

Benedettini Menu

Segnala intolleranze e allergie (vedere allergeni)

Report intolerances or allergies (see list allergens)

Signaler les intolérances et les allergies (voir allergènes)

Coperto/Service/Couvert 3 €



i Benedettini è un Ristorante - gestito dalla Coop Sociale Sol&Blu - lo scopo è creare opportunità di lavoro per persone a rischio di emarginazione sociale.

Il nostro Principio - "Il lavoro dovrebbe essere un diritto di tutti, soprattutto per chi sembra diverso, diversità che molto spesso nasconde qualità e capacità superiori alla media, per ogni individuo è necessario solo trovare un terreno fertile ove far crescere la propria autonomia e personalità".

Il nostro intento - Valorizzare il "Territorio Puglia" nelle sue svariate forme, colori e profumi, pertanto non ci stanchiamo di cercare costantemente sodalizi con imprese locali, attente alla qualità dei loro prodotti, quali Olio Extra-Vergine di Oliva, Vini, Pasta, Birre Artigianali, prodotti da Forno, tutti rigorosamente pugliesi. L'intento è far assaporare "storia e bellezza di questa incantevole Terra anche attraverso le nostre interpretazioni culinarie..."

Buon Appetito da...

I Benedettini

"i Benedictines" is a Restaurant - managed by the members of the Sol&Blu Social Coop - the aim is to create job opportunities for people at risk of antisociality.

Our Principle - "Work should be a right for everyone, especially for those who seem different, a diversity that very often hides above-average qualities and abilities, for each individual it is only necessary to find fertile ground in which to grow their autonomy and personality".

Our intent - To enhance the "Puglia Territory" in its various forms, colors and scents, ... therefore we do not tire of constantly seeking partnerships with local companies, attentive to the quality of their products, such as Extra-Virgin Olive Oil, Craft beers, organic wines, pasta with organic flours, bakery products, all strictly from Puglia. The intent is to make people "savour" the history and beauty of this enchanting land also through our culinary interpretations...

Bon Appétit from...

The Benedictines

les Bénédictins est un restaurant géré par la Coopérative Sociale Sol&Blu dont l'objectif est de créer des opportunités d'emploi pour les personnes en situation de marginalisation sociale.

Notre principe : « Le travail devrait être un droit pour tous, en particulier pour ceux qui semblent différents.

La diversité cache souvent des qualités et des capacités supérieures à la moyenne. Il suffit à chacun de trouver un terrain fertile pour développer son autonomie et sa personnalité. »

Notre objectif : valoriser le territoire des Pouilles sous toutes ses formes, couleurs et parfums. C'est pourquoi nous recherchons constamment des partenariats avec des entreprises locales, attentives à la qualité de leurs produits, tels que l'huile d'olive vierge extra, les vins, les pâtes, les bières artisanales et les produits de boulangerie, tous exclusivement issus des Pouilles. Notre objectif est de vous faire découvrir l'histoire et la beauté de cette terre enchanteresse, notamment à travers nos interprétations culinaires...

Bon appétit ! les Bénédictins



Come spiegare la Puglia a chi non ci è mai stato?

Qui ci si alza la mattina e appena usciti, che sia estate o inverno, trovi il sole anche nell'ombra... un Sole che scalda l'anima... Ti viene naturale sorridere anche se qualcosa non va poi scendi in strada, trovi quello che vende la frutta sulla sedia, la verdura, il 'nocellaro' con i taralli e l'olio Evo... mentre in lontananza scoppietta una Apecar (u trerot). Stanno pesche e i fichi di tutti i tipi, l'anguria 'alla prova'... tutto profuma di colori attraversi la via e vedi uliveti centenari e... il mare... Ecchecooosa! Troppo tutto assieme!

Il mare, il suono delle onde è una dolce ninna nanna... Ti fermi, chiudi gli occhi, fai un respiro e... un senso di pace ti pervade... Riprendi il cammino, arrivi al bar e trovi persone che fanno a gara per pagarti il caffè e si offendono se non lo accetti... "Vieni qui prendi quello che vuoi" come se il bar te lo dovessero comprare e intestare.

Si respira umanità lungo tutto il 'tacco'. Forse in Puglia mancano un po' di cose... sembra tutto più lento, ma se rallenti e osservi con attenzione ti accorgi che le cose davvero importanti... ci sono tutte!

Se vuoi spiegare la Puglia a chi non la conosce digli solo: "Vieni e innamorati"



How to explain Puglia to those who have never been there?

Here we get up in the morning and... as soon as you go out, whether it's summer or winter, you find the sun even in the shade....a Sun that warms the soul...

It comes naturally to you to smile even if something is wrong... then you go down the street, you find the one selling fruit on the chair, vegetables, the 'nocellaro' with taralli and EVO oil... while in the distance an Apecar crackles (u trerot)... there are peaches and figs of all kinds, watermelon 'on the test'... everything smells of colours... you cross the street and you see century-old olive groves and... the sea... That's it! Too much all together!

