

# MENU CAPE TOWN FISH MARKET

## SET DI MENU

### ANTIPASTI

TEMPURA DI GAMBERI

STRISCIOLINE DI CALAMARI

PIATTO SUSHI

TEMPURA VEGETARIANO

INVOLTINI PRIMAVERA DI POLLO

### DESSERT

BUDINO DENSO DI MOU

BROWNIE AL CIOCCOLATO

TORTA AL FORMAGGIO DOLCE

CHOC PEPPERMINT CRISP (FRAPPÉ AL CIOCCOMENTA)

GELATO CON SALSA CALDA AL CIOCCOLATO

MENU 1 (2 PORTATE)

70

MENU 1 (3 PORTATE)

90

BENTO BOX CON BOCCONCINI DI PESCE

BENTO BOX CON HAMBURGER DI PESCE

BENTO BOX CON VERDURE

BENTO BOX CON MANZO

BENTO BOX CON POLLO

VASSOIO CAMPS BAY SUSHI

MENU 2 (3 PORTATE)

105

STRISCIOLINE DI CALAMARI FRITTE

NASELLO E PATATINE FRITTE

FILETTO DI PESCE E STRISCIOLINE DI CALAMARI

VASSOIO ENA SUSHI

BENTO BOX COMBINATA VEGETARIANA

CURRY DI POLLO

LOMBATA DI MANZO (200 g)

MENU 3

155

GAMBERETTI E STRISCIOLINE DI CALAMARI FRITTE

KINGKLIP (280 g)

MARE E TERRA

VASSOIO KOBE SUSHI

TEMPURA DI TOFU E VERDURE

CURRY DI POLLO E GAMBERI

LOMBATA DI MANZO (300 g)

Tutti i pasti sopra riportati sono serviti con insalata CTFM e patate novelle.

ANTIPASTI	
OSTRICHE piatto medio	16
OSTRICHE piatto grande	24
FOCACCINE DI PESCE servite con salsa tartara	26
INVOLTINI PRIMAVERA DI VERDURE serviti con salsa al peperoncino dolce	26
INVOLTINI PRIMAVERA DI POLLO serviti con salsa al peperoncino dolce	32
STRISCIOLINE DI CALAMARI cosparse di farina e 7 spezie e fritte	34
LUMACHE al forno con burro all'aglio & Parmigiano	38
COZZE in salsa all'aglio, servite con pane	38
TEMPURA DI GAMBERI servito con salsa al peperoncino dolce	39
SEPPIOLINE alla griglia con la "Robata", la nostra salsa segreta	42

INSALATE	
INSALATA GRECA	52
INSALATA DI GAMBERETTI E AVOCADO insaporita con salsa Ponzu	62

[V] Piatti vegetariani

[H] Piatti salute – questi piatti possono essere preparati con una ricetta alternativa più sana.

Alcuni piatti possono contenere semi o frutta in guscio. Il pesce potrebbe contenere delle lisce; il peso è sempre calcolato per approssimazione sul prodotto non cotto.

Facciamo ogni sforzo per potervi garantire che i nostri ingredienti non sono geneticamente modificati. Non si accettano assegni, salvo previo accordo con il Direttore. Si accettano tutte le principali carte di credito. I prezzi non sono comprensivi di IVA. Il servizio non è incluso; sarà applicata una maggiorazione del 10% per il servizio per gruppi a partire da 8 persone. Politica di CTFM sui cibi Halaal – Tutti i locali CTFM servono carni e pollami acquistati da fornitori certificati conformi alle disposizioni Halaal. Nella preparazione dei nostri piatti non è previsto l'uso di alcolici; nei nostri locali è invece possibile acquistare bevande alcoliche.

#### BENTO BOX

Una Bento Box è un pasto leggero, composto da insalata CTFM, verdure Kake Age e riso al vapore o patatine fritte.

BOCCONCINI DI PESCE fritto con una pastella al curry e servito con salsa tartara	46
POLLO Pollo servito su letto di tagliolini	46
MANZO Striscioline di manzo su letto di tagliolini	50
KINGKLIP impanato e fritto, servito con maionese giapponese	62
FRUTTI DI MARE Gamberi, bocconcini di pesce, cozze e calamari su letto di tagliolini	62

#### BENTO BOX CON HANBÄGU

Un Bento Box Hanbägu è un hamburger giapponese senza il pane

MANZO, PESCE O POLLO serviti con una delle seguenti salse a scelta: funghi, peperoni, formaggio, peperoncino dolce, maionese al peperoncino dolce, peri-peri o tartara	48
---	----

#### BENTO BOX COMBINATA

GAMBERI & POLLO gambero in tempura & involtini primavera al pollo	62
VERDURE spiedini giapponesi di funghi e tempura vegetariano	62
FRUTTI DI MARE gambero in tempura e sacche di calamari Robata	72

#### PIATTO PRINCIPALE – POLLAME, MANZO E AGNELLO

Servito con contorno (riso o patate) a scelta.

