

Intro

Tonno marinato in limoni di Sicilia	Euro	12
Riso saltato con verdure funghi shitake e gamberetti		8
Zuppa Udon		10
Edamame		6
Zuppa di miso		4
Riso bianco		4

Tartare

Salmone e avocado	Euro	8
Ricciola e mandorle		10
Salmone		6
Tonno		7

I gentili ospiti che soffrono di allergie alimentari o celiachia sono pregati di avvisarci al momento dell'ordine.

Per garantire la massima igiene delle nostre preparazioni, alcuni alimenti potrebbero essere sottoposti al processo di abbattimento della temperatura.

Bento Experience *Deluxe*

Euro 45

il piatto degustazione in 26 piccoli assaggi delle nostre migliori proposte

Six and the City gunkan con tartare di salmone, tonno, branzino

Selezione di Rolls con astice alla fiamma, avocado e gambero cotto, gambero crudo e salmone scottato

Tataki di tonno leggermente scottato ai bordi con la sua salsa

Bentosfera sfere di sushi con tonno, salmone e branzino scottato

La Capasanta scottata nel suo mezzo guscio

Il Salmone con la sua marinatura filetto di salmone marinato con arancia e miso, menta e aneto

Le selezioni. Classici e rivisitati

le nostre selezioni di sushi e sashimi misti

Sushi Intro	10 pz.	Euro 18
la selezione classica di nighiri, uramaki e hosomaki		
Sushi Bento Style	21 pz.	35
la selezione speciale di nighiri, uramaki e hosomaki		
Sashi Intro	10 pz	18
la selezione classica di sashimi, old and new style		
Sashi Bento Style	18 pz.	30
la selezione speciale di sashimi, old and new style		
Sushi scottato	8 pz.	19
la nostra selezione di nighiri scottati		
Sushi Tokyo Style	15 pz.	24
il sushi misto come viene servito a tokyo		
Nighiri Bento Style	12 pz.	25
la nostra selezione di nighiri		

Bento Experience

*sperimentare, provare, assaggiare, selezionare
siamo sempre alla ricerca di nuove idee e nuove sensazioni da proporvi*

Hotate Kai	la capasanta scottata con mezzo guscio e cetrioli julienne	Euro 10
Bentosfera	sfere di sushi con tonno, salmone, branzino scottato	9
Ipanema	spiaggia di riso con salmone, avocado, uova di pesce volante	14
Sushi Burger	un gustoso "burger" di riso, salmone, tonno, avocado, tobiko e le sue salse	18
Sushi Burger Unaghi	per i veri gourmet un "burger" di prelibata anguilla giapponese grigliata con avocado	20
Astice alla fiamma	piramide di astice alla fiamma, avocado e tobiko	18
Il Salmone con la sua marinatura	filetto di salmone marinato con arancia e miso, menta e aneto	15
D-Light	un delicato roll di salmone, hiyashi wakame, gambero cotto, mango servito con la sua salsa	12
Six and The City	la nostra selezione di gunkan con tartare di salmone, tonno, branzino	14
Tataki di salmone rivisitato	con salsa di miso e sake	16
Summer sushi	salmone e fragola, branzino e kiwi, amaebi e ananas	18

Bento Experience à la carte

un assaggio di 2 pezzi delle nostre creazioni

IL GUNKAN

è una varietà di sushi relativamente moderna, inventata in un ristorante di Ginza, quartiere di lusso di Tokyo. La sua forma particolare, che ricorda quella delle navi giapponesi, permette una maggiore creatività e varietà degli ingredienti, rispetto al sushi tradizionale.

Le nostre creazioni di gunkan prendono i nomi di isole giapponesi situate nell'Oceano Pacifico.

Miyako	Euro	10
tartare di capesante, avocado, tobiko nero, ikura, lime, salsa ponzu		
Amakusa		10
uova di quaglia, salmone, olio tartufato		
Iki		12
tartare di gamberi dolci, olio tartufo, uova di quaglia, tobiko, cetriolo, riso		
Awaji		8
tartare di salmone, cetriolo, tobiko, cream cheese, fragole, riso		
Miyajima		8
polpa di granchio, avocado, cetriolo, salsa, riso		
Minami		10
astice al vapore, avocado, tobiko nero, riso, salsa chili		
Okinawa		12
anguilla giapponese grigliata, mango, ikura, riso		
Amami		10
amaebi, salmone, cetriolo, avocado, zenzero fresco grattugiato, salsa chili		
Ryukyu		24
una selezione di tre tipi di gunkan a scelta		

Scottati

i nostri scottati serviti con riso o insalata

Salmone	Euro	18
Tonno		20
Amaebi		20
Manzo		18
Branzino		20
Shake Yaki		18
salmone alla griglia con riso bianco e germogli di soia		
Pollo in salsa Teriyaki e riso		18
Tataki		20
tataki di tonno o di salmone, servito con la sua salsa		

