

IL MENÙ: SCEGLI FRA 3 PROPOSTE

1. ZUPPE & TORTE SALATE

UNA ZUPPA IN ABBINAMENTO CON UNA TORTA SALATA

Gazpacho

Pomodori, Cetrioli, Peperoni Rossi, Pane Semi-Integrale



VEGANO



SENZA LATTOSIO

Vellutata

Piselli, Porri, Zenzero



SENZA LATTOSIO



VEGANO



GLUTEN FREE

Zuppa

Miglio, Cannellini, Spinaci



SENZA LATTOSIO



VEGANO



GLUTEN FREE

TORTE SALATE

Grano Saraceno Integrale, Bietole e Feta

Base con Farina di Grano Saraceno Integrale
Farcitura con Bietole, Porri e Feta

Farinata di Ceci e Carote

Base con Farina di Ceci
Farcitura con Carote speziate con Za'atar



SENZA LATTOSIO



VEGANO



GLUTEN FREE

Rustica con Pomodorini e Cipolle Rosse

Base con Farina Semi-Integrale
Farcitura con Pomodorini, Cipolle Rosse e Uova



SENZA LATTOSIO

2. INSALATONE

Insalatona Vegetariana

Misticanza, Spinacino, Zucchine e Melanzane Saltate, Ceci, Paprika e Timo, Semi Misti, Dressing Yogurt e Balsamico



SENZA LATTOSIO



GLUTEN FREE

Insalatona Vegana

Cavolo Cappuccio Viola, Carote arrostite, Spinacino, Quinoa, Tofu Marinato, Dressing all'Arancia



SENZA LATTOSIO



VEGANO



GLUTEN FREE

Insalatona Proteica

Misticanza, Pollo Marinato al Lime Cotto a bassa temperatura, Cetrioli, Mandorle, Dressing al Lime e Salsa Tahina



SENZA LATTOSIO



GLUTEN FREE

3. TRIS MIAMORO

MiAmoro Vegetariano

- Fagioli Cannellini con Capperi, Pomodorini e Basilico
- Riso Rosso con Verdure stile Thai
- Zucchine e Uova Marinate in Salsa di Soia



SENZA LATTOSIO



GLUTEN FREE

MiAmoro Vegano

- Dahl di Lenticchie Rosse
- Quinoa con Taccole, Zucchine e Porri
- Fagiolini con Tofu Marinato e Semi Tostati



SENZA LATTOSIO



VEGANO



GLUTEN FREE

MiAmoro Proteico

- Sedanini di Lenticchie Rosse al Pesto di Zucchine e Yogurt
- Riso Venere con cubetti di Salmone, Carote e Fagiolini
- Millefoglie di Melanzane



SENZA LATTOSIO



GLUTEN FREE

SNACK & DRINK

Granola MiAmoro

Avena, Mandorle, Nocciole, Grano Saraceno, Semi di Girasole, Semi di Zucca, Cioccolato Extra Fondente



Barrette MiAmoro

Nocciole, Mandorle, Semi di Girasole, Semi di Zucca, Semi di Sesamo, Cioccolato Extra Fondente



CAFFÈ CON MOKA

ESTRATTI

Estratto Verde

Mela Verde, Spinacino, Cetriolo, Limone, Semi di Chia

Estratto Rosso

Cocomero, Pesca, Lime, Zenzero

Estratto Arancione

Melone, Albicocca, Menta, Carota, Limone



ACQUA IN BRICK



RESPECT
YOUR BODY
ENJOY
YOUR MEAL

MIAMORO HEALTHY BISTROT

LUN-SAB 11:30 / 15:00

+39 059 623 2257

VIALE BUON PASTORE 258, 41124 MODENA



MIAMORO HEALTHY BISTROT