PETTO DI POLLO con impanatura giapponese, servito con salsa a scelta	62
BISTECCA DI MANZO alla griglia, cosparsa di salsa barbecue	88
COSTOLETTE DI AGNELLO grigliate cosparse di salsa barbecue	102

#### TEPPANYAKI

Chiedete il menu Teppanyaki al vostro cameriere. (Disponibile soltanto in ristoranti selezionati.)

## CURRY

Uno stufato tradizionale sudafricano, preparato in una pentola in ghisa a tre gambe sul fuoco vivo. Tutti i potjie sono serviti con riso al vapore.

CURRY DI POLLO	58
CURRY DI GAMBERI	79
CURRY DI FRUTTI DI MARE	85

## PIATTO PRINCIPALE – FRUTTI DI MARE

Servito con contorno (riso o patate) a scelta.

NASELLO alla griglia, con burro al limone, servito con verdure di stagione	50
FOCACCINE DI PESCE con impanatura giapponese, servite con salsa tartara	52
CALAMARI & SEPPIE	
Striscioline – fritte e servite con salsa tartara	59
Duetto – sacche di calamari grigliate e striscioline di calamari fritte	69
Calamari – alla griglia con la "Robata", la nostra salsa segreta	82
GAMBERI aperti a libro e alla griglia, serviti con originale salsa asiatica di nostra produzione	124
SALMONE glassato in una salsa Teriyaki allo zenzero	118
TONNO saltato e spruzzato di condimento Yuzu	79
STACKED DORADO arricchito con gamberi, spinaci, feta, pomodorini secchi e tapenade di olive	94
KINGKLIP marinato e alla griglia in salsa dolce Miso	102
SOGLIOLA SPAGATO sogliola alla griglia in gamberi e salsa d'aglio	109

## IL BANCO DEL PESCE FRESCO

Prezzi secondo il mercato e vendita al peso

Crea il tuo piatto personalizzato con pesce fresco, calamari, gamberi, cozze, aragoste e altri frutti di mare a scelta, oppure acquista dalla nostra ampia selezione di pesce da asporto che potrai cucinarti a casa.

## PIATTO PRINCIPALE – COMBINATI E VASSOI

Servito con contorno (riso o patate) a scelta.

NOTA: se si preferiscono le seppioline in Robata alle striscioline, aggiungere 8.25

### FILETTO DI PESCE & SEPIA

Filetto di pesce e seppioline alla griglia scelte dallo chef servite la "Robata", la nostra salsa segreta 75

### GAMBERI & CALAMARI

gamberi alla griglia serviti con salsa asiatica di nostra produzione & striscioline di calamari fritte serviti con salsa tartara 90

### SIZZLER

striscioline di calamari, gamberi, cozze e bocconcini di pesce stufati in salsa peri-peri 98

### MARE E TERRA

bistecca di manzo (200g) & striscioline di calamari fritti servite con salsa tartara 86

### MARE E TERRA EXECUTIVE

bistecca di manzo (200g), gamberi e seppioline in salsa "Robata" 129

### VASSOIO FISH HOEK

(per una persona) gamberi, cozze, focaccine di pesce e striscioline di calamari fritte 94

### VASSOIO KALK BAY

- (Per una persona) Gamberi, cozze, filetto di pesce scelto dallo chef e striscioline di calamari fritte 134

- (Per due persone) Aggiungi una porzione extra di filetto di pesce scelto dallo chef & seppioline alla Robata 195

### VASSOIO HOUT BAY

(per due persone) aragoste, gamberi, cozze, filetto di pesce scelto dallo chef, focaccine di pesce e duetto di calamari 359

## CONTORNI

Pane per ogni persona, con pasta di acciughe e burro	5
Insalata di pomodori e cipolle	16
Verdure di stagione	16
Insalata francese	18
Funghi saltati	26
Insalata greca	28

