



PIATTI FREDDI

BACCALÀ MANTECATO SU CROSTINO DI PANE NERO DI SEGALE (AL PEZZO)		€2,50
INSALATA DI LEGUMI CON ACETO BALSAMICO E SEMI DEL BENESSERE - VEGAN		€5,50
INSALATA EBE (MISTA, STRACCETTI DI POLLO, CUBI DI PANE, PARMIGIANO REGGIANO E SALSA ALLO YOGURT)	 	€9,50
BRESAOLA CON SCAGLIE DI PARMIGIANO REGGIANO, RUCOLA E POMODORINI	 	€11,00
TARTARE DI SCOTTONA CON INSALATINA E PESTO AL PISTACCHIO	 	€12,00
"SPAGHETTI" DI ZUCCHINE ALL'ITALIANA		€7,50
"SPAGHETTI" DI CETRIOLO ALLA GRECA		€7,50
ACCIUGHE DEL MAR CANTABRICO CON BURRATA E PANE TOSTATO		€9,00

TAGLIERI E TAGLIERINI

MONICA (PER UNA PERSONA) - PROSCIUTTO DI PARMA, SQUACQUERONE E PIZZA FRITTA	 	€8,50
MONICA SBAGLIATO (PER UNA PERSONA) - PROSCIUTTO COTTO, PECORINO E PIADA	 	€8,00
MISTONE (MINIMO PER DUE PERSONE) - MISTO DI TRE SALUMI E TRE FORMAGGI CON PIADA	 	€20,00
DISTINTI SALUMI (PER DUE PERSONE) - MISTO DI SALUMI E PIADA		€18,00
DISTINTI SALUMI (PER UNA PERSONA) - MISTO DI SALUMI E PIADA		€11,00
FORMAGGIOSO (PER DUE PERSONE) - MISTO DI FORMAGGI CON CONFETTURE O MIELE		€20,00
FORMAGGIOSO (PER UNA PERSONA) - MISTO DI FORMAGGI CON CONFETTURE O MIELE		€10,00
MORTADELLA IGP E FOCACCIA AI 7 CEREALI		€6,00
PROSCIUTTO DI PARMA E PIZZA FRITTA	 	€7,50
PROSCIUTTO COTTO E PIADA		€6,00
PROSCIUTTO TOSCANO E PIADA		€6,00

PIATTI CALDI

PARMIGIANA DI MELANZANE	 	€7,50
CROSTINI MISTI	 	€5,00
CROSTINI CON FEGATINI	 	€5,50
PATATE AL FORNO - VEGAN		€5,00
VERDURE MISTE GRATINATE - VEGAN		€6,00
AJO' NACHOS	 	€5,50
BURGER DI LEGUMI CON INSALATA, MELA AL LIME E SALSA AGRODOLCE - VEGAN		€8,50
TOMINO AL FORNO CON VERDURE		€9,00
MACCHERONI ALLA CAPRESE GRATINATI	 	€7,00
POLPETTE DI MELANZANE E CECI CON SUGHETTO ROSSO		€8,50

FRITTI

POLLO CROCCANTE AL MAIS CON SALSA ALLA SENAPE		€7,50
PIZZA FRITTA E SQUACQUERONE		€6,00
POLPETTE CACIO E PEPE		€5,00
PIZZA FRITTA DELLA MARTA		€4,00
EBELLI (PASSATELLI FRITTI)		€5,00
EBELLI LIGHT (PASSATELLI FRITTI) - VEGAN		€5,00
PATATE DOPPIAEFFE - VEGAN		€5,00
COTOLETTE DI MELANZANE E ZUCCHINE		€5,50
FIORI DI ZUCCA PASTELLATI		€5,00

DOLCI

TORTA DI CAROTE		€4,50
TORTA DI ROBIOLA		€5,00
SCROCCADENTI CANTUCCI - VEGAN		€4,00
MOUSSE ALLO YOGURT		€5,00
MASCARPONE		€5,00
RICOTTA E FICHI CAMELLATI		€5,00
EBE SPECIAL (TORTA DI CAROTE CON MASCARPONE E CIOCCOLATO A SCAGLIE)		€7,50

ARACHIDI E DERIVATI

SNACK CONFEZIONATI, CREME E CONDIMENTI IN CUI VI SIA ANCHE IN PICCOLE DOSI



CROSTACEI

MARINI E D'ACQUA DOLCE: GAMBERI, SCAMPI, ARAGOSTE, GRANCHI E SIMILI

FRUTTA A GUSCIO

MANDORLE, NOCCIOLE, NOCI COMUNI, NOCI DI ACAGIU', NOCI PECAN, ANACARDI E PISTACCHI



GLUTINE

CEREALI, GRANO, SEGALE, ORZO, AVENA, FARRO, KAMUT, INCLUSI IBRIDATI DERIVATI

LATTE E DERIVATI

OGNI PRODOTTO IN CUI VIENE USATO IL LATTE: YOGURT, BISCOTTI, TORTE, GELATO E CREME VARIE



LUPINI

PRESENTI IN CIBI VEGAN SOTTOFORMA DI: ARROSTI, SALAMINI, FARINE E SIMILARI

MOLLUSCHI

CANESTRELLO, CANNOLICCHIO, CAPASANTA, COZZA, OSTRICA, PATELLA, VONGOLA, TELLINA, ECC.



SENAPE

SI PUÒ TROVARE NELLE SALSE E NEI CONDIMENTI, SPECIE NELLA MOSTARDA

PESCE

PRODOTTI ALIMENTARI IN CUI E' PRESENTE IL PESCE, ANCHE SE IN PICCOLE PERCENTUALI



SEDANO

SI TROVA IN PEZZI CHE ALL'INTERNO DI PREPARATI PER ZUPPE, SALSE E CONCENTRATI VEGETALI

SESAMO

SEMI INTERI USATI PER IL PANE, FARINE ANCHE SE LO CONTENGONO IN MINIMA PERCENTUALE



ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI

CIBI SOTT'ACETO, SOTT'OLIO E IN SALAMOIA, MARMELLATE, FUNGHI SECCHI, CONSERVE, ECC.

SOIA

PRODOTTI DERIVATI COME: LATTE DI SOIA, TOFU, SPAGHETTI E SIMILI



UOVA E DERIVATI

UOVA E PRODOTTI CHE LE CONTENGONO COME: MAIONESE, EMULSIONANTI, PASTA ALL'UOVO