



MENÙ

SEGUICI SU
INSTAGRAM



WWW.ECOOKINGWORLD.COM

BRUNCH

PROPOSTE CREATIVE E LEGGERE!
IL PANE VIENE FATTO NEL NOSTRO LABORATORIO
L'ENERGIA DELLA CUCINA ECOOKING.

AVOTOAST

1 - 2 - 4 - 7

Il nostro crostone di pane integrale,
uovo 64°, avocado, germogli di
barbabietola, spiancino, mayo vegana

18€

CON AGGIUNTA DI SALMONE + 3€



EGG BENEDICT

1 - 2 - 4 - 6 - 11 - 15

Il nostro pane nuvola, uovo 64°,
tartare di salmone, avocado,
salsa benedict, germogli di
barbabietola, spinacino.

20€



SCRAMBLED EGGS

2 - 4 - 6

Pane nuvola a lunga lievitazione,
uova strapazzate, pancetta di
Mangalica, scaglie di grana e
pomodorini confit

16€



COPERTO 1,5€

PRIMI

TRADIZIONE E ARTIGIANALITÀ IN OGNI FILO DI PASTA
PASTA FATTA NEL NOSTRO LABORATORIO E CONDITA CON RICETTE
CONTEMPORANEE, STAGIONALI E CURATE DALLO CHEF.

SPAGHETTI FRESCI ALLA CARBONARA 4 - 6 - 7 15€

Spaghetti fatti a mano nel nostro Laboratorio, mantecato con la nostra crema con uovo a bassa temperatura, guanciale croccante e una spolverata di pepe.

RISOTTO ALLO ZAFFERANO E CREMA DI OSSOBUCO 2 - 5 15€

Riso Carnaroli mantecato allo zafferano e servito con la nostra vellutata crema di ossobuco.

TAGLIATELLE FRESCHE AL POMODORO CONFIT

13€

2 - 4 - 6

Tagliatelle artigianali preparate nel nostro Laboratorio, condite con pomodori Lorenzini confit e completate con scaglie di grana.



TAGLIATELLE FRESCHE AL RAGÙ

15€

2 - 4 - 6

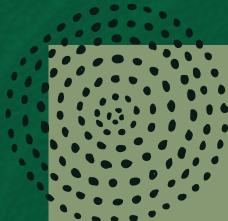
Tagliatelle artigianali preparate nel nostro Laboratorio, ragù di manzo frollato 45 giorni, pomodoro Lorenzini e scaglie di grana.



COPERTO 1,5€

CREAZIONI

PIATTI UNICI E BILANCIATI CHE SOSTITUISCONO I SECONDI TRADIZIONALI,
CON COTTURE PULITE E ABBINAMENTI STUDIATI.



TRANCIO DI SALMONE 2-5

Trancio di salmone scottato alla piastra, piselli, patate, spinacino e noci.

19€



POLLO AL CURRY 2-5 15€

Pollo cotto a bassa temperatura, melanzane al forno, purè di patate, erbe aromatiche.

CREMA DI CAVOLFIORI 2-5 12€

Con uovo 64°, insalata di cavolo viola e broccoli.

FAME DA LUPO? +4€

Aggiungi il contorno di riso
per accompagnare il tuo piatto

COPERTO 1,5€

BURGER

UN IRRESISTIBILE PANE A LUNGA LIEVITAZIONE.

VIENE PREPARATO NEL NOSTRO LABORATORIO CON TRE

TECNICHE DI LAVORAZIONE DIFFERENTI E UN MIX DI FARINE SELEZIONATE

FAME DA LUPO?

Scegli la versione con il
doppio burger

+4€

15€

SPECIAL

2 - 4 - 6 - 8 - 9

Pane burger fatto da noi,
trita di manzo 45gg frollatura, lattuga,
pomodorini Lorenzini confit, bacon,
ketchup, stracciatella di bufala,
cipolle caramellate e salsa BBQ,
accompagnato da patate al forno.



15€

CLASSIC

1 - 2 - 4 - 6 - 7 - 8 - 9 - 11 - 15

Pane burger da noi,
trita di manzo 45gg frollatura,
provola affumicata, pomodori,
chips, lattuga, bacon, cetriolini,
ketchup home made,
accompagnato da patate al forno.



