

BAIA DEL SOLE  
CHIC CALABRIA

LUNCH



## ANTIPASTI

### CASEARIO CALABRESE

CALABRIAN DAIRY

**Pecorino stagionato, caciocavallo della Sila,  
ricottina fresca e le nostre mostarde**

Aged pecorino, Sila caciocavallo cheese, fresh ricotta  
and our mustards

(allergeni / allergens 7)

**€ 13**

### SALUMI LOCALI

LOCAL SALAMI

**Soppressata del Monte Poro, capicollo magro,  
'nduja di Spilinga e prosciutto di suino nero dell'Aspromonte**

Soppressata from Monte Poro, capicollo magro (cured pork), 'nduja from Spilinga, and Aspromonte black pork prosciutto

**€ 16**

### CAPRESE

**Caprese con mozzarella fior di latte locale e pomodoro**

Caprese with local fior di latte mozzarella and tomato

(allergeni / allergens 7)

**€ 9**

### CRUDO E MELONE

**Prosciutto crudo di nero silano con melone**

Black Silan pork ham with melon

**€ 12**

MAIN COURSE

PASTA AI 3 POMODORI

THREE-TOMATO PASTA

**Belmonte, Cramara & Cuore di bue**

(elmonte, Cramara, and Beefsteak

(allergeni / allergens 1)

**€ 12**

SPAGHETTI ALLE VONGOLE

SPAGHETTI WITH CLAMS

**Spaghetti alle vongole veraci, pomodorini pachino  
e zeste di limone**

Spaghetti with clams, pachino cherry tomatoes and lemon zest

(allergeni / allergens 1,2,4,14)

**€ 18**

CHEESEBURGER CALABRO

**Pane del nostro forno, carne di podolica 200 gr,**

**guanciale di nero silano croccante,**

**scamorza affumicata del Poro, pomodoro e maionese, servito con patate  
chips**

Bread with 200 g podolica meat, crispy black silano pig cheek, local smoked  
scamorza cheese,

tomato and mayonnaise with potato chips

(allergeni / allergens 1,7)

**€ 16**

## TAGLIATA DI MANZO

SLICED BEEF

Tagliata di manzo, rucola, scaglie di caciocavallo  
e patate rustiche croccanti

Sliced beef, rocket lettuce, caciocavallo flakes  
and crispy rustic potatoes

(allergeni / allergens 7)

**€ 23**

## PESCATO DEL GIORNO ALLA GRIGLIA

GRILLED CATCH OF THE DAY

accompagnato da peperoni e patate

with bell peppers and potatoes

(allergeni / allergens 4)

**€ 28**

## GREEN CORNER

### GREEN GRILL

Grigliata di verdure di stagione del nostro orto  
e bruschetta di frisella integrale

Grilled seasonal vegetables from our garden and frisella bruschetta

(allergeni / allergens 1)

**€ 9**

### LA BAIÀ E IL SOLE

Insalata verde, olive al forno, pomodoro, capperi selvatici, tonno all'olio  
d'oliva, pane tostato e origano

Green salad, olives, tomato, capers, tuna in olive oil, toasted bread and oregano

(allergeni / allergens 1,4)

**€ 13**

### INSALATA TROPEANA

Cipolla rossa, pomodoro occhio di bue, olive "schiate", capperi, cetrioli, origano, basilico e pane tostato

Red onion, tomato, olives, capers, cucumber, oregano, basil and toast  
(allergeni / allergens 1)

**€ 12,5**

### PINSE

#### PINSA GOLOSA

Pomodoro giallo nostrano scottato e ricotta fresca locale

Seared yellow tomato and fresh local ricotta cheese  
(allergeni / allergens 1,7)

**€ 13**

#### PINSA SILANA

Mozzarella di Bufala, pomodoro rosso di Belmonte, basilico, prosciutto di nero silano

Bufala mozzarella, red Belmonte tomato, basil, black silan pork ham  
(allergeni / allergens 1,7)

**€ 16**

#### PINSA SAPORITA

Filetti di alici locali, fiocchi di burrata, fiori di zucca del nostro orto, pomodorino confit e basilico

Local anchovies, burrata flakes, courgette flowers from our garden, confit tomato and basil  
(allergeni / allergens 1,4,7)

**€ 19**

## LISTA ALLERGENI / ALLERGENS

I piatti somministrati possono contenere uno o più allergeni appartenenti alle 14 tipologie di allergeni indicate nell' all. II del Reg. UE 1169/2011, preghiamo I nostri gentili ospiti che soffrono di intolleranze alimentari o allergie, di informare il nostro personale di sala. Sarà nostra cura dare dettagliate informazioni sui singoli piatti e in caso di necessità sostituirli a richiesta.

