decorticate, sedano, cipolle, carote, farina di mais, olive nere, prezzemolo, capperi, sale, olio extravergine di oliva (N.G.)

Le polpette che la nonna non ti ha mai fatto

7,50 €

Ingredienti: pane casareccio, soia disidratata, prezzemolo, sedano, carota, cipolla, levistico, pepe, brodo vegetale, olio di arachidi, olio extravergine d'oliva, salsa di pomodoro, sale (la nonna non le ha mai fatte con questi ingredienti e, si, lo sappiamo...probabilmente, le faceva più buone lei)

Goulash di seitan -lupino

8,00 €

Ingredienti: seitan biologico di farina oo e farina di lupino, cipolla, salsa di pomodoro, patate, paprika dolce, cumino, vino rosso, maggiorana, sale, olio extravergine di oliva

CONTEMPORANEAMENTE (Contorni)

Verdura ripassata

4,50 €

Verdura a seconda della disponibilità, aglio, peperoncino, sale, olio extravergine di oliva (N.G.)

Patate al forno con salsa di aneto & semi di finocchio

4,50 €

Ingredienti: patate, besciamella vegetale senza glutine, aneto secco, semi di finocchio, sale, pepe, olio extravergine di oliva (N.G.)

DOPO (Dolci)

Torta Rollerball con yogurt di soia ai frutti tropicali , crema e panna vegetali 4,50 €

Ingredienti: yogurt di soia ai frutti tropicali e pesca amido, farina, olio di semi, zucchero, latte di soia, margarina vegetale, panna vegetale

Crespella sensibile senza zucchero 4,00 €

Ingredienti: farina, latte di soia, composta di fragole senza zucchero, succo d'agave

Crespella No Future 4,00 €

Ingredienti: farina, latte di soia, burro d'arachidi, spalmabile al cioccolato fondente, panna vegetale

Destroy! Mousse al burro di noccioline 4,50 €

Ingredienti: panna vegan, burro di noccioline, cioccolato, muesli

Coppa Cobram 4,00 €

Ingredienti: panna vegetale, cioccolato fondente, cacao, biscotto tipo digestive, caffè, liquore Caffè Borghetti

Per i dolci senza glutine vi preghiamo di avvisarci con sufficiente anticipo!

**Pane (a lievitazione naturale)
primo cestino libero, secondo 1€**

(N.G.) : piatto senza glutine

N.B. Il SoWhat?!? utilizza, quando possibile, prodotti biologici e verdure provenienti dall'orto di famiglia e/o a km zero