















20
21
















La piazzetta













Antipasti

  	POLPO SCOTTATO	14
	Polpo e hummus di edamame	
	TARTARE	10
	Ricciola, gambero rosso, pomodoro secco, pistacchio e olio agli agrumi	
  	POLPETTA	7
	Ceci, quinoa, carote, zucchine e maio all'avocado	
  	CAPRESE DI TONNO	8
	Tonno, fior di latte, pomodoro ramato e percoche	
  	FRITTURA	14
	Calamari, mazzancolle, zucchine e carote	
	PEPATA	8
	Cozze e pomodorino	

Poke

  	SALMONE	10
	Riso basmati, quinoa, edamame, melagrana e maio all'avocado	
  	TONNO	12
	Riso rosso, carote, zucchine, cavolo rosso e guacamole	
 		
 	SEITAN	10
	Riso rosso, carote, barbabietola, cetrioli, noci e maio alla soya	
  	POLLO	12
	Riso venere, fave, piselli, ravanelli, anacardi e honey mustard	

Insalate

  	PANZANELLA	8
	Melanzane al forno, cipolla rossa, fior di latte, crostini di pane, menta, basilico e aceto di mele	
  	ESTATE	9
	Lattuga, carote, cavolo rosso, mandorle, arance, yogurt greco e tarallo sbriciolato	
  	CAESAR	9
	Lattuga, pollo, uova sode, grana, dressing caesar e crostini	
	CANTALUPO	8
	Melone cantalupo, cetrioli e feta	

Panini

  	HAMBURGER	12
 	Bun, burger di pezzata rossa 200gr, cheddar, lattuga pomodoro verde, ketchup e cetriolini	
 	SPECIAL TWO	14
 	Bun, burger di pezzata rossa 200gr, capocollo, pomodoro secco, stracciatella, taralli sbriciolati e maio agli agrumi	
 	POLPO	13
 	Pane a lievitazione naturale, stracciatella, datterino rosso e giallo	
 	TONNO	12
 	Pane a lievitazione naturale, maio di melanzane, cavolo rosso e ricotta	
 	SCAMPO	13
 	Pane a lievitazione naturale, chutney di mango, salsa di sedano e misticanza	
 	SEITAN	10
	Pane a lievitazione naturale, melanzane, zucchine, misticanza e maio all'avocado	
 	CLUB SANDWICH	9
	Prosciutto cotto, guacamole, ceci, lattuga e ricotta	

Dolci

	FRUTTA DI STAGIONE	5
  	SEMIFREDDO AL CIOCCOLATO BIANCO	6
  	TIRAMISÙ	5
  	PASSIONATA AL MOSCATO DI TRANI	5
 		
  	ZUCCOTTO	5
		



ILVECCHIOEILMARE

www.vecchioeilmare.it

