

Cuina Eco de Proximitat Sostenible

@restaurantetiasanta www.tiasanta.com #healthy&tasty



Entrants i per a compartir

COCA TORRADA AMB OLI I SAL	3 €
"PATATES BRAVES"	5 €
Patata, all i oli i salsa brava	
CROQUETES DE PERNIL IBÈRIC (5 un.)	4 €
CROQUETES DE CEPS (5 un.)	4 €
GASPATXO ANDALÚS	7 €
Tomàquet, cogombre, ceba, all, pa i oli d'oliva	
TÀRTAR DE FUET	6 €
Ceba tendre, tomàquet concasse, ciboulette i papadum	
HUMMUS D'ALVOCAT	9 €
Tomàquet concasse, tahina, ceba de Figueres, crudités, papadum i salsa Perrins	
TEMPURA DE VERDURES DE TEMPORADA	10 €
Salsa Tentsuye i XO	
CANELÓ FRED DE GAMBA	13 €
Ceba crunch, gamba, carbassó, mesclum i salsa de miso	
CEVICHE DE CORBALL TIASANTA	11 €
Llet de tigre, "ají" groc, coriandre, ceba vermella i maracujà	
VIEIRES A LA PLANXA TIASANTA	15 €
Puré de coliflor torrada, carxofes confitades	
PAELLA D'ARRÒS NEGRE TIASANTA	16 €
Arròs Illa de Riu, popets a baixa temperatura, algues, tirabecs i allioli de plàncton marí	
RISOTTO TIASANTA	16 €
Tòfona, cibulet i trompetes de la mort	
LASAGNA VEGGIE	12 €
Carbassó, albergínia, tomàquet, mozzarella i alfàbrega	
RAVIOLIS D'ÀNEC ROSTIT	11 €
Pera confitada i mantega "noisette" amb sàlvia	
TRUITA "POC FETA"	7 €
Patata, ceba confitada i tòfona negra	

Amanides del Mercat

"VERDE QUE TE QUIERO VERDE"	9 €
Espàrrecs, tirabecs, mongeta fina, alvocat, fonoll i pesto verd	
AMANIDA DE FORMATGE DE CABRA GRATINAT	11 €
Cabdells, pipes, tomàquets cherry i vinagreta de fruits secs	
RÚCULA I PERNIL D'ÀNEC DE GLA	10 €
Canonges, nous de macadàmia, formatge curat i fruita de temporada	
CÈSAR TIASANTA	10 €
Kale, cabdells, pollastre, formatge curat i amaniment vegà	

AMANIDA DE LLAMÀNTOL	12 €
Enciams eco, kale, magrana, patata violeta, remolatxa, alvocat, llavors de sèsam i vinagreta de miso	
AMANIDA D'ESPINACS	12 €
Formatge feta, carxofes confitades, magrana, carbassa confitada, pipes i vinagreta de maracujà	
"POKE" TIASANTA	11 €
Tonyina spicy, quinoa, edamame, wakame i alvocat	
AMANIDA TIASANTA	13 €
Arròs venere, lletia del Nil, maduixes, remolatxa, kale, chia, nous i alvocat d'olivada i fines herbes	

Per a vegans – Per a tothom

WOK DE VERDURES	10 €
Quinoa i verdures de temporada	
GRAELLA DE VERDURES DE L'HORTA CATALANA	11 €
Verdures de temporada	
TATAKI DE SEITAN	12 €
Gírgola de faig, pak choi i salsa d'all negre	
HAMBURGUESA VEGGIE	13 €
Pa d'espíulina, quinoa, alvocat, mill, tomàquet, enciam, ceba, grills de moniato rostits, veganesa, ketchup casolà vegà i salsa de iogurt.	

Carns i peixos

WOK DE POLLASTRE DE CORRAL	12 €
Verdures de temporada, coriandre	
WOK DE GAMBES	12 €
Fideus d'arròs, katsuobushi, brots de soja, espàrrecs, api, tirabecs, coriandre i cacauets	
HAMBURGUESA ECO	13 €
Mollete amb llavors de sèsam, vedella eco del Pirineu, tomàquet, enciam, ceba confitada, formatge, moniato rostit, veganesa, ketchup casolà i salsa de iogurt	
PLUMA IBÈRICA GLACEJADA	15 €
Puré de poma, pastanagues glacejades i salsa de gerds	
ENTRECOT ECO 400 GRS.	22 €
Patata amb emulsió d'alvocat	
POTA DE POP A LA BRASA TIASANTA	18 €
Cremós de patata, kimchi i emulsió d'oliva kalamata	
SALMÓ AL FORN TIASANTA	18 €
Cols al kimchi i patata ratte	
TÀRTAR DE TONYINA BLUE FINN	18 €
Poma verda, alvocat, alga còidium, salicòrnia, raves, ous de truita de riu, alga cruixent i el seu pa d'alga	

Lleugerament picant.

Plats vegetarians Plats vegans

Plats vegetarians que poden adaptar-se per a vegans

Si són celíacs o pateixen alguna intolerància alimentària és important que ho comuniquin al cambrer. Els plats amb al·lèrgens estan indicats amb els següents colors:

Crustacis Lactis Ou Gluten Fruits secs Mostassa Api Soja

★ Suplement de 3 euros en els menús de migdia en dies laborables.