

# PLATS

## SALADES

|                                         | Lupin | Céleri | Arachides | Crustacés | Fruits à coques | Gluten | Oeufs | Lait | Mollusques | Moutarde | Poissons | Sésame | Soja | Sulfites |
|-----------------------------------------|-------|--------|-----------|-----------|-----------------|--------|-------|------|------------|----------|----------|--------|------|----------|
| Salade verte avec graines               |       |        | T         |           |                 |        |       |      |            |          |          | T      |      |          |
| Tomate, burrata et sauce au chili jaune | T     |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Salade de saumon et mangue              |       | T      | T         | T         |                 |        | T     | T    | T          |          |          | T      | T    |          |
| Salade avec melon et crevettes          |       |        | T         |           | T               |        |       |      | T          |          | T        | T      |      |          |
| Salade de morue à l'orange et romesco   |       |        | T         | T         |                 |        |       |      | T          |          |          | T      |      |          |
| Salade de tomates et ventrèche de thon  |       |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Salade de fromage de chèvre             |       |        | T         |           |                 | T      |       |      |            |          |          | T      |      |          |

## ENTRÉES

|                                            |  |   |   |   |  |  |   |   |   |   |   |   |  |   |
|--------------------------------------------|--|---|---|---|--|--|---|---|---|---|---|---|--|---|
| Artichauts confites avec copeaux ibériques |  |   |   |   |  |  |   |   |   |   |   |   |  |   |
| Tartare de thon Balfegó à l'avocat         |  |   | T | T |  |  |   |   | T |   |   |   |  |   |
| Huitre du Delta de l'Ebre                  |  |   |   | T |  |  |   |   |   |   | T |   |  |   |
| Anchois méditerranéens                     |  | T | T | T |  |  | T | T | T | T |   | T |  | T |
| Jambon 100% ibérique nourri au gland       |  |   |   |   |  |  |   |   |   |   |   |   |  |   |
| Soupe de poisson                           |  |   |   |   |  |  |   |   |   |   |   |   |  |   |
| Crème de squilles                          |  |   |   |   |  |  |   |   | T |   |   |   |  |   |

## FRITURES

|                                      |  |   |  |   |  |  |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------------------------------|--|---|--|---|--|--|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Calmars à la romaine                 |  |   |  | T |  |  | T |   |   | T |   |   | T |  |
| Anchois frits                        |  |   |  | T |  |  | T | T | T |   |   |   | T |  |
| Petits calmars frits                 |  |   |  | T |  |  | T | T |   |   | T |   | T |  |
| Calamar méditerranéen à l'andalousie |  |   |  | T |  |  | T |   |   | T |   |   |   |  |
| Patatas Bravas                       |  | T |  | T |  |  | T | T | T | T | T | T |   |  |
| Beignets de morue                    |  |   |  | T |  |  | T | T | T |   |   |   | T |  |
| Poulet fermier croustillant          |  | T |  | T |  |  | T | T | T |   | T | T |   |  |
| Croquettes de poulet rôti            |  |   |  | T |  |  | T |   | T | T | T |   |   |  |
| Croquettes de jambon ibérique        |  |   |  | T |  |  | T |   | T |   | T |   | T |  |

## GRILLÉS

|                                               |  |  |   |   |  |  |  |  |   |   |   |  |  |   |
|-----------------------------------------------|--|--|---|---|--|--|--|--|---|---|---|--|--|---|
| Petits calmars grillés avec asperges          |  |  | T | T |  |  |  |  |   | T | T |  |  |   |
| Seiche méditerranéenne grillée                |  |  | T | T |  |  |  |  |   | T | T |  |  |   |
| Sardines grillées                             |  |  |   | T |  |  |  |  | T |   |   |  |  |   |
| Crevettes caramotes méditerranéennes grillées |  |  |   |   |  |  |  |  | T |   | T |  |  | T |
| Crevettes rouges                              |  |  |   |   |  |  |  |  | T |   | T |  |  | T |
| Couteaux                                      |  |  |   | T |  |  |  |  |   |   | T |  |  |   |

## CUITES

|                          |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |   |   |  |  |
|--------------------------|--|--|---|---|--|--|--|--|--|--|---|---|--|--|
| Poulpe blanc de Cambrils |  |  |   | T |  |  |  |  |  |  | T |   |  |  |
| Palourdes à la marinière |  |  | T | T |  |  |  |  |  |  | T | T |  |  |
| Escargots de mer         |  |  |   | T |  |  |  |  |  |  | T |   |  |  |
| Poulpe à la galicienne   |  |  |   | T |  |  |  |  |  |  | T |   |  |  |

## MOULES

|                                                        |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |   |   |  |  |
|--------------------------------------------------------|--|--|---|---|--|--|--|--|--|--|---|---|--|--|
| Moules du Delta de l'Ebre à la vapeur                  |  |  |   | T |  |  |  |  |  |  | T |   |  |  |
| Moules du Delta de l'Ebre à la marinière               |  |  | T | T |  |  |  |  |  |  | T | T |  |  |
| Moules du Delta de l'Ebre à la vinaigrette de vermouth |  |  |   | T |  |  |  |  |  |  | T |   |  |  |

