

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTACEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 E-X DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
	ENTRANTES													
Anchoa costera del cantábrico en salazón hechas por nosotros		✓			✓	T	T		T	T		T	T	✓
Arenques macerados en crema de limón	T	T	T	T	✓		✓		✓				T	✓
Boquerón adobado y frito		✓		T	✓		T	T					T	✓
Calamares de potera a la andaluza		✓		T	T		T	✓					T	✓
Cazón adobado		✓		✓	✓		✓	T					T	✓
Colas de gambas alistadas al ajillo			✓											✓
Croquetas de jamón		✓		✓	T		✓	T					T	T
Empanadillas de ventresca de bonito		✓		✓	✓		T	T					T	✓
Gamba roja del mediterráneo a la plancha			✓											✓

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTACEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 E-X DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
Jamón ibérico 100% bellota de monesterio		✓											✓	
Mini boquerones fritos		✓		T	✓		T	T					T	T
Navajas planchas al ajillo								✓						
Patitas de chipirones a la andaluza		✓		T	T		T	✓					T	T
Pijotas a la andaluza		✓		T	✓		T	T					T	T
Queso manchego curado en aceite							✓							
Revuelto de morcilla con piñones fritos				✓						✓				
Sepia plancha al ajillo				✓			✓	✓						✓
Tortilla española guisada con almejas a la marinera		✓	✓	✓	✓			✓						✓
Tortilla española guisada con callos				✓										✓

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS	
<b>ENSALADAS Y VERDURAS</b>															
Boletus Edulis con huevo, jamón ibérico y patata paja				✓			✓								
Ensalada Caparrós															
Ensalada de aguacate con piñones fritos							✓			✓					
Ensalada de colas de cangrejo de río con vinagreta			✓	✓											✓
Ensalada de dos tomates: extradulce y primora con aceite ecológico															✓
Ensalada de dos tomates con ventresca					✓										✓
Ensalada de lechuga viva con tomate y cebolla dulce															✓
Ensalada de pimientos con ventresca y alubia blanca				✓	✓										✓
Ensalada Podium				✓					✓	✓			✓		✓
Ensaladilla rusa con mahonesa de maíz			✓	✓	✓										✓
Espárragos verdes con ensaladilla rusa		T		✓	✓		T	T					T		T

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTACEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 E-X DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
Espinacas con pasas y piñones										☑				
Judías verdes rehogadas con patata y ajo							☑							
Niscalos guisados con jamón	T			T			☑		T	T	T	T	T	T
Menestra de verduras				☑			☑							
Menestra de verduras naturales y porrusalda				☑			☑							
Pisto manchego con huevo		T		☑	T								T	T

# La Ancha

PLATOS														
	APIO	CONTIENE GLUTEN	CRUSTÁCEOS	HUEVOS	PESCADO	ALTRAMUCES	LACTEOS	MOLUSCOS	MOSTAZA	FRUTOS DE CÁSCARA	CACAHUETES	GRANOS DE SÉSAMO	SOJA	DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
<b>DE CUCHARA</b>														
Gazpacho Andaluz		✓											✓	✓
Lentejas estofadas		✓					✓						✓	
Pote Asturiano							✓							
Salmorejo cordobés				✓										
Sopa cardenal	✓	✓		T										✓
Sopa de ajo con huevo	✓	✓		✓									✓	
Sopa de cocido	✓	✓		T										
<b>PESCADOS</b>														
Bacalao desalado con salsa de tomate casera		✓		T	✓								T	T
Chipirones en su tinta con arroz		✓		T	T		✓	✓					✓	T
Chipirones encebollados					✓			✓		✓				

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTACEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 E-X DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
Cogote de merluza al horno					<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Cola de merluza a la bilbaína					<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Corutxo salvaje gallego al horno					<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Corvina a la plancha con su fumet y verduras			<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>						<input checked="" type="checkbox"/>
Dados de merluza en salsa de chipirones		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>						
Emperador gallego plancha al ajillo					<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Gallo de Marín plancha					<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							
Gallo en filetes a la romana		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Lenguado plancho					<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>							
Lomos de merluza a la romana		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>									
Lubina de los esteros de Barbate a la sal				<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>
Mero empanado con pisto		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>								<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LÁCTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 E-X DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
Mero empanado con pisto		✓		✓	✓								✓	
Rape de costa a la bilbaína					✓		✓							✓
Rodaballo salvaje al horno					✓		✓							✓
Salmonetes de roca fritos		✓		T	✓		T	T					T	T
Tartar de atún rojo				✓	✓				✓					✓
Ventresca de corvina a la plancha					✓		✓							✓

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
CARNES Y CASQUERÍA														
Albóndigas de ternera en salsa	✓	✓		✓	✓		✓		T			T	T	✓
Callos a la madrileña														✓
Carrillera de ternera estofada con puré de patatas		✓					✓							✓
Chuleta de ternera blanca frita en sartén		T		T	T								T	T
Chuletitas de cordero lechal fritas														
Criadillas de cordero lechal empanadas		✓		✓	✓		✓						✓	✓
Escalope "baby"		✓		✓	T								✓	T
Escalope "baby" con huevo y trufa		✓		✓	✓		✓						✓	✓
Escalope Armando		✓		✓	✓		✓						✓	✓
Escalope Armando con huevo y trufa		✓		✓	T								✓	T

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTACEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 E-X DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
Hígado de ternera encebollado		✓		T	✓		✓						T	✓
Lomo alto de vaca frisona con 50 días de maduración		T		T	T								T	T
Lomo bajo de vaca frisona con 50 días de maduración		T		T	T								T	T
Pluma ibérica plancha		T		T	T								T	T
Riñones de cordero lechal plancha ajillo					✓		✓							✓
Sesitos de cordero rebozados		✓		✓	T								T	✓
Solomillo de ternera plancha		T		T	T								T	T
Solomillo de ternera plancha con salsa de cabrales		T		T	T		✓						T	T
Steak tartar de ternera o vaca vieja				✓					✓					✓

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTACEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS	
	POSTRES														
Arroz con leche							✓								
Fruta de temporada															
Helado de chocolate		✓		T			✓			T	T		✓		
Helado de turrón		✓		✓			✓			✓		T	✓		
Helado de vainilla		✓					✓						✓		
Helado de yogur con crema caliente de higos		T		T			✓			T	T		T		
Queso manchego curado con membrillo							✓								
Sorbete de limón natural al cava							✓							✓	
Tarta de cerveza guinness		✓		✓			✓			✓					
Tarta de chocolate de nuestro obrador the omar				✓			✓			✓			✓		

# La Ancha

PLATOS	 APIO	 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 ALTRAMUCES	 LACTEOS	 MOLUSCOS	 MOSTAZA	 FRUTOS DE CÁSCARA	 CACAHUETES	 GRANOS DE SÉSAMO	 SOJA	 DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
Tarta de queso (fismuler)		✓		✓			✓							
Tarta de tres leches de nuestro obrador the omar		✓		✓			✓			✓				
Tocinillo de cielo				✓			✓							
Zum de naranja natural														