



MAMBU

TORRESUDA

POKE & MORE



WWW.MAMBUPOKE.IT

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

Always remember to communicate allergies and intolerances at time of order.

ANTIPASTI

~ POLPETTE DI POLPO €6,00

~ SALMONE €11,00

~ TONNO €11,00

~ SAMOSA & SPRING ROLL €6,00

~ TEMPURA DI GAMBERI €12,00

~ POLPO CBT €14,00

*Polpo CBT, spuma di burrata,
e rucola

~ FRITTURA MISTA €18,00

~ COSTRONI DI PESCE €20,00

~ CRUDO DI SEPIA €11,00

~ INSALATA DI MARE €14,00

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

* In mancanza di prodotti freschi in azienda si utilizzano prodotti surgelati

COPERTO €2,00

PANINI

~ YELLOW €13,00

Gamberi in tempura, mozzarella, mayo spicy,
cipolla caramellata, misticanza

~ PINK €14,00

*Salmone crudo, guacamole dolce,
philadelphia, pomodori, friscus/panko

~ PURPLE €13,00

Polpo fritto, melanzane grigliate, giuncata,
mayo al basilico

~ RED €14,00

*Tonno crudo, stracciatella, pomodori secchi,
anacardi, rucola

~ ORANGE €13,00

Gamberi al vapore, cime di rapa, cacio
ricotta, pomodoro confit, valeriana, capperi

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

* In mancanza di prodotti freschi in azienda si utilizzano prodotti surgelati

COPERTO €2,00

POKE BOWL



SCEGLI LA BASE

Scegli 2 opzioni



BOWL MAXI

+ 2€

~ MAMBU €13,50

*Salmone naturale, *tonno marinato, mela verde, philadelphia, edamame, cavolo cappuccio marinato, sesamo, mayonese

~ TUNA €13,50

*Tonno al naturale, *gamberi, avocado, carota, pesca, goma wakame, alga nori, teriyaki

~ SALMON €13,50

*Salmone marinato, *polpo, cetriolo, feta, mais, ananas, cipolla croccante, mayonese polpo

~ BEEF €16,00

Filetto manzo, carote, olive, pomodorini, olio, mandorle, stracciatella

~ CHICKEN €13,00

Pollo, mais, olive, pomodorini, mango, taralli, salsa yogurt

~ VEGGIE €13,00

Ceci, piselli primavera, zucchine, cetriolo, edamame, mais tostati, olio evo

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

* In mancanza di prodotti freschi in azienda si utilizzano prodotti surgelati

COPERTO €2,00

CREA LA TUA BOWL

SCEGLI IL FORMATO



REGULAR €13,00

+ 2 proteine



MAXI €15,00

+ 3 proteine

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

Scarica qui la tabella degli allergeni

<https://www.mambupoke.it/wp-content/uploads/2022/12/Lista-Allergeni.pdf>

SCEGLI GLI INGREDIENTI

1

BASE

MAX 2

Riso sushi
Riso basmati
Riso Venere
Farro
Quinoa
Insalata

2

PROTEINE

MAX 2/3

*Salmone naturale
*Salmone marinato + €0,50
*Tonno naturale
*Tonno marinato + €0,50
Tonno sott' olio
*Polpo
Gamberi
*Gamberi in tempura
Pollo
Filetto di manzo + €2,00
Uova sode

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

* In mancanza di prodotti freschi in azienda si utilizzano prodotti surgelati

COPERTO €2,00

3

GREEN

MAX 4

Ananas
Avocado + €0,50
Carota
Cavolo cappuccio
Ceci
Cetriolo
Edamame
Feta
Goma wakame + €0,50
Mais
Mango + €0,50
Mela verde
Mozzarelline + €0,50
Olive
Pesca
Piselli primavera
Pomodorini
Philadelphia
Stracciatella + €1,00
Zenzero marinato
Zucchine

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

* In mancanza di prodotti freschi in azienda si utilizzano prodotti surgelati

COPERTO €2,00

4

SALSE

MAX 2

Mayonese
Mayonese spicy
Mayonese polpo
Guacamole
Teriyaki
Soia
Wasabi
Olio evo
Agrodolce
Aceto balsamico
Salsa yougurt
Yuzu (agrumata)

5

TOPPING

Sesamo bianco&nero
Anacardi
Tarallini
Mais tostato
Cipolla croccante
Mandorle
Chips di patate + €0,50
Alga nori
Granella di pistacchio + €1,00

Ricordati sempre di comunicare allergie e intolleranze al momento dell'ordinazione.

* In mancanza di prodotti freschi in azienda si utilizzano prodotti surgelati

COPERTO €2,00

BAR

Acqua naturale 75cl €2,00

Acqua frizzante 75cl €2,00

Caffè €1,00

BIBITE

Coca Cola vetro 33cl €2,50

Coca Cola Zero vetro 33cl €2,50

Fanta vetro 33cl €2,50

Thè pesca 33cl €3,00

Thè limone 27,5cl €3,00

Chinotto lurisia 27,5cl €3,00

Limonata Lurisia 27,5cl €3,00

Gazzosa Lurisia 27,5cl €3,00

BIRRE

Agricola Chiara 20cl spina (5% VOL.) €3,50

Agricola Chiara 40cl spina (5% VOL.) €6,00

Ottovolante Strong lager ambrata €4,00

20cl spina (7,7% VOL.)

Ottovolante Strong lager ambrata €7,00

40cl spina (7,7% VOL.)

VINI

BOLLER

*Prosecco D.O.C Brut /

75cl (11,5% VOL.)

€18,00

*Prosecco Brut Rosé /

75cl (12% VOL.)

€20,00

BIANCO

*T. Carsiche Verdeca / Terre Carsiche /

Verdeca I.G.T. / 75cl (12% VOL.)

€14,00

Pajara / Negroamaro bianco / Borghi di

Puglia / 75cl (12% VOL.)

€16,00

La Pruina / Malvasia bianco /

Fiano / 75cl (12% VOL.)

€16,00

Chardonnay 2021 / Cantele /

Chardonnay I.G.T. / 75cl (13% VOL.)

€18,00

*  €4,00

Chardonnay / Terre Carsiche /
Bianca Petrosa / 75cl (13% VOL.)

€18,00

Gewurztraminer 2021 / Abbazia di
Novacella /Gewurztraminer 100% /
75cl (13% VOL.)

€36,00

ROSATO

* La Pruina / Negroamaro Rosato/
75cl (14% VOL.)

€14,00

Le Poste / Susumaniello / Borghi
di Puglia / 75cl (12,5% VOL.)

€18,00

Gioia Rosa / Primitivo-Aleatico /
Terre Carsiche / 75cl (12,5% VOL.)

€20,00

Miete Rosato / Michele Calò /
Negroamaro 90% e Malvasia Nera
Leccese 10% / 75cl (10-13% VOL.)

€22,00

*  €4,00

Tramari Rosè / Feudi San Marzano /
Primitivo / 75cl (13,5% VOL.)

€24,00

Calafuria I.G.T. / Tormanesca /
Negroamaro 100% / 75cl (12,5% VOL.)

€24,00

ROSSO

Polvanera / Primitivo / Vino biologico
75cl (14,5% VOL.)

€18,00

AMARI

Tonico del Poeta €4,00

Limoncello €4,00

*  €4,00



WWW.MAMBUPOKE.IT

