



LA TECIA VEGANA

Ristorante biologico e vegano
EST 2017

LA TECIA VEGANA

Ristorante biologico e vegano

Calle dei Secchi 2104, Venezia

@lateciavegana

www.lateciavegana.com



Tutti i nostri piatti contengono ingredienti provenienti da
agricoltura biologica.
Non utilizziamo ingredienti di origine animale o derivati

ANTIPASTI

tutti gluten free

Insalata Russa

maionese con bevanda di mandorle, piselli, carote, patate, cetriolini, capperi – 7 €

Melanzane in Saor

cipolla, uva passa, pinoli – 7 €

Hummus

Crema di ceci con pomodori secchi, olive nere, basilico, pepe
servito con cialda di riso venere – 7 €

Mare e Monti

Crema di ceci al sapore di mare con alga nori e polenta bianca 7 €

Green Bowl

Cavolini di Bruxelles , olive verdi, basilico, pomodorini,
scalogno, datteri crema di avocado 7 €

CONTORNI

tutti gluten free

Finocchi con capperi e olive taggiasche – 5 €

Cicoria con aglio, peperoncino e pomodori secchi – 5 €

Patate al forno con erbe d'arrostato – 5 €

Coperto – 2 euro

AVVISATECI SEMPRE

in caso di intolleranze o allergie



Tutti i nostri piatti contengono ingredienti provenienti da
agricoltura biologica.
Non utilizziamo ingredienti di origine animale o derivati

PRIMI

Bigoli in salsa

“Bigoli in salsa”, rivisitazione veg del classico veneziano – 14 €

Pad Thai *senza glutine*

Tagliatelle di riso con verdure saltate, fagiolini, shitake, cappuccio, carote, zucchine,
peperoni, guarniti con arachidi – 14 €

Lasagne

Lasagne di semola con besciamella di soia e ragù rosso di seitan – 14 €

Ravioli

Ravioli bianchi e neri (autoprodotti) con ripieno di porcini e
seitan, serviti con anacardi e sugo d'arrosto – 15 €

Risotto con cavolo rosso *senza glutine*

Risotto con cavolo rosso , panna di soia, pere, aglio, guarnito con cacao – 15 €

Gnocchi di patate

Gnocchi (autoprodotti) con “gorgonzola” vegan (autoprodotta) e “speck” vegan
(autoprodotta) -14€

ZUPPA STAGIONALE

CHILI *senza glutine*

Zuppa di pomodoro, peperoni, cipolla, peperoncino, fagioli neri -9 €

servito con riso basmati, aglio, prezzemolo, limone

AVVISATECI SEMPRE
in caso di intolleranze o allergie



Tutti i nostri piatti contengono ingredienti provenienti da
agricoltura biologica.
Non utilizziamo ingredienti di origine animale o derivati

SECONDI

Parmigiana *senza glutine*

Parmigiana di melanzane con formaggio a base di cocco – 14 €

Stufato di Tempeh *senza glutine*

Tempeh con salsa di arachidi su riso basmati, servito con verdure saltate con curcuma ,alghe wakame, e zenzero – 15 €

Arrosto

Seitan con polenta, coste, funghi, misticanza ,germogli, salsa di cannellini e sugo d'arrosto -15 €

Wraps

Piadine di grano con salsa di seitan,cipolla, pomodoro, peperone piccante, cumino, salsa barbeque, olio extra vergine d'oliva . Guarniti con avocado, limone , aglio e salsa di zucchine : ceci, capperi, limone , olio evo, peperoncino-14 €

IL BURGER

Tecia Burger *senza glutine*

Burger (autoprodotta) di lenticchie e verdure servito senza pane con avocado, cipolla rossa caramellata, misticanza, pomodoro e vegan cheddar, accompagnato da patate al forno e salsa ketchup – 15 €

AVVISATECI SEMPRE
in caso di intolleranze o allergie



Tutti i nostri piatti contengono ingredienti provenienti da
agricoltura biologica.
Non utilizziamo ingredienti di origine animale o derivati

I DOLCI homemade

Vegan Cheesecake *senza glutine*

Torta su base di granola , cioccolato e datteri ,crema di soia con gelée di frutta-€6

Tiramisù

Crema con bevande di mandorla e soia, fette biscottate di farro e bagna con
caffè decaffeinato e Mirin - 6.5 €

Torta di cioccolato e nocciole

Tre strati di pan di spagna al cacao, crema di soia e ganache al
cioccolato con granella di nocciole - 6.5 euro

Bombe al cioccolato *senza glutine*

Bis degustazione di:

Pralina con cioccolato, aroma arancio, peperoncino, granella di pistacchio e Tartufino di cioccolato e nocciole

– 3 euro a coppia

Coperto — 2 euro

AVVISATECI SEMPRE
in caso di intolleranze o allergie



Tutti i nostri piatti contengono ingredienti provenienti da
agricoltura biologica.
Non utilizziamo ingredienti di origine animale o derivati.

AVVISATECI SEMPRE
in caso di **intolleranze, allergie.**

Si prega di non portare cibo o bevande dall'esterno nel
nostro ristorante
-per ragioni etiche e di sicurezza -

Qui trovate la lista completa degli allergeni :
ai sensi del Regolamento UE 1169/11