Carpacci

Salmone	Euro	18
Tonno		20
Ricciola		20

Chirashi

Salmone e avocado	Euro	18
Bento Style		20

Uramaki roll

selezione esclusiva del Bento

Four Seasons	8 pz.	Euro	19
lobster e tobiko - anguilla e mango - amaebi e avocado cooked salmon e cream cheese			
Alaskan			15
salmone affumicato, avocado, cream cheese, cetriolo e ikura			
Mango California			16
mango, polpa di granchio, avocado, insalata, maionese			
Bento			15
tonno, avocado, gambero cotto			
Red Snake			15
salmone, gambero crudo, avocado, salsa chili			
Bentony			15
salmone, avocado, gambero cotto			
Maki Beef			15
manzo, avocado, erba cipollina, cream cheese, salsa chili			
Salmojito			12
salmone, foglie di menta, salsa di yogurt			
Hot Salmon			15
salmone cotto, insalata, cream cheese, salsa			
Miami			15
mango, avocado, fragola, mela			
Boston			15
gambero cotto, insalata, cetriolo, tobiko			

Uramaki roll

Lobster	8 pz.	Euro	18
astice al vapore, insalata, tobiko, salsa			
Dragon			16
gambero crudo, avocado, salsa			
Kabayaki			16
anguilla alla griglia, avocado, salsa			
Red Hot Chili Pepper			14
salmone/tonno, avocado, salsa piccante in nori chili			
Rainbow			15
tonno, salmone, gambero, branzino, avocado			
California			13
polpa di granchio, avocado, insalata, maionese			
Philadelphia			12
salmone, insalata, philadelphia			

Hosomaki roll

Salmone	6 pz.	Euro	6
Tonno			7
Branzino			6
Cetriolo			5

Temaki cono

Salmone e avocado	Euro	8
Tonno e avocado		9
California		9
Lobster		12
Red Hot Chili Pepper		10

Insalate

Hiyashi Wakame (alghe fresche)	Euro	10
Wakame (alghe in foglie)		10
Wakame Remix		10
Tai salad gambero e avocado		10
Tai salad salmone e avocado		10
Tai salad tonno e avocado		10

Sushi e Sashimi

à la carte

SUSHI E SASHIMI A SCELTA

nighiri serviti in due pezzi e sashimi serviti in tre pezzi

Salmone	Euro	5
Tonno		7
Ricciola		7
Calamaro		6
Branzino		5
Anguilla		7
Orata		5
Gambero cotto		5
Ventresca		7
Gambero crudo		6

Bevande

Acqua Lurisia Stille / Bolle	50 cl.	Euro	2
Acqua Lurisia Stille / Bolle	75 cl.		3
Bevande analcoliche			4
Birra Asahi	44 cl.		7
Birra Asahi Magnum	2 l.		35
Birra Kirin	33 cl.		5
Birra Sapporo Silver	65 cl.		10
Caffè			2

The verde & Tisane

The verde Sencha		Euro	4
The Belle Epoque	ai frutti rossi		
The al gelsomino	caldo/freddo		
The Gemaicha	al riso soffiato		
Tisana Rooibos	cannella e arancia		
Tisana Belle Epoque Rooibos Vert	ai frutti rossi		
Tisana Mate Vitalité	lime		
Tisana Olong Fancy	note di sottobosco e castagne		

Sake

Sake caldo, <i>tradizionale</i>	120 ml.	Euro	6
Sho Chiku Bai, <i>equilibrato, tradizionale</i>	180 ml.		8
Sierra Cold, <i>leggero, fresco, wpuro</i>	300 ml.		18
Sho Chiku Bai Ginjo, <i>delicato, secco, profumato</i>	300 ml.		18
Sho Chiku Bai Nigorizake, <i>non filtrato, secco</i>	375 ml.		18

La zuppa di miso viene servita senza il cucchiaino perché secondo l'usanza giapponese è preferibile gustarla dalla ciotola. Ogni momento è ideale per consumare una tazza di zuppa: è possibile farlo all'inizio ma anche a fine pasto.

È consigliabile utilizzare la salsa di soia con moderazione.

Versate alcune gocce nella ciotolina e intingete nella salsa solo il pesce, non il riso.

Il wasabi è ricavato da una radice che cresce esclusivamente in Asia. Il suo aroma - estremamente forte - esalta il gusto del pesce: usatelo con moderazione.

Si consiglia di masticare lo zenzero tra un tipo di pesce e l'altro: toglie dalla bocca tutti i sapori precedenti, quindi permette di gustare al meglio i sapori.

Il the verde è un'ottima bevanda per accompagnare il vostro pasto. Non va aggiunto lo zucchero né tanto meno il limone. Ne serviamo diversi tipi, anche aromatizzati.

Il sushi va mangiato con le bacchette, in alternativa con le mani.

Secondo il bon-ton non andrebbero usate le posate, tuttavia se vi sentite più a vostro agio con la forchetta, non esitate a chiedercelo.

Il sakè, una tipica bevanda alcolica giapponese ottenuta dalla fermentazione del riso, può essere consumata calda o fredda, in ogni momento del vostro pasto.

BENTO
sushi restaurant



Corso Garibaldi, 104
20121 Milano Italy
tel.: +39 02 65 98 075
www.bentobar.com
bento@bentobar.com

Aperitivo < Consegna a domicilio
Take away < Catering