



Menu' 2019

Ristorante della Dieta Mediterranea

Antipasti - Starter

- Polpo agli agrumi - Octopus with citrus fruits** € 12
Polpo* e patate silane cotte al latte aromatizzato agli agrumi
- Antipasto 3 Nodi - Starter 3 Nodi** € 15
Degustazione di pesce* in base alla disponibilità
- Tartare di Gambero Rosso - Red Shrimp** € 16
Battuto di gambero Rosso al pepe rosa e scorza di limone
- Crudi del nostro mare - Raw of our sea** € 25
Gamberone rosso di Capo Vaticano, Gobbetto, scampo, seppia, cannolicchi, tonno rosso (*in base alle disponibilità*)

- Il Tagliere - salami and cheese plate** € 14
Salumi e formaggi selezionati calabresi
- Carpaccio al tartufo - truffle carpaccio** € 18
Carpaccio di bovino, mesticanza, olio di tartufo, scaglie di pecorino e capperi fritti

Primi - first courses

- Spaghetti alle vongole - Spaghetti with clams** € 12
Spaghetti alle vongole veraci, aglio di Papaglionti e ciliegino
- Struncatura alle alici - Struncatura with anchovies** € 13
"Struncatura" mantecata con crema di Alici, fiore di capperi, olive nere, battuto di pomodoro secco, peperoncino e mollica abbrustolita e aromatizzata all'aglio
- Venere di mare - black rice with seafood** € 14
Riso nero a cottura lenta al profumo di mare e zucchine
- Tagliolini allo Scoglio - tagliolini with seafood** € 15
Tagliolini di pasta fresca, vongole, cozze, gambero rosso, calamari, scampo e pomodorini

- Fileja alla 'nduja** € 10
Pasta fresca con crema piccante alla 'nduja di Spilinga
- Spaghetti cipolla e pancetta - Sp.tti onion and bacon** € 12
Spaghetti con cipolla di Tropea caramellata e croccante di pancetta sfumata al vino

Secondi - second courses

- Pepata alla 'Nduja - mussels with "Nduja** € 12
Pepata di cozze alla 'nduja di Spilinga con crostini di pane integrale all'olio evo
- Stocco alla mediterranea - Mediterranean stockfish** € 13
Stocco di mammola, ciliegino, fiore di capperi, olive verdi, peperoncino e origano
- Gamberoni alla griglia - Grilled prawns** € 15
Gamberoni rossi di Capo Vaticano alla griglia
- Frittura di Paranza - Fried of Paranza** € 15
Frittura mista di paranza e calamari*
- Filetti di Tonno rosso - Filet of bluefin tuna** € 16
Tris di Tonno panati al sesamo, ai pistacchi di Bronte e alle nocciole
- Grigliata mista di pesce del Mediterraneo** € 22
- Mixed Mediterranean fish grill**
Pesce fresco alla griglia con contorno di arance
- Pescato del giorno - fish of the day** da € 4,50 all'etto
Pesce di taglia secondo disponibilità

- Costata - rib of beef** all'etto € 4,7
Costata di Scottona
- Tagliata ai frutti di bosco - sliced beef with berries** € 18
Tagliata con riduzione ai frutti di bosco

Contorni - Side Dishes

- Insalata alle mele - Green salad with apples** € 4
Insalata con mele verdi e aceto di mele
- Patate silane - French fries** € 4
Patate silane fritte con la buccia aromatizzate alle erbe selvatiche
- Verdure grigliate di Stagione - grilled vegetables** € 5
Melenzane, zucchine, peperoni e cipolla
- Cipolla piccante - Caramelized spicy onion** € 5
Cipolla Rossa di Tropea IGP caramellata al peperoncino piccante, pinoli con crostini di pane aromatizzato

Insalate - salads

- Insalata del cittadino** € 5
Insalata verde, rucola, carote, pomodorini, mais
- Insalata del Contadino** € 6
Pomodori, cetrioli, cipolla cruda di Tropea, Olive, peperoncino, basilico e origano
- Insalata del pescatore** € 8
Insalata verde, cipolla, tonno, acciughe, capperi liparote, Olive, peperoncino, basilico e origano

Dessert

- Tartufo di Pizzo** € 4,0
- Nocciola imbottita** € 4,0
- Sorbetto al limone** € 4,5
- Dolci della casa** € 4,5

Tavola Calda

- Toast, Panini, piadine** da € 3,0

Orari Bar

09:00 am - 24:00 pm

Orari Ristorante

12:00 am - 14:30 pm

19:30 pm - 22:30 pm

Scarica la nostra applicazione, troverai le foto, gli ingredienti, gli allergeni e molte altre informazioni.

Download our application, you will find photos, ingredients, allergens and much more information



www.3nodi.it @3noditropea #3noditropea
+39.3290544040 - info@3nodi.it

"Non si può pensare bene, amare bene,
dormire bene se non si ha mangiato bene
(Virginia Woolf)