Alérgenos *Allergen menu*

TAMANACO

Ensaladas *Salads*

DE TOMATE Y MOZZARELLA DE BÚFALA
Tomate fresco, albahaca, mozzarella de búfala, polvo de tomate seco y vinagreta de vinagre de Jerez
Tomato & buffalo mozzarella · Fresh tomato, basil, buffalo mozzarella, dried tomato powder and sherry vinegar dressing

CÉSAR
Lechuga romana, pollo empanado crujiente, bacon, parmesano, picatostes y salsa César
Caesar · Romaine lettuce, crispy breaded chicken, bacon, parmesan, croutons and Caesar dressing

DE QUESO DE CABRA
Lechuga, pera, cebolla roja, tomates cherry, arándanos secos, pipas de calabaza, queso de cabra y vinagreta de miel y mostaza
Goat cheese · Lettuce, pear, red onion, cherry tomatoes, dried cranberries, pumpkin seeds, goat cheese and honey-mustard vinaigrette

GRIEGA
Lechuga, cebolla roja, pepino, tomates cherry, aceitunas negras, queso feta, orégano y vinagreta de limón
Greek · Lettuce, red onion, cucumber, cherry tomatoes, black olives, feta cheese, oregano and lemon vinaigrette

DE ALUBIAS ESTILO CHILI SIN ALÉRGENOS
Judías blancas y rojas, cebolla encurtida, cilantro y vinagreta de lima y aceite
Chilli-style bean salad · White and red beans, pickled onion, coriander and lime and olive oil dressing

DE GARBANZOS Y ATÚN
Garbanzos, tomate, cebolla roja, aceitunas, atún y vinagreta de vinagre y lima
Chickpea & tuna salad · Chickpeas, tomato, red onion, olives, tuna and vinegar-lime dressing

MEDITERRÁNEA DE PATATA
Patata baby, cebolla roja, judía plana, huevo duro, gambas y vinagreta mediterránea
Mediterranean potato salad · Baby potatoes, red onion, flat green beans, hard-boiled egg, prawns and Mediterranean dressing

BUDDHA BOWL MEDITERRÁNEO
Cuscús, falafel, espárragos, aguacate, pepino, tomates cherry, aceitunas, cebolla roja, queso feta y salsa de yogur, menta y lima
Mediterranean Buddha bowl · Couscous, falafel, asparagus, avocado, cucumber, cherry tomatoes, olives, red onion, feta and yogurt, mint and lime sauce

Bar crudo *Raw bar*

POKE DE SALMÓN
Arroz, salmón marinado, edamame, wakame, pepino, mango, aguacate y vinagreta de sésamo y mirin
Salmon poke · Rice, marinated salmon, edamame, wakame, cucumber, mango, avocado and sesame-mirin vinaigrette

POKE DE ATÚN
Arroz, atún marinado, wakame, edamame, pepino, aguacate, zanahoria, jengibre y vinagreta de tahini
Tuna poke · Rice, marinated tuna, wakame, edamame, cucumber, avocado, carrot, ginger and tahini vinaigrette

CALIFORNIA MAKI
Maki vegano
California maki · Vegan maki

SALMÓN MAKI
Salmón, cangrejo, aguacate, pepino y salsa teriyaki
Salmon maki · Salmon, crab, avocado, cucumber and teriyaki sauce

TARTAR DE SALMÓN
Aguacate, salsa ponzu y salsa de mango picante
Salmon tartare · Avocado, ponzu and spicy mango sauce

CARPACCIO DE TERNERA
Trufa, rúcula y escamas de Parmigiano Reggiano
Beef carpaccio · Truffle, rocket and Parmigiano Reggiano shavings

---

Icono atenuado: puede contener según receta o proveedor · Consulta a nuestro personal si tienes alguna alergia o intolerancia
Faded icon: may contain depending on recipe or supplier · Please ask our staff if you have any allergy or intolerance

Para compartir *To share*

TOSTA DE AGUACATE
Pan de masa madre, aguacate, escalivada de verduras y huevo poché
Avocado toast · Sourdough bread, avocado, roasted vegetable escalivada and poached egg

BERENJENA ASADA
Con salsa de miso, queso feta y anacardos con togarashi
Roasted eggplant · Miso sauce, feta cheese and cashew togarashi

TEMPURA DE VERDURAS Y GAMBONES
Selección de verduras y gambones en tempura crujiente
Vegetable & king prawn tempura · Selection of vegetables and king prawns in crispy tempura

SAM DE LANGOSTINOS
Langostinos con vinagreta de miso
Prawn saam · Prawns with miso vinaigrette

