

## Piatti unici

### Matcha Salmon

Tris di veli® con salmone fresco, tagliatelle di zuccina croccante e salsa Plato al the matcha **11**

### Manzo e Bieta

Tris di veli® con manzo speziato, bieta colorata, crema al sesamo, mirtilli e olio profumato al rosmarino **11,5**

### Plato's Caesar

Tris di veli® con pollo 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 riso rosso, maionese vegana al wasabi, pesto di basilico e sedano **12,5**

### Tartare Salmone e Avocado

Tartare di salmone con riso rosso, crema di avocado e riduzione di aceto ai frutti di bosco **12**

### 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**

### Pan di Plato® Vegetariano

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 esaltano 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.*

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 Polpo, tonno 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 comunicar al personale di sala la necessità di consumare alimenti privi di determinate sostanze allergeniche prima dell'ordinazione.

## Fresh Bowl

### Fresh Salmon bowl

Bowl con Salmone riso rosso, misticanza, avocado, carote finocchi e mix di semi, servito con salsa platonnayse e agretto **12**

### Fresh Prawn bowl

Bowl con Gamberi, riso rosso, mela, carote, misticanza, finocchi e mix di semi, servito con salsa platonnayse **12**

## Primi Piatti

### Spaghetto al Super pomodoro

Spaghetti di farro integrale con salsa di pomodoro montato con olio a crudo. Servito con lamelle di mandorle **11**

### Super Carbonara

La tradizione diventa super con uovo cotto a bassa temperatura, pepe sichuan, culatello croccante e parmigiano **13,5**

### Risotto Cavolfiore e Castagne

Riso Carnaroli mantecato con cavolfiore, crema di castagne e granella di nocciole **12**

### Maccherone e Mare d'Autunno

Maccheroni di moringa con gamberi cotti e crudi, biette colorate saltate e crema di zucchine **13**

## Secondi Piatti

### Cotoletta Superfood

La tradizionale cotoletta di vitello diventa *super*, cotta con burro chiarificato, impanata con cereali multiproteici e accompagnata da rucola e pomodorini **22**

### Il Pollo e l'Americana

Petto di pollo croccante con funghi champignon saltati e patata dolce arrostita **13**




### Salmone all'Orientale

Spiedo di Salmone croccante con riso rosso arrostito alle verdure, fonduta di sedano rapa e curry **18**

### 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**   

Zucca al forno con frutta secca **5**   

Bieta colorata saltata in padella **4**   

## Legenda



Vegetarian



Vegan



No Lattosio



Gluten Sensitivity\*

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