



MENU

PRIMAVERA / ESTATE

LUN/SAB 12.00-15.00
MAR/SAB 18.30-23.00

 @muzzi_saladbar  @muzzisaladbar

Wifi: Vodafone MUZZI Psw: Sottocorno19

LUNCH

LUN/SAB 12.00-15.00

*Potete richiedere la vostra insalata con il condimento a parte per poterla mangiare o a cena o il giorno seguente

I PRIMI

- MISS Q.** - Riso Integrale Basmati alla curcuma / Avocado Feta / Cipollotto / Pomodoro / Capperi di Filicudi / Lattuga / Tarassaco / Menta / Mandorle | **Dressing:** Olio evo / Zenzero / Soya / Lime / Aceto mele **Euro 9**
- FREGOLE SARDE** - Alici di Cetara / Olive taggiasche / Capperi di filicudi / Pomodori secchi di Sicilia / Cipolla / Basilico / Pepe / Burrata affumicata **Euro 8,50**
- COUS COUS DI VERDURE** **Euro 8,50**

LE VERDI

- MUZZI** - Lattuga / Rucola / Mela fuji / Feta / Pinoli / Anacardi / Semi di papavero / Semi di canapa / Erba cipollina / Uovo sodo / Aneto | **Dressing:** Olio EVO / Sale rosa/ limone **Euro 10**
- FILICUDARA** - Patata / Pipolla / Pomodoro / Capperi di Filicudi / Basilico / Olio evo **Euro 8**
- GRECA** - Lattuga / Pomodori / Cetrioli / Olive / Cipolla / Feta | **Dressing:** Origano / Olio evo / Sale **Euro 8**

LE PROTEICHE

- HEIDI** - Insalata di lenticchie / Mele Golden / Riccioli di sedano / Carote / Cipollotti / Nocciole / Olive taggiasche / Pomodori secchi / Santoreggia / Sommaco | **Dressing:** Olio evo / Sciroppo d'acero / Origano / Peperoncino Urfa Biber / Zenzero **Euro 11**
- LADY THAI** Pollo al curry / Zucchine / Carote / Coriandolo / Lattuga / Cicorino fine / Semi di cumino / Anacardi / Semi di nigella **Euro 12**
- SALMON**- Lattuga / Rucola / Salmone cotto alle erbe / Pomodorini / Avocado / Erba cipollina / Semi di papavero / Semi di sesamo | **Dressing:** Olio di sesamo / Soya / Olio evo / Limone **Euro 12**
- MAROCCO** - Ceci / Rucola / carote / feta / menta/mandorle/coriandolo/olio evo/paprika / cumino/tahina **Euro 10**

* Tutti i nostri prodotti sono lavati appositamente per donne incinta.

** Coperto Euro 2,00 - servizio al tavolo / pane di CROSTA / Olio evo Azienda Agricola 17 Tomoli, Puglia

LUNCH

GLI SFIZI

- **VEGGIE ROLLS** - Carote / Peperoni / Avocado / Zucchine / Insalata / Menta | **Salsa:** Crema di arachidi / Zenzero **Euro 4**
- DUMPLINGS SICILIA** - Crema di melanzane / Burrata affumicata / Pomodori secchi / Zeste limone **Euro 5**
- **CREMA** di Ceci **Euro 3**
- **CREMA** di Avocado **Euro 3**
- **CREMA** di Melanzane in stile Babaganoush **Euro 3**

I TOAST

- HUMMUS TOAST** - Crema di ceci / Salvia / Alici marinate **Euro 6**
- AVO TOAST** - Crema di avocado / Uovo sodo / Feta / Rucola / Crumble di nocciole / Mitmita **Euro 7,50**
- SOGNO DI UNA NOTTE DI MEZZA ESTATE** - Caprino / Pesche marinate in aceto balsamico **Euro 6**
/ Cipolla di Tropea / Cardamomo / Menta
- SALMON TOAST** - Uovo sodo / Mayo veg ai capperi / Salmone cotto alle erbe / Aneto **Euro 7,50**
- SICILIA MIA** - Crema di melanzana in stile babaganoush / Pecorino / Menta **Euro 6**
- **PAN Y TOMATE** - Pomodoro / Olio evo/ Sale **Euro 6**

