

# PLATS

## FROID

	Lupins	Céleri	Arachides	Crustacés	Fruits à coque	Gluten	Oeufs	Lait	Mollusques	Moutarde	Poisson	Sésame	Soja	Sulfites
'Esqueixada' de morue				T					T					
Salade russe	OPTION SANS GLUTEN	T	T		T					T		T		
Carotte en botte braisée avec houmous, 'romesco migas' et noisettes AOP Reus	VÉGANE		T											
Salade de saumon et mangue		T	T	T			T	T	T			T	T	
Salade de tomates avec sauce au chili jaune	VÉGANE	T						T						
Salade verte avec graines	VÉGANE		T		T							T		
Poivron grillé à la morue				T										
Tartare de thon Balfegó à l'avocat	OPTION SANS GLUTEN		T	T				T	T					
Anchois de Vinaròs		T	T	T			T	T	T	T		T		T
Moules du Delta de l'Ebre à la vinaigrette de vermouth				T							T			
Huitre du Delta de l'Ebre				T							T			
Carpaccio de thon Balfegó avec 3 vinaigrettes		T		T		T			T					
Carpaccio de boeuf et sauce au parmesan	OPTION SANS GLUTEN											T		
Jambon 100% ibérique nourri au gland	ÉCOLOGIQUE													
Plateau de fromages bio	OPTION SANS GLUTEN		T				T			T		T	T	T

## CHAUD

Crème de squilles									T					
Crevettes à la sauce à l'ail									T		T			
Bun de porc effiloché		T			T		T			T		T		
Les boulettes de viande d'Adolfina		T	T							T		T	T	
Porc en sauce d'Herminia														
Oeufs avec filet de boeuf à l'ail				T				T	T		T		T	
Oeufs au jambon ibérique de gland				T				T	T		T		T	
Tempura de légumes	VÉGANE	T		T		T	T	T	T	T	T	T		
Bravas avec chorizo haché		T		T				T	T	T	T	T	T	
Poulet fermier croustillant		T		T			T	T	T		T	T	T	
Beignets de morue				T			T	T	T				T	
Croquettes de poulet rôti				T			T		T	T	T			
Croquettes de jambon ibérique				T			T		T	T	T			
Calamar méditerranéen à l'andalousie				T				T			T			
Calmars à la romaine				T				T			T		T	
Moules avec agrumes, laurier, ail et oignon				T							T			
Moules avec vin blanc, céleri, ail et persil				T							T			
Maxicannellonis de notre chef Mercè			T	T	T				T	T	T	T		
Rigatoni à la bolognaise									T					
Pain	OPTION SANS GLUTEN VÉGANE				T		T	T		T		T	T	
Pain sans gluten														
Pain à l'ail et à l'huile d'olive	OPTION SANS GLUTEN				T			T		T		T		
Pain avec tomate et huile d'olive	OPTION SANS GLUTEN				T			T		T		T		

# PLATS

Lupins Céliéri Arachidées Crustacés Fruits à coque Gluten Oeufs Lait Mollusques Moutarde Poisson Sésame Soja Sulfites

## RIZ

Riz au poulet fermier, écrevisses et artichauts									T						
Riz moelleux avec crabe bleu															
Riz aux petites seiches à l'encre															
Riz au homard															
Riz avec fruits de mer															
Rice Terre et Mer avec voile de ibérique				T								T			
Riz avec canard et champignons															
Riz aux légumes et poireaux				T		T	T	T	T	T	T	T	T		
Nouilles Rossos											T			T	

## GRILLÉ

Filet de vache maturé				T			T	T	T		T		T		
Burger de veau bio				T			T		T	T	T	T	T		
Côtes de Porc Ibérique Rôti				T	T		T				T		T		
Filet de porc ibérique				T									T		
Poulpe avec aioli à la cayenne de La Vera et "migas de romesco"				T									T		
Calmar méditerranéen				T	T	T					T	T	T		
Morue avec aioli de coings				T			T				T	T	T		
Loup de mer sauvage avec légumes et vinaigrette aux agrumes				T							T				
Sardines				T							T				
Km0 légumes				T					T	T		T		T	T
Avocat avec pico de gallo et ceviche de légumes															
Artichauts avec copeaux ibériques															

## SAUCE

Romesco				T					T	T		T		T	T
Aïoli															

## DESSERTS MAISON

Beignets de café de María			T	T	T	T					T	T	T	T	T
Brownie				T										T	
Gâteau au fromage bio artisanal avec confiture de fraises et poivre de Sichuan														T	
Gâteau aux carottes, thé matcha et pollen				T										T	T
Ananas grillé avec sauce aux fruits de la passion															
Pain avec du chocolat, de l'huile et du sel				T	T				T			T		T	T
Pain perdu caramélisé				T								T		T	
Glace au kéfir et citron vert avec biscuit artisanal croustillant				T					T			T			T
Glace à la vanille															
Pop glacé aux fruits naturels, saveur noix de coco et fraise							T								
Pop glacé aux fruits naturels, saveur citron-lime															





**La composition de nos plats peut être modifiée, de sorte que cette information est constamment révisée.**

**Demander aux restaurants le document d'information sur les allergènes, qui prévaut sur toute divergence avec cette version.**

Sur la base du règlement (UE) n°1169/2011 du 25 octobre et pour chaque groupe d'allergènes visés à l'annexe II du RIAC, nous détaillons dans ce document la présence de chacun des allergènes dans nos plats.

Pour réaliser ce document, des fiches techniques de chacune de nos matières premières ont été demandées à nos fournisseurs avec une déclaration des ingrédients et des traces et nous avons identifié le risque de contamination croisée par le processus de préparation habituel de chaque plat.

Si vous souffrez d'une allergie ou une intolérance alimentaire à l'une de ces 14 allergènes ou tout autres s'il vous plaît laissez-nous savoir afin d'activer les protocoles de sécurité correspondants.

Nous pensons qu'il convient de signaler que, malgré notre niveau élevé de sensibilisation et notre engagement en matière de gestion des allergènes, notre cuisine n'est pas segmentée en zones distinctes pour chaque groupe d'allergènes, ce qui nous empêche de garantir à 100% l'absence de contamination croisée, bien que nous garantissions le maximum d'attention pour qu'ils ne se produisent pas.

Cet établissement, ainsi que l'ensemble du groupe El Pòsit, est associé à l'Associació de Calíacs de Catalunya et dispose d'un personnel formé à la restauration sans gluten.

Notre personnel de cuisine est formé à la manipulation des aliments avec un accent particulier sur la gestion des allergènes.