14€

CHICKEN

Pane burger fatto da noi ,
hamburger di pollo, pomodoro,
sedano, lattuga, menta, mayo
allo zenzero e lime,
accompagnato da patate al forno.



COPERTO 1,5€

15€

EGGY

Pane burger fatto da noi,
trita di manzo 45gg frollatura, uovo 64°,
crema di melanzane affumicate,
lattuga, bacon, mayo alla senape,
accompagnato da patate al forno.



BOWL

LE NOSTRE BOWL SONO PIATTI UNICI CREATI PER IL BENESSERE
ED EQUILIBRIO DELLA PERSONA
UN PASTO COMPLETO, LEGGERO E CONTEMPORANEO.

INTEGRALE

1 - 2 - 4 - 11 - 15

Riso integrale cotto al vapore,
tartare di salmone,
pomodorini Lorenzini
confit, avocado, spinacino,
piselli, uovo 64°, olio EVO,
arancia e aceto balsamico.

14€



NERA

1 - 2 - 7

Riso nero cotto al vapore,
tartare di ombrina, edamame,
ceci, cavolo viola, misticanza
di verdure, soia, miele,
zenzero e lime.

14€



ROSSA

1 - 2 - 4 - 6 - 15

Riso rosso cotto al vapore,
pollo alla piastra, zucchine,
broccoli, cavolo viola, pomodorini
Lorenzini confit, germogli di
soia, salsa allo yogurt e lime.

14€



COPERTO 1,5€

INSALATE

PIATTI FRESCI, COMPLETI E NUTRIENTI, CON VERDURE SELEZIONATE,
PROTEINE E DRESSING FATTI NEL NOSTRO LABORATORIO

SALMONE 1-2-6-7

Misticanza, tartare di salmone marinato, uovo 64°, avocado, spinacino e noci.

16€



CHICKEN 7 14€

Misticanza, spinacino, pollo alla piastra, noci, pomodorini rossi confit, pomodorini gialli, zucchine

CAESER 2-4-6-7-9

Misticanza, pollo alla piastra, pomodorini Lorenzini confit, scaglie di grana, crostini di pane e bacon.

15€



COPERTO 1,5€

PIZZE

LA NOSTRA PIZZA NUOVA, PREPARATA CON INGREDIENTI SELEZIONATI.
L'IMPASTO È A BASSO INDICE GLICEMICO, L'IDEALE PER CHI NON
VUOLE RINUNCIARE AL GUSTO SENZA APPESANTIRSI

MARGHERITA 4 - 6

Base rossa, mozzarella,
pomodoro confit Lorenzini,
basilico, olio EVO.

12€



CRUDAIOLA 4 - 6

Base rossa, mozzarella,
pomodoro confit Lorenzini,
basilico, stracciatella di
bufala, prosciutto crudo,
olio EVO.

13€



BUFALINA 4 - 6

Base rossa, mozzarella,
pomodoro confit Lorenzini,
basilico, mozzarella di
bufala, olio EVO.

13€



COPERTO 1,5€

DOLCI

I NOSTRI PECCATI A CUOR LEGGERO!

TIRAMISÙ

2 - 4 - 6

Il nostro tiramisù

3,5€



CREMOSO ALLO YOGURT

Cremoso allo yogurt con frutti di bosco e cioccolato fondente.

3,5€



COPERTO 1,5€

3,5€

CREMA CHANTILLY

Crema chantilly alla vaniglia, crumble e frutti di bosco.



4€

PANETTONE

Fetta di panettone artigianale accompagnato con la nostra crema al mascarpone.



APERITIVO

SPRITZ APEROL **8€**

SPRITZ P31 **8€**

SPRITZ CAMPARI **8€**

HUGO **8€**

MOSCOW MULE **10€**

MOJITO **10€**

GIN TONIC **10€**

NEGRONI **10€**

NEGRONI SBAGLIATO **10€**



ECOOKING APERO

Scegli tra uno spritz, un calice di vino o una birra, compreso un tagliere con le nostre specialità.

