



it'sTIME
toEAT

BEN
GIO

PUCCIA SALENTINA

BENGIO € 10,00
prosciutto crudo, mozzarella, pomodoro, rucola

CAPRESE € 8,00
mozzarella, pomodoro, olio, sale

GOLOSA € 9,00
stracciatella, mortadella, finocchio, pistacchi

TONNO € 8,00
tonno, pomodoro, mozzarella

BRESAOLA € 10,00
insalata, bresaola, philadelphia, scaglie di grana

VEGETARIANA € 7,00
insalata, pomodoro, rucola, funghi

SALMONE € 12,00
salmone, insalata, stracciatella, lime, rucola, pepe rosa
Patè di salmone

FRISA



€ 6,00

Pomodorini, olio, sale,
rucola, insalata,
capperi.

S. CATERINA € 9,00
stracciatella, pomodoro secco
capocollo di Martina Franca, rucola

PASTRAMI € 12,00
pastrami (carne di manzo affumicata), insalata,
cheddar, senape di Digione, cipolla rossa caramellata

ESTATE € 9,00
Prosciutto Cotto, rucola, cuori di carciofo,
burrata, foglie di basilico

BUFALINA € 10,00
Crudo di Parma 18 mesi, mozzarella di bufala DOP,
pomodoro, basilico.



Aggiunte

stracciatella, olive, tonno, cipolla,
mozzarella, caciocotta, ecc.

* Prezzo variabile in base alle aggiunte

PINSA ROMANA

MARGHERITA € 10,00
pomodoro, mozzarella, origano

SALENTINA € 15,00
capocollo, stracciatella,
pomodori secchi, rucola

MORTAZZA € 15,00
mortadella, stracciatella, pistacchi

4 STAGIONI € 15,00
pomodoro, mozzarella, carciofi,
funghi, prosciutto cotto

CAPRESE € 15,00
pomodoro a fette, mozzarella a fette,
olio, sale, origano (ingredienti tutti fuori cottura)

TONNO € 15,00
pomodoro, mozzarella, cipolla rossa di Tropea
capperi, tranci di tonno



Varianti

Mozzarella di bufala +€ 2,00
Mozzarella senza lattosio +€ 2,00

INSALATE

* Prezzo variabile in base alle aggiunte

FANTASIA

Insalata verde mista, pomodorini, mozzarelline, mais, rucola, olive verdi, carote

€ 12,00

POMODORI



Pomodoro, olio, aceto, basilico

€ 8,00

FARRO



Insalata di farro con verdure crude di stagione

€ 12,00

GRECA

Insalata verde mista, pomodori ciliegino, cipolla rossa di Tropea, feta, olive Kalamata, salsa tzatziki, cetrioli

€ 12,00

MEDITERRANEA

Farro, cetriolo, ceci, feta, olive Kalamata, pomodori ciliegino, mais

€ 12,00

ESTIVA

Quinoa, anguria, feta, cetriolo, pomodoro ciliegino

€ 12,00

SANTA CATERINA

Pollo, farro, rucola, cuori di carciofo in olio, mandorle

€ 15,00

PROTEICA

Quinoa, salmone affumicato, uova sode, rucola, salsa yogurt

€ 18,00

FAGIOLINA

Fagioli neri, cetriolo, cipolla rossa di Tropea, mais, pomodorini ciliegino, bocconcini di mozzarella, rucola.

