

Be Light.....

- Insalata Balsamica** 12
Valeriana, spinaci, fiocchi di gorgonzola, pere, noci ed aceto balsamico
Balsamic Salad
Valeriana salad, spinach, gorgonzola cheese, pear, walnuts and balsamic vinegar
- Insalata Very Green** 14
Misticanza, salmone affumicato, formaggio cremoso, avocado, mela verde, semi misti e lime
Very Green Salad
Mixed salad, smoked salmon, cream cheese, avocado, green apple and mixed seeds and lime
- Insalata Profumo d'Estate** 13
Misticanza, pomodori cuore di bue, cipolla rossa, feta, cetrioli, olive taggiasche ed origano dell'Epomeo
Summer Salad
Mixed salad, tomatoes, red onion, feta cheese, cucumbers, black olives and oregano from Monte Epomeo
- Insalata Mediterranea** 15
Iceberg, tonno scottato fresco in crosta di pistacchi, arancia e finocchio
Mediterranean Salad
Iceberg, seared fresh tuna in pistachio rind, fennel and orange
- Caesar Salad** 14
Lattuga romana, pane croccante, scaglie di parmigiano, pollo grigliato, salsa di acciughe e bacon
Caesar Salad
Roman lettuce, crispy bread, slices of parmesan, grilled chicken, anchovies sauce and bacon

Sandwiches & Snack

- Zingara Ischitana** 14
Pane Ischitano tostato, mozzarella, pomodoro, prosciutto di Parma, iceberg, maionese e basilico
Zingara Sandwich
Ischia toasted bread, mozzarella cheese, tomatoes, Parma ham, iceberg, mayo and basil
- Club Sandwich** 15
Iceberg, petto di pollo, uova, maionese, bacon e pomodori
Club Sandwich
Iceberg salad, chicken breast, eggs, mayo, bacon and tomatoes
- Club Sandwich Vegetariano** 14
Iceberg, verdure grigliate, mozzarella di bufala, pomodori e salsa guacamole
Vegetarian Club Sandwich
Iceberg, grilled vegetables, buffalo mozzarella, tomatoes and guacamole sauce
- Cheeseburger** 16
Angus americano hamburger, formaggio, pomodoro, lattuga e maionese
Cheeseburger
American angus hamburger, cheese, tomatoes, spring onion, lettuce and mayonnaise
- Fish Burgher** 16
Hamburger di baccalà, battuto di pomodori confit, scarola riccia, bacon, maionese di yogurt ed erba cipollina
Fish Burgher
Codfish hamburger, confit tomato, endive, bacon and yogurt chives' mayo
- Frisella** 15
Biscotto di pane, pomodoro, tonno, olive e mozzarella di bufala
Frisella
Bread biscuit, tomato, tuna, olive and buffalo mozzarella

(Panini e sandwich vengono accompagnati con patatine fritte, maionese e ketchup)
(Sandwiches are served with French fries, mayo and ketchup)

The Choice is Yours.....

Puoi creare la tua poke bowl scegliendo dalla lista degli ingredienti 16
You can create your own poke bowl by choosing from a selection of ingredients

Cereali (1 elemento) *Cereals (1 choice)*

Cous Cous /*Cous Cous*
Farro biologico/ *Organic Spelled*
Riso Venere/*Venus Rice*
Riso Basmati/*Basmati Rice*

Pesce, carne o latticini (1 elemento) *Fish, meat or dairy products (1 choice)*

Salmone affumicato/*Smoked Salmon*
Gambari al vapore /*Steamed prawns*
Tonno scottato fresco /*Seared fresh tuna*
Pollo Grigliato /*Grilled chicken*
Mozzarella di Bufala /*Bufala mozzarella cheese*
Formaggio cremoso /*Cream cheese*

Verdure ed altro (3 elementi) *Vegetables and more (3 choices)*

Pomodori datterini rossi o gialli, Verdure miste di stagione, Olive nere taggiasche
Scaglie di parmigiano, Avocado, Sedano, Cetrioli, Mais, Asparagi, Rucola, Erba
cipollina, Ravanello, Arancia, Zest di limone e Zenzero

*Red or yellow Datterini tomatoes, Mixed seasonal vegetable, Black Taggiasca olives,
Parmesan flakes, Avocado, Celery, Cucumber, Corn, Asparagus, Rocket, Chives,
Radish, Orange, Lemon zest and Ginger*

Condimenti/Dressings

Olio di oliva, salsa di soia, wasabi, salsa tzatziki, salsa tartare, maionese allo zafferano,
limone, aceto di vino, aceto di mele, aceto balsamico
*Olive oil, soy sauce, wasabi, tzatziki sauce, tartare sauce, saffron mayonnaise, lemon,
wine vinegar, apple vinegar, balsamic vinegar*

Before or after...

- Carpaccio di Manzo Irlandese** con salsa di senape e maionese, frutta secca, insalate croccanti e scaglie di provolone del Monaco 15
Irish Beef Carpaccio with mustard and mayonnaise, dry fruit, green salad and slices of provolone del Monaco cheese
- Sashimi di Ricciola**, battuta di pomodoro, olive, capperi, olio al balsamico e crumble di pane all'acciuga 18
Yellowtail Sashimi, tomato, olives, capers, basil oil and anchovies' crumble
- Gazpacho di pomodoro**, caviale di melanzana, ricotta di Bufala, olio al basilico e pinoli tostati 15
Tomato Gazpacho eggplant caviar, buffalo ricotta, basil oil and toasted pine nuts
- Tagliatelle di seppia** su schiacciata di patate e olio al timo 16
Cuttlefish tagliatelle, mashed potatoes and thyme oil
- Tempura di vegetali** e salsa di soia allo zenzero 14
Vegetable Tempura with soya and ginger sauce

For Children

- Prosciutto crudo di Parma** e mozzarella di bufala Campana 18
Parma Ham with buffalo mozzarella
- Gnocchi di patate** con passato di pomodoro S.Marzano e provola affumicata 12
Potatoes "gnocchi" with "San Marzano" tomato sauce and smoked cheese
- Spaghetti al pomodoro fresco** 12
Spaghetti with fresh tomatoes
- Fish nuggets** croccanti e patatine fritte 18
Crispy fish nuggets and French fries

Dessert

Dolce del giorno
Cake of the day 10

Gelati e sorbetti
Ice creme and sorbet 8

Tagliata di frutta mista di stagione
Seasonal fruit salad 8