

# INGRAVITA CARTA

# POKE

## ELS NOSTRES POKES

### TOP AL SALMÓ

Arròs blanc + mescla de verds + salmó + alvocat + edamame + wakame + tomàquet cherry + llavors de sèsam + pipes de girasol + salsa ponzu

### TUNA A VISTA

Arròs blanc + arròs negre + tonyina + col lombarda + pastanaga + raves + alga nori + ceba confitada + sal de sèsam + salsa teriyaki

### TOFU POWER

Mescla de verds + quinoa + tofu + alvocat + edamame + wakame + cogombre + carbassó + pipes de carbassa + salsa de soja

### CHICKEN CLIMB

Arròs blanc + pollastre + tomàquet cherry + pastanaga + pinya + remolatxa + ceba cruixent + llavors de sèsam + salsa mostassa i mel

## MONTA'L TU!

### 1 / BASE (màxim 2)

Arròs blanc / Arròs negre / Quinoa / Mescla de verds

### 2 / PROTEÏNA (màxim 2)

Tonyina / Salmó / Pollastre / Tofu

### 3 / COMPLEMENTS (màxim 4)

Edamame / Alvocat / Pastanaga / Wakame / Cogombre / Col lombarda / Tomàquet cherry / Carbassó / Ceba confitada / Raves / Germinats / Pinya / Mango / Remolatxa

### 4 / TÒPPINGS (màxim 2)

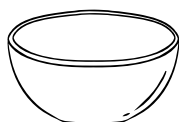
Llavors / Alga nori / Ceba cruixent / Sal de sèsam

### 5 / SALSA (màxim 1)

Teriyaki / Siracha i maionesa / Mostassa i mel / Ponzu



**GRAN**  
11,80 €



**MITJÀ**  
9,80 €



**INFANTIL\***  
6,90 €

- Opció per emportar
- Consulteu els ingredients de la setmana
- Infantil\* Ingredients limitats

## RAMEN

### INGREDIENTS:

Caldo de pollastre, porc i verdures + portobello + pastanaga + raves + gingebre + brots de soja + sal de sèsam + llavors + ceba cruixent + alls tendres + cansalada + ou marinat.

### PER ESCOLLIR

#### 1 / BASE

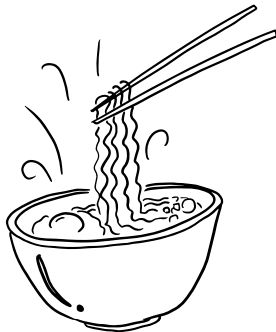
Udon (fideus gruixuts) / Soba (fideus prims)

#### 2 / PROTEÏNA (màxim 1)

Tofu / Pollastre / Mixte

**PREU: 11,80 €**

- Opció per emportar
- Sense gluten



## WOK

### INGREDIENTS:

Ceba + pastanaga + carbassó + col + xampinyons + germinats de soja + picada d'alls tendres i gingebre + sal de sèsam + llavors + ceba cruixent.

### ESCULL LA BASE I LA PROTEÏNA:

#### 1 / BASE (màxim 2)

Arròs blanc / Arròs negre / Quinoa  
Fideus Udon / Fideus soba / Fideus d'arròs (+1 €)

#### 2 / PROTEÏNA (màxim 2)

Tonyina / Salmó / Pollastre / Tofu / Ous remenats

### SALSA POKE:

Oli de sèsam + salsa de soja + teriyaki + oli d'oliva + curri

**PREU: 11 €**

- Opció per emportar
- Sense gluten

## PASTISSOS

Brownie de xocolata i nous

Pastís de pastanaga

Tatín de poma

Pastís de formatge

### POSTRES

4 €

4 €

4 €

4 €

### BERENAR

3,50 €

3,50 €

3,50 €