€ 14,00

MELBA

Insalata verde mista, rucola, pesca frutto, ricotta, noci, miele

€ 14,00

COBB

Insalata verde mista, quinoa cotta, pollo, uova sode, pancetta affumicata croccante, avocado

€ 18,00

RUSTICA

Quinoa cotta, fagioli, tonno, capperi, cipolla rossa di tropea, rucola

€ 15,00

PORTO SELVAGGIO

Insalata verde mista, pollo, pere, noci, gorgonzola

€ 15,00

S.ISIDORO

Patate lesse, capperi, tonno, origano, cipolla rossa di Tropea pomodorini rossi ciliegino

€ 15,00

SPUNTINI

RUSTICO leccese

Pomodoro, mozzarella, besciamella

€ 3,00

TRAMEZZINO

Prosciutto cotto, formaggio, maionese

€ 5,00

TOAST MAXI

Prosciutto cotto e formaggio

€ 5,00

PIZZA MARGHERITA

Pomodoro, mozzarella, origano

€ 8,00

EGG E BACON

Uova Strapazzate, bacon croccante pane tostato, fagioli

€ 12,00

AVOCADO EGG TOAST

Pane tostato, avocado, crema di avocado, lime, olio, sale, uova al tegamino, rucola

€ 15,00

AVOCADO SALMON

Pane tostato, avocado a fette, crema di avocado, olio, sale, limone, salmone affumicato

€ 15,00

CLUB SANDWICH

Pane ai cereali, pollo, bacon croccante uovo, pomodoro, insalata, maionese

€ 15,00

APERITIVO SALENTINO

per 2 persone

€ 20,00

PIATTO CON SALUMI,
FORMAGGI LOCALI,
FRISELLINE SALENTINE,
CROSTINI FANTASIA DELLO CHEF.

dalle ore 10:00 alle ore 12:00 e dalle ore 17:00 alle ore 19:00



PRIMI

MELANZANE ALLA PARMIGIANA**

melanzane, salsa di pomodoro, mozzarella, formaggio a scaglie, basilico

€ 10,00

LASAGNE AL RAGÙ DELLA TRADIZIONE**

sfoglia di pasta fresca, mozzarella, ragù di manzo, salsa di pomodoro, besciamella, formaggio

€ 10,00

CRUDAIOLA

pasta fredda, pomodorini, formaggio cacio ricotta, basilico e rucola

€ 10,00

CANNELLONI**

ricotta, spinaci, besciamella

€ 10,00

I PIATTI

CAPRESE

mozzarella, pomodori a fette, olio, sale, origano

12,00

CARPACCIO DI BRESAOLA

bresaola, grana a scaglie, rucola, limone, olio, pepe

15,00

CAPRESE DI BURRATA DOP

burratine, pomodori ciliegino, olive Kalamata, scaglie di parmigiano, basilico

13,00

CAPRESE DI BUFALA DOP

bufaline, pomodori ciliegino, olive Kalamata, scaglie di parmigiano, basilico

15,00

PROSCIUTTO CRUDO E MELONE

15,00

CRUDO/COTTO E MOZZARELLA

15,00

CARPACCIO DI TONNO

tonno rosso affumicato, lime, sedano, pepe rosa, stracciatella, granella di pistacchio

20,00

SALMONE AFFUMICATO

salmone affumicato, lime, pepe rosa, finocchio, stracciatella, granella di pistacchio, pane tostato

20,00

TAGLIATA DI POLLO

pollo, pomodorini, rucola e scaglie di grana

16,00

COTOLETTA DI POLLO

con insalata o patatine fritte

15,00

CAPOCOLLO DI MARTINA FRANCA E BURRATA

con pomodorini e rucola

15,00

CROSTONI MISTI (5 PEZZI)

fantasia dello Chef

18,00

BRUSCHETTA



(olio, sale, pomodoro, rucola, capperi)

7,00

** PRODOTTO SURGELATO



TAGLIERE BENGIO per 2 persone

selezione di salumi, prosciutti 'azienda Villani', formaggi, confetture e frutta secca