## RIZ

# PLATS

|                                                 | Lupin  | Céleri | Arachides | Crustacés | Fruits à coques | Gluten | Oeufs | Lait | Mollusques | Moutarde | Poissons | Sésame | Soja | Sulfites |
|-------------------------------------------------|--------|--------|-----------|-----------|-----------------|--------|-------|------|------------|----------|----------|--------|------|----------|
| Paella aux fruits de mer                        |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz au poulet fermier, écrevisses et artichauts |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz moelleux avec crabe bleu du Delta de l'Ebre |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz aux petites seiches à l'encre               |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz au homard                                   |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz du Señorito                                 |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Rice Terre et Mer avec voile de ibérique        |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz avec canard et champignons                  |        |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Riz aux légumes et poireaux confits             | VÉGANE | T      |           | T         |                 | T      | T     | T    | T          | T        | T        | T      |      |          |

# NOUILLES ET PÂTES

|                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Nouilles Rossos          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nouilles à l'encre       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rigatoni à la bolognaise |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

# COMBINÉS

|                       |        |                    |   |   |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |
|-----------------------|--------|--------------------|---|---|--|--|--|---|--|--|--|---|---|--|
| Friture               |        |                    |   | T |  |  |  | T |  |  |  |   | T |  |
| Spécial Pòsit         |        |                    | T |   |  |  |  |   |  |  |  | T |   |  |
| Fruits de mer         |        |                    |   |   |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |
| Fruits de mer complet |        |                    |   |   |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |
| Légumes grillés       | VÉGANE | OPTION SANS GLUTEN |   | T |  |  |  |   |  |  |  | T |   |  |

# RAGOÛT

|                                      |  |  |   |  |  |  |  |   |  |  |   |  |  |  |
|--------------------------------------|--|--|---|--|--|--|--|---|--|--|---|--|--|--|
| Cassolette de homard                 |  |  | T |  |  |  |  | T |  |  | T |  |  |  |
| Lotte à la sauce romesco             |  |  | T |  |  |  |  |   |  |  | T |  |  |  |
| Zarzuela de poisson et fruits de mer |  |  |   |  |  |  |  |   |  |  |   |  |  |  |

# POISSON

|                                               |  |   |  |   |  |   |  |   |   |  |   |  |  |  |
|-----------------------------------------------|--|---|--|---|--|---|--|---|---|--|---|--|--|--|
| Gratin de morue avec aioli de coings          |  | T |  | T |  | T |  | T | T |  | T |  |  |  |
| Turbot au four avec pommes de terre tranchées |  |   |  | T |  |   |  |   |   |  |   |  |  |  |
| Lotte grillée et purée de citrouille          |  |   |  | T |  |   |  | T |   |  |   |  |  |  |
| Sole grillée avec légumes                     |  |   |  | T |  |   |  | T |   |  |   |  |  |  |

# VIANDE

|                                     |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|-------------------------------------|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Filet de vache maturé               |                    |   |   | T |   |   | T | T | T |   | T |   | T |  |
| Côtes de Porc Ibérique Rôti         |                    | T | T |   |   | T |   |   |   | T |   | T |   |  |
| Burger de veau bio                  | OPTION SANS GLUTEN | T |   | T |   |   | T |   | T | T | T | T |   |  |
| Maxicannellonis de notre chef Mercè |                    |   | T | T | T |   |   |   | T | T | T | T |   |  |

# PAIN

|                                   |                    |                    |  |  |   |   |   |   |   |  |   |   |   |  |
|-----------------------------------|--------------------|--------------------|--|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|--|
| Pain                              | VÉGANE             | OPTION SANS GLUTEN |  |  |   | T |   | T | T |  | T |   | T |  |
| Pain sans gluten                  |                    |                    |  |  |   |   |   |   |   |  |   |   |   |  |
| Pain à l'ail et à l'huile d'olive | OPTION SANS GLUTEN |                    |  |  | T |   | T | T |   |  | T | T |   |  |
| Pain avec tomate et huile d'olive | OPTION SANS GLUTEN |                    |  |  | T |   | T | T |   |  | T | T |   |  |

# SAUCE

|         |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |  |
|---------|--|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|
| Romesco |  |  | T |  |  |  |  |  |  |  |  | T |  |  |
| Aïoli   |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |  |

# PLATS

[illegible]

# GLACE

|                                                              |        |  |   |  |   |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
|--------------------------------------------------------------|--------|--|---|--|---|--|--|--|--|--|--|--|---|--|
| Glace pour enfants                                           |        |  | T |  | T |  |  |  |  |  |  |  | T |  |
| Glace à la vanille                                           |        |  |   |  |   |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Pop glacé aux fruits naturels, saveur noix de coco et fraise | VÉGANE |  |   |  | T |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Pop glacé aux fruits naturels, saveur citron-lime            | VÉGANE |  |   |  |   |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Glace au chocolat, sans lactose                              |        |  |   |  | T |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Glace au chocolat, sans sucre                                |        |  |   |  | T |  |  |  |  |  |  |  |   |  |