The dishes may contain one or more allergens belonging to the 14 types of allergens according to the new regulations REG CE 1169/11, guests with food intolerances or allergies are pleased to inform us. Our dining room staff is available to explain the daily specials and advise you on the best local wine pairings.

- 1 Glutine e derivati
- 1 Cereals containing gluten and products thereof
- 2 Crostacei e derivati
- 2 Crustaceans and products thereof
- 3 Uova e derivati
- 3 Eggs and products thereof
- 4 Pesce e derivati
- 4 Fish and products thereof
- 5 Arachidi e derivati
- 5 Peanuts and products thereof
- 6 Soia e derivati
- 6 Soybeans and products thereof
- 7 Latte e derivati
- 7 Milk and products thereof (including lactose)
- 8 Frutta con guscio e derivati
- 8 Nuts and products thereof
- 9 Sedano e derivati
- 9 Celery and products thereof
- 10 Senape e derivati
- 10 Mustard and products thereof
- 11 Semi di sesamo e derivati
- 11 Sesame seeds and products thereof
- 12 Anidride solforosa e solfiti
- 12 Sulphur dioxide and sulphites
- 13 Lupini e derivati
- 13 Lupin and products thereof
- 14 Molluschi e derivati
- 14 Molluscs and products thereof

## ACQUA & CAFFÈ

Acqua Microfiltrata 75cl

Still/sparkling water 75cl

€ 2

Acqua Calabria 75cl

Still/sparkling water 75cl

€ 3,5

\* \* \*

## SOFT DRINK

Coca Cola / Coca Cola Zero

€ 3,5

Clemì aranciata di clementine di Calabria

€ 3

Gassosa / Cedrata / Chinotto Calabria

€ 3

Bergamotto Calabria

€ 4

Esthè Limone / Pesca

€ 3,5

\* \* \*

## BIRRE

Birra Cala Pecorello 75 Cl

Birrificio Cala, Italian Grape Ale 33

€ 33



**Birra Cala Greco Nero 75 Cl**  
Birrificio Cala, Italian Grape Ale 33  
**€ 33**

**Cunegonda**  
Birrificio Cunegonda, Pale Ale 6  
**€ 6**

**Omega Blanche**  
Birrificio Magna Grecia, Blanche  
**€ 6**

**Theta Golden Ale**  
Birrificio Magna Grecia  
**€ 6**

**Hera**  
Birrificio Gladium, Golden Ale  
**€ 8**

**Symphony**  
Birrificio Gladium, Belgiam Dark Strong Ale  
**€ 9**

**Nastro Azzurro alla spina 0,2/0,4**  
Peroni Premium Lager  
**€ 4 / 6**

**Birra Gluten Free**  
**€ 4**

**0% Alcool**  
**€ 4**

## COCKTAIL "I GRANDI CLASSICI"

Aperol Spritz/ Campari Spritz/Limoncello Spritz

€ 9

Negroni

€ 10

Americano

€ 9

Daiquiri

€ 11

Gin Fizz

€ 9

Caipirinha/Caipiroska

€ 10

Cuba Libre

€ 9

Long Island Ice Tea

€ 9

Margarita/Tommy's Margarita

€ 9

Mojito

€ 11

Moscow Mule

€ 10

## ALCOOL FREE

Virgin Mojito

€ 7

Cocktail alla frutta fresca

€ 7

**Red Sunset Calabria**  
Arancia, sciroppo di lamponi, soda e menta fresca  
**€ 7**

**Virgin La Baia e il Sole Cocktail Surprise**  
**€ 8**

\* \* \*

### WINE LIST

**Prosecco Mildosè doc Varaschin**  
**€ 6 / 26**

**Terre di Apollo bianco Antichi Vigneti Sculco**  
**€ 7 / 28**

**Critone Bianco Librandi 375ml**  
**€ 6 / 15**

**Terre di Apollo rosato Antichi Vigneti Sculco**  
**€ 7 / 28**

**Rosaspina rosato Spadafora**  
**€ 6 / 26**

**Terre di Apollo rosso Antichi Vigneti Sculco**  
**€ 7 / 28**

**Settechiese rosso Serracavallo**  
**€ 6 / 24**