30,00

TAGLIERE FORMAGGI per 2 persone

selezione di formaggi, confetture e frutta secca

20,00



MACEDONIA DI FRUTTA

frutta fresca di stagione 	€ 13,00
con panna	€ 15,00
con gelato	€ 18,00

FRUTTA FRESCA

anguria	€ 6,00
ananas	€ 6,00
melone	€ 6,00

PREMITURA DI AGRUMI

ARANCIA	4,00
LIMONE	4,00
POMPELMO	5,00
MELOGRANO	7,00



CENTRIFUGATI

BENGIO (mela, carota, zenzero)	6,00
GAZEBO (melone, anguria, carote, foglie di menta)	6,00
PLUTO (arance, mele, carote, limone)	6,00
GREEN (mela, sedano, cetriolo)	6,00
SPINO (barbabietola rossa, mela, carota, limone, zenzero)	6,00

INFORMAZIONE ALLA CLIENTELA INERENTE ALLA PRESENZA NEGLI ALIMENTI DEGLI INGREDIENTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

Si avvisa la gentile clientela che in alcune preparazioni preparate e/o somministrate in questo esercizio, sono contenuti ingredienti che possono provocare allergie o intolleranze. si riporta di seguito l'elenco degli allergeni presenti utilizzati in questo esercizio (Allegato II al Reg. CE1 169/2011): Cereali contenenti glutine e derivanti/Uova e prodotti a base di uova / Arachidi e prodotti a base di arachidi/Latte e prodotti a base di latte/Frutta a guscio, mandorle, nocciole, noci, pistacchi, noci macadamia e i loro prodotti / Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo/Sedano e prodotti a base di sedano/Lupini e prodotti a base di lupini/Soia e prodotti a base di soia/ Senape e prodotti a base di senape/ Anidride solforosa e solfiti / Crostacei e prodotti a base di crostacei / Pesce e prodotti a base di pesce/ Molluschi e prodotti a base di molluschi. Invitiamo tutti gli interessati a richiedere ulteriori informazioni relative alla presenza di sostanze / prodotti che provocano allergie / intolleranze al personale in servizio.

* Prezzo variabile in base alle aggiunte

SERVIZIO €1,50

BIBITE / DRINKS

Acqua minerale	l 0,5	2,00
Bibite in bottiglia/ lattina	(coca cola, cedrata, gassosa, tonica, ecc)	4,00

BIRRE / BEERS

Birre alla spina	lt 0,2	3,50
	lt 0,4	6,00

Beck's	5,00
Birra 0,0% alcol	5,00
Brewdog ipa	6,00
Ceres chiara	5,00
Corona	5,00
Pilsner Urquell	5,00

Nastro Azzurro	Italia	5,00
Incusa non filtrata	Sardegna	5,00
Tennent's		5,00
Menabrea	Piemonte	5,00
Birra GLUTEN FREE		5,00
Sud di Baladin		5,00
Raffo grezza	Puglia	5,00
Raffo ricetta originale	Puglia	5,00
Tris (olive, arachidi, tarallini)		4,50

SPRITZ

APEROL, CAMPARI, SELECT....	6,00
-----------------------------	------

SPUMANTI

FILANDA ROSÈ PINOT NERO ROSÈ MILLESIMATO	BORTOLOMIOL		
		5,00	28,00
PRIOR VALDOBBIADENE PROSECCO SUPERIORE D.O.C.G. BRUT MILLESIMATO	BORTOLOMIOL	5,00	25,00
FRANCIA CORTA D.O.C.G. BRUT	MOSNEL	8,00	35,00

VINI DI PUGLIA

BIANCHI	CHARDONNAY	CANTELE	5,00	16,00
	ROHESIA MALVASIA BIANCA	CANTELE		20,00
	TERESA MANARA CHARDONNAY	CANTELE		22,00
ROSATI	NEGROAMARO ROSATO	CANTELE	5,00	16,00
	ROHESIA NEGROAMARO ROSATO	CANTELE		22,00
ROSSI	NEGROAMARO ROSSO	CANTELE		16,00
	ROHESIA SUSUMANIELLO	CANTELE		20,00
	TERESA MANARA NEGROAMARO	CANTELE		25,00
	AMATIVO PRIMITIVO NEGROAMARO	CANTELE		28,00