

SELEZIONE NATURALE

Fruits, Music & Vegetables

Via Andrea Provana 3/d, Torino

 selezione naturale (+39) 011 817 07 09
 selezionenaturaletorino www.selezionenaturale.net

STUZZICHERIE

-  TORRETTA DI TARTARE DI BARBABIETOLA AL FORNO CON HUMMUS DI CECI E CIME DI RAPA RIPASSATE 7.00€
-  INSALATA RUSSA INVERNALE 7.00€
-  FLAN DI CECI E TOPINAMBUR CON BAGNA CAUDA VEG 8.00€
-  RISO ROSSO INTEGRALE CON CARCIOFI SALTATI, PORRI, CAROTE E ZEST DI LIMONE 9.00€
- POLPETTE DI CECI CAVOLFIORE E PATATE CON MAYO VEG ALLA SENAPE 7.00€
- TAGLIERE DEGUSTAZIONE 15.00€
Finger food delle 5 stuzzicherie - SOLO A CENA

PRIMI PIATTI

-  RAVIOLI SARDI RIPIENI DI RICOTTA AL LIMONE AL SUGO DI POMODORO AROMATIZZATO AL LIME 12.00€
- SCIALATIELLI CON CREMA DI PORRI E CARCIOFI TRIFOLATI 10.00€
-  ZUPPA DEL GIORNO DELLO CHEF comunicata al tavolo dal personale di sala 10.00€

INSALATE

-  LA SFIZIOSA 8.00€
Insalata di puntarelle, radicchio, pere e noci (con opzione tometta )
-  LA SICILIANA 8.00€
Insalata verde, finocchi, arancia, e mandorle tostate

Si prega di informare il personale di sala di eventuali allergie o intolleranze alimentari. I **prodotti senza glutine** potrebbero contenere tracce di farina in quanto non disponiamo di una cucina dedicata.

(*) in assenza del prodotto fresco (piselli) potrebbe essere utilizzato prodotto congelato all'origine

CUCINA
VEGETARIANA
E
VEGANA



 vegetariano  senza glutine  vegano no simbolo

Tutti i nostri prodotti come i nostri dolci sono artigianali

SPECIALITÀ

-  GOULASCH DI SOIA ALLA PAPRIKA DOLCE 12.00€
- PLUMCAKE SALATO DI ZUCCA, FAGIOLI, CAVOLFIORE, PORRI E CAVOLO ROSSO CON CREMA AI CAPPERI 9.00€
-  INVOLTINI DI VERZA RIPIENI DI RAGÙ DI SOIA E PISELLI* CON SALSA DI POMODORO 12.00€
-  BURGER DI QUINOA, PISELLI* E BARBABIETOLA CON MAYO VEG ALLA SENAPE E CONTORNO DEL GIORNO 10.00€
- VEGPANINOBURGER DI QUINOA, PISELLI* E BARBABIETOLA CON MAYO VEG ALLA SENAPE E CONTORNO DEL GIORNO 11.00€

CONTORNI

-  VERDURE DEL GIORNO 6.00€
comunicate al tavolo dal personale di sala

DOLCI

-  MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA 5.00€
(con panna fresca vegana + 1.00 €)
- TIRAMISÙ VEGANO SELEZIONE NATURALE AL CAFFÈ E CACAO AMARO 5.00€
-  PERA CAMELLATA CON MOUSSE AL CIOCCOLATO FONDENTE 6.00€
-  CRUMBLE DI GRANO SARACENO CON MELE RENETTE E MANDORLE TOSTATE 7.00€
- TORTA VEGANA CIOCCOLATO E PERE 7.00€

SERVIZIO, PANE E COPERTO

pranzo lun-ven € 1,00 | cena e sabato € 2,00

BEVANDE

ACQUA NATURALE FRIZZANTE 50 cl	2.00€
COCA COLA	3.00€
BIRRA BIONDA MENABREA	3.50€
BIRRA ICHNUSA NON FILTRATA	4.00€

CENTRIFUGATI

SIZE S 3€, M 4€, L 6€, XL 12€

CLASSICO

mela, carota, zenzero

A.C.E.

