

**ANTIPASTI & PIATTI FREDDI**

	Allergeni	euro
Antipasto di mare (5 tipologie di pesce)	[1-2-4-14]	10,90
Alici marinate, insalatina, crostini e panzanella	[1-4]	7,00
Insalata di mare su letto di patate tiepide e lattuga	[2-14]	7,50
Polipo scottato, olive taggiasche e patate tiepide	[2-14]	8,00
Arrostino di tacchino con radicchio, noci e scaglie di grana	[7-8]	7,00
Caprese e crudo (mozz.fior dilatte, pomodoro origano, prosciutto crudo)	[7]	8,00
Prosciutto e melone	[no all.]	7,50
Bresaola rucola, pendolini e scaglie di grana	[7]	7,00

**INSALATE**

Mediterranea – insalatona su crostone, lattuga, mozzarella, tonno, pomodorini, capperi, melanzane e peperoni sott'olio	[1-4]	8,00
Tradizionale – insalatona con tonno, olive, mozzarella, uova sode, lattuga, pomodoro a fette	[4]	7,50
Leggera – insalatona con tacchino alla griglia, pomodorini, zucchine crude, crostini, chips di mandorle	[1-8]	7,00

**BOWL**

QB Poke Bowl <u>Gamberi</u> – riso basmati, gamberi scottati, lattuga, fagioli rossi, ananas, peperoni sott'olio, zucchine crude	[2]	10,00
QB Buddha Bowl - riso integrale, ceci, carote bollite, rucola, olive, uova, arancia, noci, semi di Chia	[3-8]	8,00
QB Poke Bowl - riso basmati, salmone (crudo con sesamo e soia), melone, verdure crude (cavolo rosso e carote), avocado, semi	[4-6-8-11]	10,00
QB Chicken Bowl – cous cous, petto di pollo speziato, ceci, lattuga, pendolini, humus	[1-11]	10,00

**PIATTO VEGETARIANO**

Hamburger di spinaci, fagiolini ripassati, spinaci al vapore, crocchette di patate riso basmati alle verdure	[1-3]	10,00
--	-------	-------

**PRIMI PIATTI**

Passatelli alla pescatora con vongole, scampetti e pendolini	[1-2-3-7-8-14]	9,90
Chitarrine al ragù di mare	[1-3-4]	7,90
Ravioli di ricotta e spinaci con filetti di sogliola ( rosso)	[1-3-4-7]	8,90
Mezzemaniche con cozze, patate e pendolini	[1-14]	7,40
Maccheroncini pesto di ortaggi, pancetta e fiori di zucca	[1-7-8]	7,00
Gnocchi alla "Sorrentina"	[1-7]	7,40
Riso basmati saltato alle verdure	[6-9]	7,00

**SECONDI PIATTI**

Spiedini di calamari (2) e gamberi (1) con patate sabbiate al forno	[1-2-14]	9,40
Grigliata mista di pesce ( 5 pezzi)	[1-2-4-14]	12,00
Filetti di orata alla griglia con spinaci e patate sabbiate	[1-4]	10,90
Filetto di tonno al sesamo e insalatina	[4-6-11]	11,90
Fritto misto di gamberi e calamari con verdure julienne	[1-2-14]	10,90
Porzione di gamberoni in pasta Kataifi con salsa agrodolce e letto di lattuga ( 4 pezzi)	[1-2-14]	8,00
<b>New</b> - Tataki di tonno con salsa guacamole, insalata valeriana, pendolini, ananas	[4-6-9]	11,90
Tagliata di controfiletto con rucola e scaglie di grana	[7]	11,90
Polpettone al forno, ripieno di verdure con patate al forno	[1-3-7]	7,50
Filetti di branzino alla griglia con insalatina	[1-4 ]	8,40
Petto di tacchino alla griglia con insalata	[no all.]	7,00

### CONTORNI & FRITTI

Spinaci al vapore olio e sale	[no all.]	4,00
Bietole e Cicorie (250 grammi)	[no all.]	4,00
<b>New</b> - Insalata di ceci, rucola e pendolini	[no all.]	4,00
Insalata mista	[no all.]	3,00
Olive all'ascolana o Mozzarelle panate o Polpette di melanzane	[1-3-6-7]	4,00
Verdure grigliate	[no.all.]	4,00
Patate schiacciate con pancetta	[no all.]	4,00
Patatine fritte	[no all.]	4,00
Fiori di zucca ripieni di acciughe pastellati e fritti (cadauno)	[1-3- 4-7]	2,00
Piadina vuota	[1-7]	1,50
Piadina integrale	[1-7]	1,50

### DOLCI, GELATI & SORBETTI

Yogurt bianco / frutti di bosco / granella nocciole/ cioccolato	[1-3-7]	3,00
Gelato fiordilatte con frutti di bosco	[1-3-7]	3,00
Sorbetto al pistacchio / caffè	[1-3-7]	2,50
Torta crema e pinoli	[1-3-6-7-8]	3,00
Tortino con cuore caldo al cioccolato	[1-3-6-7-8]	3,00
Coppa golosa alle pesche, con amaretti e cioccolato	[1-3-6-7-8]	3,00
Tiramisù	[1-3-6-7-8]	3,00
Panna cotta ( <b>fatto da noi</b> ) caramello/cioccolato/frutti bosco	[1-7]	2,50
Salame al cioccolato ( <b>fatto da noi</b> )	[1-3-7-8]	3,00
Crostata vegana	[1-3-7-8]	2,50
Macedonia	[no all.]	3,50
Porzione di ananas / melone / cocomero	[no all.]	3,50

### MENU COMPLETO **13,50 euro**

con Primo piatto, Secondo con contorno oppure Piatto freddo, a scelta fra:

#### PRIMI PIATTI

Penne al pomodoro	[1-7]
Mezzemaniche con cozze, patate e pendolini	[1-14]
Maccheroncini pesto di ortaggi, pancetta e fiori di zucca	[1-7-8]
Riso basmati saltato alle verdure	[6-9]

#### SECONDI PIATTI & PIATTI FREDDI

Alici marinate, insalatina, crostini e panzanella	[1-4]
Prosciutto e melone	[no all.]
Caprese (mozzarella e pomodoro)	[7]
Arrostino di tacchino con radicchio, noci e scaglie di grana	[7-8]
Polpettone al forno, ripieno di verdure con patate al forno	[1-3-7]
Filetto di branzino alla griglia con insalatina	[1-4 ]
Petto di tacchino alla griglia con insalata	[no all.]

**Per prenotazioni telefona al: 389 920 39 12 o scrivici su WhatsApp**

**Menù disponibile anche da asporto o consegnato, utilizza la nostra App "qb quantobasta" per ordinare. Non ci sono sovrapprezzi per la consegna**