

SOULGREEN

LA PROPOSTA DEL NOSTRO FISH MENÙ

AVOCADO SLICE & BEETROOT SALMON

Avocado a fettine con salmone marinato alla barbabietola

Preparazione:

Disporre l'avocado ed il salmone marinato alla barbabietola in un piatto piano e condire con semi e melograno.

Ingredienti:

avocado, salmone, barbabietola, melograno, pistacchi, lime, sale maldon, zucchero, semi vari.

AMBERJACK CEVICHE

Freschissima ricciola marinata con passion fruit, accompagnata da Letche de Tigre, una salsa di origine peruviana dal gusto deciso

Preparazione:

Riporre la tartare di ricciola in un piatto fondo ed aggiungere il "Letche de Tigre". Concludere l'impattamento con il passion fruit, il peperoncino ed il coriandolo. Consigliamo di consumare freddo.

Ingredienti:

ricciola, limone, lime, cipolla, sedano, olio extra vergina di oliva, sale maldon, passion fruit, peperoncino, coriandolo.

RISOTTO PORCINI

Cremoso risotto con freschissimi funghi Porcini in meno di 10 minuti

Preparazione:

In una pentola portare a bollore il brodo. In una casseruola a parte mettere il riso e aggiungere brodo all'occorrenza. Una volta raggiunta la cottura desiderata, aggiungere la crema di porcini. Mantecare ed aggiustare a piacere con sale e pepe.

Ingredienti:

riso baldo, porcini, cipolla, timo, aglio, sale, pepe, olio extra vergine di oliva.

GRILLED OCTOPUS

Polpo grigliato con crema di zucchine aromatizzata alla curcuma e pomodori

Preparazione:

Portare a bollore dell'acqua. Spegnerne la fiamma ed immergere per 10 min. il polpo e la crema, ancora nei sacchetti sottovuoto chiusi. Estrarre i sacchetti dall'acqua e aprirli. In un piatto fondo versare la crema ed adagiare sopra il polpo. Guarnire e servire.

Ingredienti:

polpo, zucchine, curcuma, patate, olio extra vergine di oliva, zucchero, aglio, sale, pepe, timo, brodo vegetale, pistacchio, pomodori e pomodori secchi.

CHEESECAKE AL LAMPONE

Fresca e cremosa cheesecake a base di anacardi al gusto di lampone, su una base di mandorle e avena, ricoperta di frutti rossi

Ingredienti:

farina di mandorle, farina di avena, zucchero di canna, olio di cocco, sale, anacardi, burro di cacao, limone, latte di cocco, sciroppo d'acero, lamponi, amido di mais.

RICETTA VEGAN

MANDARINI E FRUTTA SECCA

Non possono mancare sulla vostra tavola!

100% GLUTEN FREE

€ 55/PERSONA

Conservare tutte le preparazioni in frigorifero. A busta chiusa puoi conservare in frigo per massimo 3 giorni. Una volta aperta la busta sottovuoto consumare entro 24 ore.

 Vegan

 Gluten Free

SOULGREEN

LA PROPOSTA DEL NOSTRO VEGAN MENÙ

AVOCADO SLICE

Avocado a fettine con melograno, pistacchio e semi vari.

Preparazione:

Disporre l'avocado in un piatto piano e condire con i semi ed il melograno in dotazione.

Ingredienti:

avocado, lime, melograno, pistacchi, sale maldon, semi vari.

LEBANESE STYLE EGGPLANT

Melanzane alla libanese, accompagnate da Hummus di ceci e crostoni di pane ai semi

Preparazione:

Al centro di un piatto versare l'hummus e con l'aiuto di un cucchiaino creare una base d'appoggio per le melanzane. Aggiungere le melanzane al centro del piatto e posizionare il pane tostato attorno all'hummus. Terminare con un filo d'olio extra vergine d'oliva.

Ingredienti:

ceci, sesamo, limone, cumino, sale, coriandolo, melanzane, olio, pomodori, paprika, pane con semi misti.

RISOTTO PORCINI

Cremoso risotto con freschissimi funghi Porcini in meno di 10 minuti

Preparazione:

In una pentola portare a bollire il brodo. In una casseruola a parte mettere il riso e aggiungere brodo all'occorrenza. Una volta raggiunta la cottura desiderata, aggiungere la crema di porcini. Mantecare ed aggiustare a piacere con sale e pepe.

Ingredienti:

riso baldo, porcini, cipolla, timo, aglio, sale, pepe, olio extra vergine di oliva.

GRILLED TOFU AND MUSHROOMS

Tofu grigliato con funghi, crema di zucchine e pomodori confit

Preparazione:

Portare a bollire dell'acqua. Spegnerla la fiamma ed immergere per 10 min. il tofu, i funghi porcini e la crema, ancora nei sacchetti sottovuoto chiusi. Estrarre i sacchetti dall'acqua e aprirli. In un piatto fondo versare la crema e poi appoggiare sopra il tofu e i funghi porcini. Guarnire e servire.

Ingredienti:

tofu, funghi porcini, zucchine, curcuma, patate, olio extra vergine di oliva, zucchero, aglio, sale, pepe, timo, brodo vegetale, pistacchio, pomodori e pomodori secchi.

CHEESECAKE AL LAMPONE

Fresca e cremosa cheesecake a base di anacardi al gusto di lampone, su una base di mandorle e avena, ricoperta di frutti rossi

Ingredienti:

farina di mandorle, farina di avena, zucchero di canna, olio di cocco, sale, anacardi, burro di cacao, limone, latte di cocco, sciroppo d'acero, lamponi, amido di mais.

RICETTA VEGAN

MANDARINI E FRUTTA SECCA

Non possono mancare sulla vostra tavola!

€ 40/PERSONA

Conservare tutte le preparazioni in frigorifero. A busta chiusa puoi conservare in frigo per massimo 3 giorni. Una volta aperta la busta sottovuoto consumare entro 24 ore.

 Vegan

 Gluten Free