*Potete richiedere il pane Gluten Free | 0.50 cent

LE VELLUTATE

- **SWEET ORANGE** - Carote / Zenzero / Porro / Curcuma / Peperoncino urfa biber / Nocciole piemontesi / Dukkah **Euro 7**
- LEGGERA E SPENSIERATA** - Zucchine / Cipollotto di Tropea / Prezzemolo / Timo / **Euro 7**
Basilico / Blu di Capra / Semi di Nigella, Girasole, Zucca

DOLCI

- CHEESECAKE** agli Agrumi/ Pesche / Pepe di Timut **Euro 5**
- GELO** di Pesche / Menta **Euro 5**

* Tutti i nostri prodotti sono lavati appositamente per donne incinta.

** Coperto Euro 2,00 - servizio al tavolo / pane di CROSTA / Olio evo Azienda Agricola 17 Tomoli, Puglia.

APERITIVO - CENA

MAR/SAB 18.30 - 23.00

I ROLLS (mini-burrito)

- **RICE VEGGIE ROLLS** - con salsa di Crema di arachidi e zenzero **Euro 4**
- RICE SALMON ROLLS** - con salsa di Crema di arachidi e zenzero **Euro 5**
- ROLL MAROCCO** - Crema di ceci / Paprika affumicata / Cumino / Caprino / Carote / Menta / Mandorle **Euro 5**
- ROLL THAI** - Pollo al curry / Cocco / Zucchine / Carote / Coriandolo / Lattuga **Euro 5**
- **ROLL INDIA** - Lenticchie Tandoori e zenzero / Patata / Riso basmati alla curcuma / Cipolla / Coriandolo **Euro 5**

I TAGLIERI

- Bresaola Di Suino / Caprino Agli Agrumi / Crema Melanzane / Mandorle **Euro 10**
- Fiocco Di Prosciutto Crudo / Pesche Al Cardamomo / Burrata Affumicata **Euro 10**
- Bresaola Di Suino / Fiocco Di Prosciutto / Salamino **Euro 10**

LE CREME

- **CREMA Di Avocado** **Euro 4**
- **CREMA Di Ceci** **Euro 4**
- **CREMA Di Melanzane In Stile Babaganoush** **Euro 4**
- **CREMA Di Lenticchie Al Tandoori** **Euro 4**

LE INSALATE

- **MUZZI** - Lattuga / Rucola / Mela fuji / Feta / Pinoli / Anacardi / Semi di papavero / Semi di canapa / Erba cipollina / Uovo sodo / Aneto | **Dressing:** Olio EVO / Sale rosa / Limone **Euro 10**
- **HEIDI** - Insalata di lenticchi / Mele Golden / Riccioli di sedano / Carote / Cipollotti / Nocciole / Olive taggiasche / Pomodori secchi / Santoreggia / Sommaco **Euro 10**
| **Dressing:** Olio evo / Sciroppo d'acero / Origano / Peperoncino Urfa Biber / Zenzero

LE VELLUTATE

- **SWEET ORANGE** - Carote / Zenzero / Porro / Curcuma / Peperoncino urfa biber / Nocciole piemontesi / Dukkah **Euro 7**
- LEGGERA E SPENSIERATA** - Zucchine / Cipollotto di Tropea / Prezzemolo / Timo / Basilico / Blu di Capra / Semi di Nigella, Girasole, Zucca **Euro 7**

* Tutti i nostri prodotti sono lavati appositamente per donne incinta.

** Coperto Euro 2,00 - servizio al tavolo / pane di CROSTA / Olio evo Azienda Agricola 17 Tomoli, Puglia.

MUZZI