# BOISSONS

Lupin  
Céleri  
Arachides  
Crustacés  
Fruits à coques  
Gluten  
Oeufs  
Lait  
Mollusques  
Moutarde  
Poissons  
Sésame  
Soja  
Sulfites

## VIN BLANC

|                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
|--------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--------|--|
| Aproppòsit Macabeu D.O. Terra Alta         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Malvasia                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Garnatxa Blanca D.O. Montsant   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Viognier D.O. Terra Alta        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Xarel·lo D.O. Penedès           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Garnatxa Blanca D.O. Terra Alta |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Parellada D.O. Conca de Barberà |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Chardonnay D.O. Penedès         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Petites estones                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Rebels de Batea                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| El Terrat                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Les Brugueres                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Grimau Chardonnay                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Via Edetana                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Excellens Verdejo                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | VÉGANE |  |
| Torre la Moreira                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | VÉGANE |  |
| La Capilla Blanco                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Finca Montico                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Lagar de Cervera                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Pazo de San Mauro                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |

## VIN ROUGE

|                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
|-----------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--------|--|
| Aproppòsit Garnatxa Negra D.O. Montsant |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit Trepat D.O. Conca de Barberà |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Aproppòsit D.O.Q. Priorat               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Les Brugueres                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Excellens Cuvée Especial                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | VÉGANE |  |
| Finca San Martín                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| El Senat del Montsant                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| LAN 7 metros                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Viña Mayor Crianza                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| La Capilla Crianza                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Trus Élevage                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Marqués de Vargas Reserva               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |
| Tinto de verano                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |        |  |

## VIN ROSÉ

|                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Aproppòsit Garnatxa Negra D.O. Montsant |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Aproppòsit Ancestral Rosé               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Flors i Violes                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## MOUSSEUX

|                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Aproppòsit Brut Nature Grande Réserve |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Aproppòsit Ancestral Rosé             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Gramona Ca La Mar Mustillant          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Gran Juvé & Camps                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Pere Ventura Vintage                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

# BOISSONS

|                      | Lupin | Céleri | Arachides | Crustacés | Fruits à coques | Gluten | Oeufs | Lait | Mollusques | Moutarde | Poissons | Sésame | Soja | Sulfites |
|----------------------|-------|--------|-----------|-----------|-----------------|--------|-------|------|------------|----------|----------|--------|------|----------|
| Reverté Electe       |       |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Gramona Innoble      |       |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
| Frexinet Sans alcool |       |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |
|                      |       |        |           |           |                 |        |       |      |            |          |          |        |      |          |

## BIÈRES

|                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Estrella Damm     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Daura             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Inedit            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Voll Damm         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| AK Damm           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Free Damm         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Free Damm Lemon   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Free Damm Tostada |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Damm Lemon        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## SANGRIAS

|                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Sangria de vin  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Sangria de cava |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## CAFÉ ÉCOLOGIQUE

|               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Méditerranéen |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Décaféiné     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## INFUSIONS ÉCOLOGIQUES

|                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Darjeeling                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Étoile filante                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Pu Erh Fresh                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Thé vert, gingembre et citron |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Thé noir Chai                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Royal Fruits                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Camomille                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Verveine et menthe            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rooibos avec l'orange         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Vitalité                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**La composition de nos plats peut être modifiée, de sorte que cette information est constamment révisée.**

**Demander aux restaurants le document d'information sur les allergènes, qui prévaut sur toute divergence avec cette version.**

Sur la base du règlement (UE) n°1169/2011 du 25 octobre et pour chaque groupe d'allergènes visés à l'annexe II du RIAC, nous détaillons dans ce document la présence de chacun des allergènes dans nos plats.

Pour réaliser ce document, des fiches techniques de chacune de nos matières premières ont été demandées à nos fournisseurs avec une déclaration des ingrédients et des traces et nous avons identifié le risque de contamination croisée par le processus de préparation habituel de chaque plat.

Si vous souffrez d'une allergie ou une intolérance alimentaire à l'une de ces 14 allergènes ou tout autres s'il vous plaît laissez-nous savoir afin d'activer les protocoles de sécurité correspondants.

Nous pensons qu'il convient de signaler que, malgré notre niveau élevé de sensibilisation et notre engagement en matière de gestion des allergènes, notre cuisine n'est pas segmentée en zones distinctes pour chaque groupe d'allergènes, ce qui nous empêche de garantir à 100% l'absence de contamination croisée, bien que nous garantissions le maximum d'attention pour qu'ils ne se produisent pas.

Cet établissement, ainsi que l'ensemble du groupe El Pòsit, est associé à l'Associació de Calíacs de Catalunya et dispose d'un personnel formé à la restauration sans gluten.

Notre personnel de cuisine est formé à la manipulation des aliments avec un accent particulier sur la gestion des allergènes.