<b>CONTORNI</b>	
Riso al vapore	12
Riso all'aglio	12
Patatine fritte	12
Purea di patate	12
Patate novelle	12
Riso fritto	16
<b>SALSE</b>	
Salsa tartara, burro al limone, burro all'aglio	9
salsa al pepe, salsa ai funghi, salsa al peri-peri, salsa al formaggio	16
<b>DESSERT</b>	
GELATO con salsa di cioccolato calda	27
BUDINO DENSO DI MOU	30
FRAPPÈ AL CIOCCOMENTA	34
BROWNIE AL CIOCCOLATO	34
TORTA DI CIOCCOLATO CARAMELLATO	34
<b>MENU PER BAMBINI</b>	
Solo per i bambini sotto i 12 anni.	
FOCACCINE DI PESCE E PATATINE FRITTE	26
HANBŪGU BENTO BOX DI MANZO E PATATINE FRITTE	27
CALAMARI E PATATINE FRITTE	27
FISH & CHIPS (PESCE E PATATINE FRITTE)	36
BISTECCA E PATATINE FRITTE	42
GELATO CON SALSA CALDA AL CIOCCOLATO	22
BROWNIE AL CIOCCOLATO	24
TORTA DI CIOCCOLATO CARAMELLATO	24
<b>SUSHI</b>	
Bianco	20
Verde	24
Blu	28
Rosso	31
Giallo	34
Nero	38
<b>PIATTI VEGETARIANI E ZUPPE</b>	
Zuppa Miso	20
Maki di avocado (4 pezzi)	20
Edamame	20
Tofy e wakame	20
Involtino vegetariano (4 pezzi)	20
Homelette dolce (2 pezzi)	20
Funghi shiitake marinati	20
<b>NIGIRI (2 pezzi)</b>	
Gambero	28
Curd di fagioli	31
Tonno	31
Anguilla	31
Salmone	34

<b>PANINO FASHION (2 pezzi)</b>	
Gamberi e avocado	24
Salmone e avocado	28
<b>SASHIMI (5 pezzi)</b>	
Salmone	24
Tonno	31
Tonno saltato	34
Salmone e tonno	38
<b>INSALATA</b>	
Calamari marinati	24
Bastoncini di gambero	31
Salmone saltato	34
Gamberi e avocado	38
<b>SPECIALITÀ</b>	
Chirashi	34
Salmone in confezione regalo (2 pezzi)	34
<b>MAKIMONO</b>	
Bastoncini di gambero	24
Gambero	24
Salmone	28
Tonno alle spezie	28
<b>SCELTA DELLO CHEF</b>	
Fagottini wasabi (3 pezzi)	38
Rose di salmone	38
Uova di salmone	38
<b>INVOLTINI RIVOLTATI (4 pezzi)</b>	
California	28
Gamberi e avocado	28
Philadelphia	31
Tonno alle spezie e avocado	31
<b>INVOLTINO GIGANTE (2 pezzi)</b>	
Bambù	28
Arcobaleno	31
Gambero, peperone rosso e formaggio	34
<b>ROTOLINI FATTI A MANO</b>	
Gamberi e avocado	31
Anguilla e avocado	34
Salmone e avocado	34
Tonno alle spezie e avocado	34
<b>DESSERT</b>	
Macedonia di frutta mista	24
Brownie al cioccolato	24
Torta di cioccolato caramellato	24
Torta al formaggio dolce	24

## VASSOI DI SUSHI

ENA	72
Edamame	
Un tonno alle spezie e avocado	
Due pezzi di tonno Sashimi	
Una rosa di salmone	
Un gambero Nigiri	
Un curd di fagioli Nigiri	
Due pezzi di salmone Sashimi	
Un involtino California	
ENA DELUXE	82
Edamame	
Tonno alle spezie e avocado	
Due pezzi di tonno Sashimi	
Rosa di salmone	
Gambero Nigiri	
Curd di fagioli Nigiri	
Due pezzi di salmone Sashimi	
Un involtino California	
Un'anguilla Nigiri	
Un fagottino Wasabi	
OSAKA	109
Due curd di fagioli Nigiri	
Due homelette dolci Nigiri Edamame,	
Quattro cetrioli Makimono	
Quattro involtini vegetariani	
KOBE	154
Cinque pezzi di Nigiri	
Sei pezzi di Sashimi	
Due involtini arcobaleno	
KOBE DELUXE	285
Tre rose di salmone	
Due pezzi di salmone in confezione regalo	
Quattro mezzi di salmone makimono	
Un'insalata di bastoncini di gamberi	
Sei pezzi di Sashimi	
Cinque pezzi di Nigiri	
Due involtini arcobaleno	