

LUNCH

GSTF SHARES

HUMMUS VEG

Crema di ceci e paprika servita con pita*
1, 11, 12

8,00

GUACAMOLE VEG

Smashing avocado condito con olio, sale, pepe, coriandolo, lime accompagnato con concassé di pomodoro, cipolla rossa, jalapeño e nachos
12

9,00

PIZZETTA MARGHERITA GSTF

1, 7, 8, 12

10,00

PIZZA MARGHERITA GSTF NEW

1, 7, 8, 12

15,00

GSTF SALADS

CHICKEN CAESAR SALAD GSTF

Pollo alla piastra, crispy bacon, lattuga, scaglie di grana, crostini di pane, dressing GSTF Caesar (grana, acciughe, maionese e salsa worcestershire)
1, 3, 4, 7, 12

17,00

WINTER QUINOA SALAD VEG NEW

Quinoa, feta, cavolo, nero, finocchi, arance, olive, pinoli, timo, citronette all'arancia
7, 8

16,00

AVOCADO SALAD GSTF GSTF

Avocado, gamberi* alla piastra, songino, semi di zucca e girasole, cipolla di Tropea e citronette dolce alla curcuma
2, 8, 12

18,00

GSTF SANDWICHES

GSTF CLUB SANDWICH con patate al forno e salsa rosa GSTF

Pane in cassetta, tacchino arrosto GSTF, uovo sodo, bacon, pomodoro, lattuga, dressing GSTF
1, 3, 6, 7, 10, 12

18,00

GSTF SALMON & GUACAMOLE CLUB SANDWICH con patate al forno e salsa rosa Ω3

Pane in cassetta integrale, salmone affumicato, cream cheese, senape all'antica, guacamole, cetriolini sott'aceto, lattuga romana
1, 4, 6, 7, 10, 12

19,00

GSTF WOKS

WOK DI POLLO E VERDURE servita con riso thai e semi di papavero GSTF

Pollo cotto a bassa temperatura saltato con zucchine, carote, fagiolini, spinacino in foglia, friggietto, verza, germogli di soia guarnito con GSTF gluten free soy sauce
6, 8, 12

17,00

WOK DI BRANZINO servita con riso thai e semi di papavero Ω3 NEW

Filetto di branzino* saltato con zucchine, carote, fagiolini, broccoli, sedano rapa, guarnito con salsa mediterranea e olive taggiasche
4, 9

18,00

WOK DI GAMBERI servita con riso thai e semi di papavero Ω3 NEW

Mazzancolle*, zucchine, carote, fagiolini, cavolfiore, okra, verza, radicchio guarnito con salsa agrodolce e aneto
2

18,00

SEITAN VEGGIE WOK VEG GSTF NEW

Pulled di seitan con zucchine, carote, fagiolini, zucca e spinacino guarnito con salsa al cocco e ananas
1, 9, 10

18,00

VEGGIE WOK servita con riso thai e semi di papavero VEG NEW

Zucchine, carote, fagiolini, finocchio, zucca, foglie di spinacino, radicchio, guarnito con salsa veggio e semi di zucca
9, 12

16,00

PAD THAI RICE GSTF GSTF

Riso saltato con uovo, gamberi*, fagiolini, piselli*, coriandolo fresco, pestato di peperoncino, anacardi, germogli di soia, cipollotto, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce
2, 3, 6, 8, 12

18,00

CHICKEN PAD THAI RICE GSTF

Riso saltato con uovo, pollo, fagiolini*, piselli*, germogli di soia, cipollotto, coriandolo fresco, anacardi, pestato di peperoncino, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce
2, 6, 8, 12

17,00

GSTF MAIN COURSES

1/2 POLLO ALLO SPIEDO GSTF

Servito con salsa chimichurri e patate al forno
12

15,00

CHICKEN FINGER GSTF NEW

Serviti con patate al forno e salsa rosa
1, 3, 5, 6, 7

16,00

SIDES

Patate arrosto VEG	6,00	Spinacino ripassato VEG	5,00
Riso Thai VEG	3,00	Insalatina mista - Songino, carote e pomodorini VEG	5,00
1/2 avocado VEG	4,00		

GSTF DESSERTS

GELATO 3, 7	6,00	AFFOGATO AL CAFFE' 	7,00
TIRAMISÙ *	7,00	CHEESECAKE *	7,00
1, 3, 7		1, 3, 7	
BROWNIES *	6,00	CROSTATA DI CONFETTURA	5,00
1, 3, 8		Di albicocca e frutti rossi	
		1, 3, 7	

FRUITS & BOWLS

MACEDONIA	6,00	MACEDONIA CON YOGURT GRECO	7,00
		7	
MACEDONIA CON GELATO	7,00	YOGURT GRECO con granola e miele	6,00
		1,7,8	
ANANAS	6,00		

BRUNCH

Sabato, domenica e festivi dalle 12 alle 16

COPERTO 3,00

BRUNCH APERITIF

ROSSINI	8,00	APEROL SPRITZ	8,00
Prosecco, polpa di fragole			

GSTF SHARES

HUMMUS VEG	8,00	GUACAMOLE VEG	9,00
Crema di ceci e paprika servita con pita		Smashing avocado condito con olio, sale pepe, coriandolo, lime e accompagnato con concassé di pomodoro, cipolla rossa, jalapeño e nachos	
1, 11, 12		12	

PIZZETTA MARGHERITA GSTF	10,00	PIZZA MARGHERITA GSTF	15,00
1, 7, 8, 12		1, 7, 8, 12	

GSTF SALADS

CHICKEN CAESAR SALAD GSTF NEW	17,00	WINTER QUINOA SALAD VEG NEW	16,00
Pollo alla piastra, crispy bacon, lattuga, scaglie di grana, crostini di pane, dressing GSTF Caesar (grana, acciughe, maionese e salsa worcestershire)		Quinoa, feta, cavolo nero, finocchi, arance, olive, pinoli, timo, citronette all'arancia	
1, 3, 4, 7, 12		7, 12	