CROQUETAS CREMOSAS DE JAMÓN IBÉRICO
Creamy Iberian ham croquettes

CALAMARES FRITOS
Acompañados de mayonesa de yuzu
Fried calamari · Served with yuzu mayonnaise

GAMBAS AL PIL-PIL
Pil-pil prawns

WRAP DE SALMÓN AHUMADO · FRÍO
Salmón ahumado, pepinillo, aguacate, tomate, rúcula y salsa de queso crema
Smoked salmon wrap · cold · Smoked salmon, gherkin, avocado, tomato, rocket and cream cheese sauce

WRAP DE POLLO · CALIENTE
Pollo, verduras asadas, ras el hanout, mozzarella y chutney de mango
Chicken wrap · hot · Chicken, roasted vegetables, ras el hanout, mozzarella and mango chutney

Principales *Main courses*

SMASH BURGER DE BUEY
Doble carne de buey, cheddar cremoso, bacon, cebolla caramelizada aromatizada, tomate, lechuga, pepinillo, mayonesa y mostaza. Con patatas fritas naturales
Beef smash burger · Double beef patty, creamy cheddar, bacon, caramelised onion, tomato, lettuce, pickles, mayonnaise and mustard. Served with fresh-cut chips

HAMBURGUESA DE POLLO CRUJIENTE
Pollo empanado crujiente, cheddar cremoso, tomate, lechuga y salsa de curry. Con patatas fritas naturales
Crispy chicken burger · Crispy breaded chicken, creamy cheddar, tomato, lettuce and curry sauce. Served with fresh-cut chips

WOK DE FIDEOS CON TERNERA
Fideos salteados con verduras, ternera, anacardos, cebolla encurtida y salsa teriyaki
Beef noodle wok · Stir-fried noodles with vegetables, beef, cashews, pickled onion and teriyaki sauce

BOWL DE SALMÓN TERIYAKI
Salmón glaseado con teriyaki, arroz basmati, brócoli, zanahoria y edamame salteados, sésamo y cebolleta
Teriyaki salmon bowl · Teriyaki-glazed salmon, basmati rice, sautéed broccoli, carrot and edamame, sesame and spring onion

LUBINA A LA ESPALDA
Acompañada de patatas y verduras al horno
Butterflied sea bass · With oven-roasted potatoes and vegetables

GAMBONES AL HORNO
Acompañados de patatas y verduras asadas
Oven-roasted king prawns · With roasted potatoes and vegetables

SOPA MARINERA
Selección de pescado y marisco con pan tostado aromatizado al ajo
Seafood soup · Selection of fish and shellfish with garlic toast

JARRETE DE CORDERO
Cocinado lentamente y acompañado de puré de patata
Lamb shank · Slow-cooked, served with mashed potato

Icono atenuado: puede contener según receta o proveedor · Consulta a nuestro personal si tienes alguna alergia o intolerancia
Faded icon: may contain depending on recipe or supplier · Please ask our staff if you have any allergy or intolerance

Paellas

Mínimo 2 personas · Minimum 2 people

MIXTA
Pollo, rosada y choco
Mixed · Chicken, kingklip and cuttlefish

DE MARISCO
Choco, gambas, mejillones, almejas, gambones y carabineros
Seafood · Cuttlefish, prawns, mussels, clams, king prawns and scarlet prawns

Postres *Desserts*

SELECCIÓN DE HELADOS
Ice cream selection

BROWNIE DE CHOCOLATE
Con helado de vainilla
Chocolate brownie · With vanilla ice cream

TIRAMISÚ CLÁSICO CASERO
Classic homemade tiramisu

CREPES (CHOCOLATE O DULCE DE LECHE)
Chocolate o dulce de leche
Crêpes (chocolate or dulce de leche) · Chocolate or dulce de leche

POSTRE DEL DÍA
Consulta sus alérgenos a nuestro personal
Dessert of the day · Please ask our staff about allergens

Leyenda · Legend

Cacahuetes *Peanuts*	Pescado *Fish*	Crustáceos *Crustaceans*	Sulfitos *Sulphites*	Gluten *Gluten*	Frutos de cáscara *Tree nuts*
Soja *Soybean*	Huevos *Eggs*	Mostaza *Mustard*	Moluscos *Molluscs*	Lácteos *Dairy*	Sésamo *Sesame*

Icono atenuado: puede contener según receta o proveedor · Consulta a nuestro personal si tienes alguna alergia o intolerancia
Faded icon: may contain depending on recipe or supplier · Please ask our staff if you have any allergy or intolerance