



PLATO[®]
CHIC SUPERFOOD

Lunch Menu

I Veli salati

Perfetti per iniziare il pasto.

Matcha Salmon

Bis di veli con salmone fresco, tagliatelle di finocchio croccante e salsa Plato al the matcha

Il Gambero e lo Shitake

Bis di veli con gamberi scottati, funghi shitake croccanti, lamelle di mandorla, purè di patata viola e profumo di lime

Manzo e Pak Choi

Bis di veli con manzo speziato, cavolo pak choi, crema al sesamo e mirtilli freschi

Tre crunch di verdure

Bis di veli con cous cous croccante di cavolfiore, pesto di prugne e noci di macadamia.
Un consiglio: arricchiscilo con scaglie di Parmigiano Reggiano

Tacchino 73°

Bis di veli con tacchino al limone cotto a bassa temperatura, sedano, insalata e salsa di patate dolci

Starters

Ideali per iniziare la degustazione da Plato.

Trittico Autunnale

Con tartare fine di avocado, spuma di robiola e cavolo nero con olio EVO e sale maldon leggermente affumicato

Pan di Plato

Focaccia 100% integrale macinata a pietra e lievitata quattro volte, crema di avocado, olive taggiasche, crema di caprino e sale maldon

I Veli dolci

Perfetti per concludere il pasto.

Sorrento

Bis di veli con tris di arancia: tagliata a vivo, essicata e in marmellata. Serviti con granella di noci di Sorrento

Il Moro

Bis di veli con crema di nocciole fatta in casa, senza latte, e frutti di bosco freschi

Omaggio a Milano

Bis di veli con crema pasticcera allo zafferano, crudité di mela cotogna e profumo di zenzero e cannella freschi

Cosa sono i Veli?

I Veli sono sottili sfoglie di farine speciali, prive di lievito e glutine, che contengono tesori alimentari golosi e utili al tuo benessere: **i superfood**.

Cosa sono i Superfood?

I superfood sono **alimenti naturali** ricchi di nutrienti utili al nostro fabbisogno giornaliero di vitamine, minerali, antiossidanti e fibre. Questi **concentrati di benessere**, insieme ad una dieta varia e rispettosa della stagionalità degli ingredienti, regalano **l'energia** e **la concentrazione** necessarie ad affrontare le sfide di ogni giorno.

Alcuni prodotti freschi vengono sottoposti ad abbattimento rapido di temperatura, come descritto nelle procedure del Manuale di Gestione della Sicurezza Alimentare mediante Sistema HACCP ai sensi del Reg. CE 852/04 e Reg. CE 853/04.

Merluzzo e crostacei possono essere abbattuti a bordo ai sensi del Reg. CE 853/04.

I Piatti Unici

Una ricercata selezione di piatti unici ricchi di superfoods.
Ogni portata è cucinata al momento dell'ordine.

Tagliatelle & Tartare

Le nostre originali tagliatelle verdi di moringa con crema di cavolfiore, champignon, tartare fina di manzo in crudità e polvere alla pizzaiola

Stufato non Stufato

Morbidissimo scamone di manzo cotto a 57° per 3 ore con crema di topinambur e moringa, la sua salsa, crudità di finocchi e spadellata di champignon

Gnocchi Autunno/Inverno 2018

Gnocchetti viola con estratto di barbabietola e farina di teff, ricciola con le sue due consistenze e pak choi

Salmone all'Orientale

Spiedo di salmone al lemongrass, riso nero venere arrostito alle verdure, fonduta di sedano, rapa e curry

Spaghetto al Super pomodoro

Spaghetti alla chitarra con salsa di pomodoro non soffritto, montato con olio a crudo e pomodoro del piennolo dop. Servito con lamelle di mandorle

Il Pollo e le Tre Zucche

Petto di pollo croccante, semi di zucca arrosto e zucca alla barbabietola con radicchio tardivo in agrodolce

La Vellutata...

Vellutata di verdure fresche del giorno

Uovo 62/60

Uovo cottura perfetta - 62°C per 60 minuti - spaghetti di verdure con pesto di spinacino e agretto di lamponi

...E la Zuppa

Zuppa di cereali con fagioli borlotti e castagne arrostate

Pacchero e Mare d'Inverno

Mezzo pacchero ai semi di lino con gamberi cotti e crudi, carciofi saltati e crudità di carciofi

Contorni

Scarola al vapore con olio, uvetta, pinoli e acciughe

Carciofi scottati al rosmarino

Misticanza di verdure con finocchi e i tre semi

Business Lunch

Bis di Veli a scelta, una scelta tra le Proposte di Plato, acque aromatizzate e non, caffè espresso

Per la tutela della salute del consumatore, i prodotti della pesca somministrati crudi o praticamente crudi in questo esercizio (es: crudi, marinati, affumicati), sono sottoposti ad abbattimento rapido di temperatura ai fini sanitari, ai sensi del Reg. CE 853/04 e della Circolare Ministero della Salute 17/02/2011.

Il consumatore è pregato di comunicare al personale di sala la necessità di consumare alimenti privi di determinate sostanze allergeniche prima dell'ordinazione.