AVOCADO SALAD GSTF Ω3	18,00
Avocado, gamberone* alla piastra, songino, semi di zucca e girasole, cipolla sbollentate e citronette dolce alla curcuma	
2, 8, 12	

GSTF SPECIAL BRUNCH MENU'

EGGS BENEDICT ROYALE Ω3

Uova poché servite con bagel, salsa olandese, salmone affumicato, sesamo nero, erba cipollina e accompagnate con songino e pomodorini confit

1, 3, 4, 7, 12

19,00

VEGGIE EGGS BENEDICT VEG

Uova poché servite con bagel, salsa olandese, spinacino, piselli, fagiolini, cipollotto, broccoli, erba cipollina, sesamo nero e accompagnate con songino e pomodorini confit

1, 3, 7, 11

16,00

EGGS & SALMON AVOCADO TOAST Ω3

Crostino di pane di Altamura con avocado, salmone affumicato, uovo all'occhio di bue, cream cheese, erba cipollina, sesamo nero e accompagnato con songino, cipolla sbollentata, pomodorini confit, rösti di patate e spinaci filanti

1, 3, 4, 7, 11, 12, 10

19,00

EGGS & BACON AVOCADO TOAST GSTF

Crostino di pane di Altamura con avocado, crispy bacon, uovo all'occhio di bue, erba cipollina e accompagnato con songino, pomodorini confit, rösti di patate e spinaci filanti

1, 3, 7, 12, 11, 10

18,00

CROQUE MADAME GSTF

Toast con emmenthal, prosciutto cotto, uovo all'occhio di bue, besciamelle, erba cipollina accompagnato con songino, pomodorini confit e rösti di patate

1, 3, 7, 12

17,00

CROQUE MOSIEUR GSTF

Toast con emmenthal, prosciutto cotto, besciamelle, germogli di pisello e accompagnato con songino, pomodorini confit, rösti di patate

1, 7, 12

16,00

CHICKEN FINGERS GSTF

Serviti con patate al forno e salsa rosa

1, 3, 5, 6, 7

16,00

PANCAKES

PANCAKES CON FRUTTI DI BOSCO E BANANE VEG

Serviti con sciroppo d'acero

1, 3, 7, 12

12,00

PANCAKES con nutella VEG

Serviti con panna e nocciole

1, 3, 7, 8, 12

13,00

GSTF SANDWICHES

GSTF CLUB SANDWICH con patate al forno e salsa rosa PRO

Pane in cassetta, tacchino arrosto GSTF, uovo sodo, bacon, pomodoro, lattuga, dressing GSTF

1, 3, 6, 7, 10, 12

18,00

GSTF SALMON & GUACAMOLE CLUB SANDWICH con patate al forno e salsa rosa Ω3

Pane in cassetta integrale, salmone affumicato, cream cheese, guacamole, cetriolini sott'aceto, lattuga romana, senape all'antica

1, 4, 6, 7, 10, 12

19,00

GSTF WOK

WOK DI POLLO E VERDURE servita con riso thai e semi di papavero GSTF	17,00	PAD THAI RICE GSTF GSTF	18,00
Pollo cotto a bassa temperatura saltato con zucchine, carote, fagiolini, spinacino in foglia, friggittello, verza, germogli di soia guarnito con GSTF gluten free soy sauce 6, 8, 12		Riso saltato con uovo, gamberi*, fagiolini, piselli*, germogli di soia, cipollotto, coriandolo fresco, pestato di peperoncino, anacardi tostati, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce **accompagnato da 2, 3, 6, 8, 12	

SIDES

Patate al forno VEG	6,00	1/2 avocado VEG	4,00
Insalatina mista - Songino, carote e pomodorini VEG	5,00		

GSTF DESSERTS

GELATO 3, 7	6,00	AFFOGATO AL CAFFE' 3, 7	7,00
TARTALLETTA DI FRUTTI DI BOSCO 1, 3, 7	7,00	TIRAMISÙ * 1, 3, 6, 7	7,00
CHEESECAKE * 1, 3, 7	7,00	BROWNIES 1, 3, 8	6,00
CROSTATA DI CONFETTURA * 1, 3, 7	5,00		

FRUITS & BOWLS

MACEDONIA	6,00	MACEDONIA CON YOGURT GRECO 7	7,00
MACEDONIA CON GELATO 3, 7	7,00	YOGURT GRECO con frutta, granola e miele 1, 7, 8	6,00
ANANAS	6,00		

LEGENDA PIATTI

VEG Vegetarian

PRO Proteico

GSTF Our Special

Ω3 Ricchi di Omega 3

NEW New

 Gluten Free Alert staff in case of celiac disease or allergies

* I piatti contrassegnati con asterisco, sono preparati con materia prima surgelata o congelata all'origine

LISTA ALLERGENI

- 1 Cereali con glutine
- 2 Crostacei e prodotti a base di crostacei
- 3 Uova e prodotti a base di uova
- 4 Pesce e prodotti a base di pesce
- 5 Arachidi e prodotti a base di arachidi
- 6 Soia e prodotti a base di soia
- 7 Latte e prodotti a base di latte
- 8 Frutta in guscio e prodotti derivati
- 9 Sedano e prodotti a base di sedano
- 10 Senape e prodotti a base di senape
- 11 Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo
- 12 Solfiti
- 13 Lupino e prodotti a base di lupino
- 14 Molluschi e prodotti a base di molluschi