15€



COPERTO 1,5€

CAFFÈ SPECIALTY

V60

Densità leggera, gusto floreale e fruttato.

6€



FRENCHRESS

Densità media, gusto accentuato e piacevole.

6€



6€

AEROPRESS

Densità media, gusto ricco e intenso.



6€

AUSTRALIAN LUNGO

Gusto più aromatico e meno intenso dell'espresso.



BEVANDE CALDE

AL BANCO AL TAVOLO

ESPRESSO	1,3€	2€
ESPRESSO DOPPIO	2,5€	4€
CAPPUCCINO	2€	3,5€
LATTE MACCHIATO	3€	4,5€
FLAT WHITE	5€	6€
MARROCCHINO	2€	3€
MATCHA LATTE	5,5€	7€
CHAI LATTE	5,5€	7€
DIRTY CHAI LATTE	6€	7,5€
CIOCCOLATA	5€	6€
TÈ CEYLON	5€	6€
TÈ DARJEELING	5€	6€
TÈ CHAI	6,5€	7,5€
TÈ PAI MU	5€	6€
TÈ BIO ROOIBOS	6,5€	7,5€
TÈ BIO BANCHÀ	6,5€	7,5€
TÈ CLASSIC MATCHA	6€	7€

LATTE VEGETALE + 0,5€



STANCO DEL SOLITO
CAFFÈ?

+0,5€

Unordinary è la miscela che
ti sorprende, una vera e propria
esperienza sensoriale e audace

BEVANDE FREDDDE

	AL BANCO	AL TAVOLO
ACQUA 0,50CL	1,5€	2€
ACQUA MICRO FILTRATA	1,5€	2€
COCA COLA	4€	5€
COCA COLA ZERO	4€	5€
SPREMUTA ARANCIA	5€	7€
SPREMUTA LIMONI	5€	7€
SPREMUTA MIX	5€	7€
ICHNUSA	4€	8€
BIRRA GIULIA	5,5€	7€
VINO AL CALICE	4€	5€
VINO IN BOTTIGLIA	18€	18€
SPECIALTY AND MADE ICE TEA	6€	7€
SHAKERATO	5€	6,5€
COFFEE SPLASH	7€	8€
COLD FILTER COFFEE	7€	8€
ESPRESSO TONIC	7€	8€



CENTRIFUGATI

GREEN 5€

Mela verde, kiwi, broccolo, finocchio.

ORANGE 5€

Arancia, carota, zenzero.

YELLOW 5€

Ananas, pompelmo, mela, zenzero.

RED 5€

Barbabietola, ananas, carota, limone.



SMOOTHIES

ENERGIA 5€

Banana, latte, miele, yogurt.

ESPRESSO 5€

Caffè, cacao, avena, yogurt, latte.

MIRTILLO 5€

Mirtilli, yogurt, latte, mela, banana.

MULTI VITAMINICO 5€

Fragola, ananas, melone, latte.

AL TAVOLO SMOOTHIES E CENTRIFUGHE €7

AMIAMO CIÒ CHE FACCIAMO!

Ogni giorno scegliamo ingredienti **sani, buoni e di alta qualità**, e li trasformiamo qui, **con le nostre mani**, in qualcosa che sappia sorprendervi.

Le nostre **brioches** nascono fresche ogni mattina, ancora calde di forno.

Le nostre **pizze**, preparate con lievito madre e **lasciate riposare per 48 ore**, raccontano tutto il tempo e la cura che dedichiamo a ogni impasto.

IL MENÙ CAMBIA CON LE STAGIONI: i nostri chef selezionano **solo il meglio che la natura offre e, con un tocco di creatività**, danno vita a piatti che profumano di genuinità e piacere.

BENVENUTI DA ECOOKING:

qui tutto è fatto in casa, ogni giorno, per regalarvi un'esperienza che sa di freschezza e di passione.



1 FISH



2 EGGS



3 CRUSTACEANS



4 GLUTEN



5 PEANUTS



6 MILK



7 NUTS



8 CELERY



9 MUSTARD



10 MOLLUSCS



11 SESAME



12 LUPIN



13 SULPHITES



14 CORN



15 SOYA



16 MUSHROOM