

← take a beer



## BIRRE ALLA SPINA

**Ichnusa** 5€  
(sinonimo di Sardegna, piacevolmente amara)

**Ichnusa non filtrata** 6€  
(lasciata decantare, conserva i lieviti rimasti in sospensione)

**Birra Moretti la bianca** 6€  
(la nuova Weiss italiana)

**Birra Moretti la rossa** 6€  
(birra bock prodotta con malto brunito 100% italiano)

**Birra Moretti IPA** 6€  
(birra ad alta fermentazione, lunga maturazione dei lieviti nei tini)



**IN BOTTIGLIA 0,33 CL. 5,00€**

Heineken  
Sol  
Slalom strong  
Desperados  
Ichnusa cruda  
Heineken 0.0  
Daura gluten free



## GUD DRINKS



DALLE 18.00

**Gud Spritz** 8€ | 10€  
Aperol, Cinar, Prosecco, Succo Pomplemo

**Gud Mule** 8€ | 10€  
Rabarbaro Zucca, Lime, Ginger Beer

**Sbagliatissimo Gud** 8€ | 10€  
Punt e Mes, Campari, Prosecco, Tonic, Gocce Segrete

**Gud & Tonic** 10€ | 12€  
Gin Mare, Arance Amare, Orange Bitter, Tonic

**Mojito Gud** 8€ | 10€  
Rum Chiaro e Scuro, Zuccheri Canna, Lime, Menta Fresca, Succo Melograno

**Caipi Gud** 8€ | 10€  
Cachaca, More e Zenzero Fresco, Lime

**Combinati** 6€ | 8€

**Gud 0%** 6€ | 8€  
Succo di Mela e Pompelmo, Orzata

Zero alcol

**Fresh juice 3,50€ | dalle 18.00 > 5€**  
Arancia spremuta

## SOFT DRINKS

**Red Bull Energy Drink** 4€ | dalle 18.00 > 5€

Red bull, lime, sugarfree



## ORGANICS SOFT DRINK BIO

Organics Ginger Ale 5€  
Organics Bitter Lemon 5€  
Organics Tonic Water 5€



## CAFFETTERIA E INFUSIONI



Caffè 1,00€  
Caffè decaffeinato 1,50€  
Caffè americano 2,00€  
Marocchino 2,00€  
Cappuccino (classico, mandorle, soia) 2,00€  
Cappuccino decaffeinato 2,00€  
Caffè shakerato 3,50€  
Caffè shakerato corretto 5€  
Latte macchiato 2,00€  
(classico, mandorle, soia)

Te Damman Freres 3,50€  
(verde, nero, bianco)

Tisana Fid Ji 3,50€  
(mela, zenzero, lime, citronella, arancia)

Tisana rooibos 3,50€  
(infusione a basso contenuto di tannini senza caffeina)



## BEVERAGES

Acqua San Pellegrino e Levissima 50 cl 1,50€  
Soft drinks 3,50€  
Crodino - San Bitter 3,50€ | dalle 18.00 > 5€  
Amari e Liquori 3,50€ | dalle 18.00 > 5€  
Pomodoro condito 5€ | dalle 18.00 > 7€



## hot drinks

4,00€

### Golden drink

Latte di cocco, curcuma, zenzero, cardamomo, pepe, sciroppo d'acero

### Maca Cacao

Latte di cocco, cacao, maca, sciroppo d'acero, vaniglia, cannella

### Matcha Latte

Latte di cocco, matcha, sciroppo d'agave, cardamomo

### Vin brulé

Cioccolata calda 3,50€ + con panna 4€

solo nel periodo invernale



## CROISSANT & MUFFIN

Vuoto, albicocca, nutella, pistacchio, nocciola, crema, frutti di bosco, integrale e miele  
Vegano (arancia, vuota, canapa e melograno)  
Mini croissant vuoti e farciti



1,50€  
1,50€  
1€

Muffin cioccolato, mela, mirtillo 3€  
Mini muffin cioccolato, mirtillo

Tante del giorno 4€

the new  
Poke



## ITALIAN CIRASCI BOWLS

Nasce dall'interpretazione del classico chirashi della cucina giapponese, da noi preparato utilizzando riso nelle varietà integrale e basmati, cotti con il classico metodo del sushi e condito con materie prime della cucina italiana, mediterranea ed internazionale.

**Hawaiano** 12€

Riso rosso integrale, salmone marinato da noi, mango, avocado, sesamo, cipollotto, salsa di soia

**Sea-ciliano** 13€

Riso rosso integrale, gamberi, pesto di pomodori secchi, mozzarella di bufala, capperi croccanti, basilico, zest di limone

**Caesar bowl** 11€

Riso basmati, lattuga, pollo italiano allevato a terra, salsa caesar, scaglie di parmigiano, pane croccante

**Orto zen** 9€

Riso basmati, spinacino, piselli, maionese al wasabi e noccioline

## GUD fresh salads



**Delicata** 8€

Lattuga, mela verde, ricotta infornata, noci, sale maldon, olio evo

**Indiana** 9€

Spinacino fresco, bocconcini di pollo, salsa al curry, anacardi, olio evo

**Birmana** 9€

Rucola, avocado, pomodori, crostini di pane croccante, olio EVO, zest d'arancia, sale maldon

**Andalusa** 11€

Gazpacho tradizionale, gamberi, basilico, cetriolo, pangrattato

## TACOS



**Shrimps&Co** 8€

Code di gamberi, Spinacino Fresco, Pomodorini ciliegia, Cipolle Rosse, Salsa Tartara\*

**Chicken GUD** 7€

Pollo italiano allevato a terra marinato al lime, Lattuga Ghiaccio, Salsa Yogurt alle erbe, Pesto di Pomodori Secchi

GUD

## Cosa frigge in pentola



Per garantire una preparazione finale il più possibile sana e leggera, la nostra pastella è a base di farina di riso biologica e birra Inusa non filtrata, utilizziamo materie di prima qualità e sostituiamo quotidianamente l'olio di semi di girasole per la frittura.

**Fish&Chips\*** 9,50€

Merluzzo bianco fritto in pastella, patate rustiche con la buccia e salsa di piselli home made

**Chick'n'Chips\*** 9€

Pollo marinato al lime e spezie, fritto in pastella, patate rustiche con la buccia e salsa allo Yogurt magro con erbe

**Patate Rustiche** 4€

Patate rustiche con la buccia

da provare



...dalla cantina

Vini Bianchi X X

- Gewurtztraminer Az.agricola Roeno, Trentino
- Sauvignon, Ronco dei Tassi, Collio
- Falanghina del Beneventano IGT, Campania De Falco Vini
- Audarya Vermentino di Sardegna DOC

🍷 calice 6€ 🍷 bottiglia 25€

## Vini Rossi

- Don Pietro Nero d'Avola Igp, Bio Sicilia Principi di Spadafora
- Barbera d'Alba "Pelisa" d.o.c., Piemonte Monchiero Carbone
- Cannonau - Sardegna 2017 d.o.c. Audarya

🍷 calice 6€ 🍷 bottiglia 25€

## Bollicine

- Jeio prosecco docg Valdobbiadene, Veneto

🍷 calice 5€ 🍷 bottiglia 25€

- Franciacorta, Barone Pizzini, Animante Extra Brut
- Franciacorta, Barone Pizzini, Animante Rosè Extra Brut

🍷 bottiglia 40€

- Ferrari maximum rosé (trentoboc)

🍷 calice 8€ 🍷 bottiglia 40€

- Ferrari maximum brut (trentoboc)

🍷 calice 7€ 🍷 bottiglia 35€