

## Starters

### Matcha Salmon

**Bis di veli®** con salmone fresco, tagliatelle di zuccina croccante e salsa Plato al the matcha **8**

### Manzo e Pak Choi

**Bis di veli®** con manzo speziato, cavolo pak choi, crema al sesamo, mirtilli freschi e olio profumato al rosmarino **8,5**

### Plato's Caesar

**Bis di veli®** con tacchino al limone cotto a bassa temperatura, sedano croccante, insalata, crema di parmigiano e crostini, culatello croccante **10,5**

### Plato Salad

Foglie di insalata di stagione con crema di caprino e curcuma, tempeh, noci al miele, finocchi **9,5**

### Plato Caesar Salad

Insalata di stagione, pollo cotto a bassa temperatura, sedano croccante, insalata, scaglie di parmigiano, crostini e Caesar dressing **10,5**

### Tartare di Manzo

Tartare di manzo ai superfood con crema di pomodorino confit e ruculetta **11**

### Tartare Salmone e Avocado

Tartare di salmone con crema di avocado e riduzione di aceto invecchiato **12**

## Pan di Plato®

### Tartare & Pomodorini

**Focaccia 100% integrale** con tartare di manzo ai superfood, crema di pomodorino confit, ruculetta e scaglie di parmigiano vacche rosse **13**

### Pan di Plato® Caesar

**Focaccia 100% integrale** macinata a pietra e lievitata quattro volte con pollo cotto a bassa temperatura, sedano croccante, insalata, scaglie di parmigiano **12**

### Avocado & Salmone

**Focaccia 100% integrale** con crema di avocado, salmone e riduzione di aceto invecchiato **13**

### Pan di Plato® Primavera

**Focaccia 100% integrale** macinata a pietra e lievitata quattro volte con robiola viola, piselli e i loro germogli, pomodoro concassè con basilico e pinoli **11**

## Benvenuto nel Superfood!

Con Plato® la tradizione Italiana si fa **Super**, creiamo e rivisitiamo ricette tipiche della nostra cucina con alimenti super ricchi di nutrienti e con tecniche di cottura che ne esaltandone il gusto grazie alla fantasia e all'esperienza dei nostri Chef.

Il menù che stai sfogliando è lo specchio della nostra ricerca e del rispetto della **stagionalità degli alimenti**: cambiamo spesso i nostri piatti, per questo non troverai un elenco di proposte troppo lungo.

Non è facile cucinare con **semplicità**: cerchiamo di modificare il meno possibile le materie prime, per non farti perdere il gusto dei sapori originari di ciascun alimento.

## Primi Piatti

### Spaghetti al Super pomodoro

Spaghetti di farro integrale con salsa di pomodoro montato con olio a crudo e pomodoro del Piennolo DOP.

Servito con lamelle di mandorle **11**

### Raviolo Surprise

Con sorpresa. Il nostro raviolo di lenticchie con ripieno liquido di broccolo, tempeh croccante in açai e cedro, nota di piccante **13**

### Super Carbonara

La tradizione diventa *super* con uovo cotto a bassa temperatura, pepe sichuan, culatello croccante e parmigiano vacche rosse **14,5**

### Tagliatelle & Tartare

Le nostre originali tagliatelle verdi di moringa con fagiolini cotti e crudi, tartare fine di manzo in crudité e polvere alla pizzaiola **14,5**

## Secondi Piatti

### Super Cotoletta

La tradizionale cotoletta di vitello diventa *super*: cotta con burro chiarificato, ripassata in forno con semi di lino e accompagnata da rucola e pomodorini **22**

### Polpo Purple

Polpo in osmosi con crauto viola, poi cotto al vapore e accompagnato da taccole baby scottate, semi di sesamo nero, chips di kale e hummus di ceci **20**

### Il Pollo e l'Americana

Petto di pollo croccante, con funghi champignon saltati e patata dolce arrostita **15**

### Il Manzo all'Equatore

Morbidissimo scamone di manzo cotto a 57° per 3 ore con crema di piselli e moringa, cipolla di Tropea e rondelle di patate arrosto **22**

### Tonno d'Oriente

Tonno scottato con semi di lino dorati croccanti, spaghettoni di verdure di stagione, salicornia, pesto classico e salsa Platonnaise, la maionese di Plato al wasabi **20**

### Crunchy Spigola

Spigola croccante con semi di sesamo nero, zucchine trifolate e vellutate di verdure di stagione **18**

## Contorni

Stick di patata americana arrosto     
con olio al timo. *Leggere senza sensi di colpa* **5**

Biete saltate **5**   

Misticanza di verdure     
con finocchi e i tre semi **4,5**

## Legenda



Vegetarian



Vegan



No Lattosio



Gluten Sensitivity\*

\*Non possiamo garantire l'assenza di contaminazione da glutine

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. 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.