arancia, carota, limone

ENERGY

kiwi, mela, sedano

M 4.5€, L 6.5€, XL 12.5€

ESTIVO

mela, pesca, albicocca

AMARANTO

arancia, carota, barbabietola e zenzero

SALUTARE

mela, carota, sedano e zenzero

DRENANTE

ananas, cetriolo, finocchio e mela

VERDI DIVINITÀ

lime, sedano, mela, kiwi e pera

GIALLO DIVINO

radice di curcuma, ananas e mela

SELEZIONE NATURALE

ananas, carota, lime, mela e arancia

NUTRIENTE

spinaci, banana, barbabietola e sedano

DETOX

barbabietola, carota, zenzero e mela

VERDE DIGESTIVO

sedano, mela, spinaci e cetriolo

VITAMINICO

arancia, kiwi, carota e menta

ROSA INTENSO

pompelmo rosa, mela e finocchio

RISVEGLIO

pompelmo rosa, arancia e limone

DIMAGRANTE

barbabietola, spinaci, verza viola, carota, limone, arancia e ananas

SPREMUTE

CLASSICA arance Ribera - Sicilia	3.50€
SPRINT pompelmo rosa	3.50€
RED-ORANGE melograno e arancia	4.50€
AGRUMETO arancia, pompelmo rosa, lime e limone	5.00€
RIGENERANTE limone e zenzero	5.00€
ANTIOSSIDANTE melograno	5.00€

FRULLATI

SIZE M 4€, L 6€

NATURAL

banana, kiwi, arancia e succo di mela

JUNIOR

pera, banana e succo di mela

GIPSY

fragola, banana e succo di mela

VIVACE

fragola, arancia e succo di mela

M 5.5€, L 7€

ESOTICO

avocado, banana, ananas e succo di mela

SOTTOBOSCO

fragola, mirtillo, lampone, mora e succo di mela (frutta soggetta a disponibilità)

CAFFETTERIA

CAFFÈ MONORIGINE	1.70€
CAFFÈ DECAFFEINATO	1.80€
CAFFÈ CORRETTO	2.00€
CAFFÈ SHAKERATO	3.00€
CAFFÈ SHAKERATO CORRETTO	3.50€
MAROCCHINO	2.50€
TÈ CALDO E TISANE	2.50€
CIOCCOLATA CALDA	3.00€
AMARO O GRAPPA O LIQUORE	4.00€

SELEZIONE NATURALE

Fruits, Music & Vegetables

Via Andrea Provana 3/d, Torino

 selezione naturale (+39) 011 817 07 09
 selezionenaturaletorino www.selezionenaturale.net

CUCINA
VEGETARIANA
E
VEGANA



 vegetariano  senza glutine  vegano no simbolo
Tutti i nostri prodotti come i nostri dolci sono artigianali

PAUSA PRANZO

UN PIATTO +
BEVANDA A SCELTA
(ACQUA O CALICE DI VINO O
CENTRIFUGATO M) 10.00€

SCIALATIELLI CON CREMA DI PORRI E
CARCIOFI TRIFOLATI 10.00€

 ZUPPA DEL GIORNO DELLO CHEF
comunicata al tavolo dal personale di sala 10.00€

PRIMO PIATTO DELLO CHEF 10.00€

POLPETTE DI CECI CAVOLFIORE E PATATE
CON MAYO VEG ALLA SENAPE +
CONTORNO 10.00€

 LA SFIZIOSA 8.00€
Insalata di puntarelle, radicchio, pere e noci
(con opzione tometta )

 LA SICILIANA 8.00€
Insalata verde, finocchi, arancia, e mandorle tostate

SELEZIONE NATURALE

Fruits, Music & Vegetables

Via Andrea Provana 3/d, Torino

 selezione naturale (+39) 011 817 07 09
 selezionenaturaletorino www.selezionenaturale.net

CUCINA
VEGETARIANA
E
VEGANA



 vegetariano  senza glutine  vegano no simbolo
Tutti i nostri prodotti come i nostri dolci sono artigianali

PAUSA TICKET

UN PIATTO +
ACQUA PET +
CAFFÈ 7.00€

SCIALATIELLI CON CREMA DI PORRI E
CARCIOFI TRIFOLATI 10.00€

 ZUPPA DEL GIORNO DELLO CHEF
comunicata al tavolo dal personale di sala
10.00€

PRIMO PIATTO DELLO CHEF 10.00€

POLPETTE DI CECI CAVOLFIORE E PATATE
CON MAYO VEG ALLA SENAPE +
CONTORNO 10.00€

 LA SFIZIOSA 8.00€
Insalata di puntarelle, radicchio, pere e noci
(con opzione tometta )

 LA SICILIANA 8.00€
Insalata verde, finocchi, arancia, e mandorle tostate