

# PLATS

Lupin Céliéri Arachides Crustacés Fruits à coques Gluten Oeufs Lait Mollusques Moutarde Poissons Sésame Soja Sulfites

## FROID

	Lupin	Céliéri	Arachides	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Oeufs	Lait	Mollusques	Moutarde	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Saumon mariné à la crème fraîche			T	T					T					
'Esqueixada' de morue				T					T					
Salade russe														
Salade verte avec graines			T											
Poivron grillé à la morue				T										
Guacamole avec nachos maison		T												
Houmous avec légumes croquants														
Tartare de thon Balfegó à l'avocat			T	T					T					
Sardine fumée par friction de bois sec				T					T					
Anchois de Vinaròs			T	T					T					
Moules à la vinaigrette de vermouth				T							T			
Huitre du Delta de l'Ebre				T							T			
Ceviche d'huître				T										
Carpaccio de thon Balfegó avec 3 vinaigrettes				T					T					
Carpaccio de boeuf et sauce au parmesan			T	T					T					
Coca de thon Balfegó				T					T					
Coca avec anchois de Vinaròs			T	T					T					
Coca avec sardine fumée par friction de bois sec				T					T					
Jambon ibérique de gland														
Plateau de fromages bio			T									T		
Olives 'cachonditas'														

## CHAUD

	Lupin	Céliéri	Arachides	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Oeufs	Lait	Mollusques	Moutarde	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Crevettes à la sauce à l'ail									T		T			
Brioche de porc effiloché				T			T			T		T		
Poivrons de Padrón				T			T	T	T		T			
Les boulettes de viande d'Adolfina			T				T					T		
Porc en sauce d'Herminia														
Notre torrezno					T							T		
Oeufs au jambon ibérique de gland				T				T	T		T		T	
Oeufs au boudin noir bio à l'oignon				T				T	T		T		T	
Bravas avec chorizo ibérique haché				T				T	T		T		T	
Calamar méditerranéen à l'andalousie				T				T			T			
Calmars à la romaine				T				T			T		T	
Poulet fermier croustillant				T			T	T	T		T		T	
Tempura de légumes				T			T	T	T		T			
Croquettes de jambon ibérique				T			T		T		T		T	
Croquettes de poulet rôti				T			T		T		T			
Beignets de morue				T			T	T	T				T	
Coca de filet de vache maturé														
Coca de filet de porc ibérique grillé														
Boudin noir bio à l'oignon				T			T	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			
Pain avec tomate et huile d'olive					T		T	T				T	T	
Pain à l'ail et à l'huile d'olive					T		T	T				T	T	

# PLATS

Lupin Céléri Arachides Crustacés Fruits à coques Gluten Oeufs Lait Mollusques Moutarde Poissons Sésame Soja Sulfites

Pain sans gluten																				
Pain																				

## RIZ

Riz moelleux avec crabe bleu du Delta de l'Ebre																				
Riz aux petites seiches à l'encre																				
Riz avec fruits de mer																				
Riz au homard																				
Rice Terre et Mer avec voile de ibérique																				
Riz avec canard et champignons																				
Riz aux légumes et poireaux confits																				
Nouilles Rossos																				

## GRILLÉ

Burger de veau bio																				
Côtes de Porc Duroc Rôti																				
Filet de porc ibérique grillé																				
Filet de vache maturé																				
Patte de poulpe grillée																				
Calmar méditerranéen grillé																				
Loup de mer sauvage avec légumes et vinaigrette aux agrumes																				
Sardines																				
Km0 légumes grillés																				
Avocat bio grillé avec pico de gallo et ceviche de légumes																				
Pleurote bio du Montseny et noisette AOP Reus																				
Artichauts grillés avec copeaux ibériques																				

## SAUCE

Romesco																				
Aïoli																				

## DESSERTS MAISON

Beignets de café de María																				
Gâteau aux carottes, thé matcha et pollen																				
Ananas grillé avec sauce aux fruits de la passion																				
Pain avec du chocolat, de l'huile et du sel																				
Gâteau au fromage bio artisanal avec confiture de fraises et poivre de Sichuan																				
Brownie																				
Glace au kéfir et citron vert avec biscuit artisanal croustillant																				
Glace à la vanille																				
Pop glacé aux fruits naturels, saveur citron-lime																				
Pop glacé aux fruits naturels, saveur noix de coco et fraise																				





# BOISSONS

Lupin  
Céleri  
Arachides  
Crustacés  
Fruits à coques  
Gluten  
Oeufs  
Lait  
Mollusques  
Moutarde  
Poissons  
Sésame  
Soja  
Sulfites

Gin tonic 25 Lolita's

## CAFÉ ÉCOLOGIQUE

	Lupin	Céleri	Arachides	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Oeufs	Lait	Mollusques	Moutarde	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Café														
Cortado								■						
Café au lait								■						
Cappuccino								■					■	
Café Irlandais							■	■						■
Café écossais							■	■						■

## INFUSIONS ÉCOLOGIQUES

	Lupin	Céleri	Arachides	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Oeufs	Lait	Mollusques	Moutarde	Poissons	Sésame	Soja	Sulfites
Darjeeling														
Étoile filante														
Pu Erh Fresh														
Thé vert, gingembre et citron														
Thé noir Chai														
Royal Fruits														
Camomille														
Verveine et menthe														
Rooibos avec l'orange														
Vitalité														
Thé mauresque aux herbes														
Thé cannelle														

**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.