The sea, the sound of the waves is one sweet lullaby... You stop, close your eyes, take a breath and... a sense of peace pervades you... You continue your journey, arrive at the bar and find people vying for each other pay you for the coffee and get offended if you don't accept... "Come here, take what you want" as if they had to buy the bar for you and registered. You can breathe humanity all along the 'heel'. Maybe a few things are missing in Puglia... everything seems slower, but what if you slow down and observe carefully, you realize that the really important things... are all there!

If you want to explain Puglia to those who are not there knows just tell him: "Come and fall in love"



Comment expliquer les Pouilles à quelqu'un qui n'y est jamais allé ?

Ici, on se lève le matin et dès qu'on sort, été comme hiver, on trouve le soleil même à l'ombre...

Un soleil qui réchauffe l'âme... On sourit naturellement, même si quelque chose ne va pas. Puis, on descend dans la rue et on trouve celui qui vend des fruits sur la chaise, des légumes, le « nocellaro » avec des taralli et de l'huile Evo... tandis qu'au loin, une voiture de singe (u trerot) créepe.

Il y a des pêches et des figues de toutes sortes, la pastèque « à l'essai »... tout sent bon les couleurs. On traverse la rue et on aperçoit des oliveraies centenaires et... la mer... Waouh ! Trop de tout à la fois !

La mer, le bruit des vagues, une douce berceuse... On s'arrête, on ferme les yeux, on respire et... un sentiment de paix nous envahit... On continue son chemin, on arrive au bar et on trouve des gens qui se disputent le prix de notre café, et ils s'offusquent si on refuse... « Viens ici, prends ce que tu veux », comme s'ils devaient acheter le bar et l'enregistrer à ton nom.

On ressent une certaine humanité tout au long du « talon ». Peut-être que dans les Pouilles, il manque quelques détails... tout semble plus lent, mais en ralentissant et en observant attentivement, on réalise que l'essentiel... est là ! Si vous voulez expliquer les Pouilles à quelqu'un qui ne les connaît pas, dites-lui simplement : « Viens et tombe amoureux ».



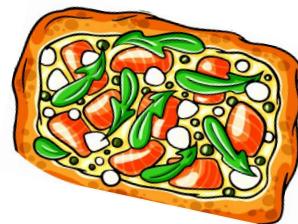


Cocktail



Mount Mule	Montenegro, Gingerbeer, Lime juice	8 €
Gin Tonic	Gin e Tonic water	8 €
Gin Lemon	Gin e Tonic lemon	8 €
Limoncello Tonic	Limoncello e Tonic water	8 €
Spritz Benedettino	Passoa, Extra-dry, Tonic water	8 €
Pornostar Martini	Passoa, Vodka, Lime	8 €
Spritz Yellow	Extra-dry, Tonic water and Limoncello	7 €
Spritz Aperol	Extra-dry, Tonic water and Aperol	7 €
Spritz Campari	Extra-dry, Tonic water and Bitter Camp	7 €
Spritz Hugo	Extra-dry, Tonic water and Hugo	7 €

Pinseria (1-6)



Vegetariana	Zucchine, Melanzane, Peperoni Zucchini, Eggplant, Peppers	Courgettes, aubergines, poivrons 10 €
Cacio e Pepe	⁽⁷⁻¹²⁾ Mozzarella, crema di Cacio e Pepe Mozzarella, Cacio & Pepe cream	Mozzarella, creme di Cacio e Pepe 12 €
Prosciutto Crudo	⁽⁷⁾ Pomodoro, Mozzarella, P. Crudo Tomate, Mozzarella, Jambon cru	Tomato, Mozzarella, Raw Ham 11 €
Bufala	⁽⁷⁾ Pomodoro, Mozzarella, Bufala Tomate, Mozz, Bufala	Tomato, Mozz, Bufala 11 €
Caprese	⁽⁷⁾ Mozzarella, Pomodorini, Rucola e Marzotica roquette et Marzotica	Mozzarella Tomates cerises, Mozzarella, cherry tomatoes, rocket & Marzotica 11 €

Antipasteria Appetizer Apéritifs

Tris of Porticciolo ⁽²⁻⁴⁻⁹⁻¹⁴⁾ Sea Salad, Shrimps, Artichokes and Zucchini spaghetti, Mackerel on lime cream with smoked evo olive oil Salade de fruits de mer, crevettes*, artichauts et courgettes, maquereau fumé	18 €
Alici pastellate* ⁽¹⁻⁴⁾ Battered anchovies / Anchois panés Engraulis encrasiculus	8 €
Seppioline graten ⁽¹⁴⁾ Cuttlefish gratinated / Sepia officinalis Linnaeus Seiche gratinée	9 €
Sgombro fumè ⁽⁴⁾ con olio evo affumicato e pepe rosa Mackerel on lime cream with smoked evo olive oil Scomber scombrus / Maquereau à la crème de citron vert et à l'huile d'olive evo fumée	12 €
Baccalà Dorato* ⁽¹⁻⁴⁾ Fried Cod / Gadus morhua Morue frite	12 €
Baccalà ⁽⁴⁻⁹⁾ vapore su crema di ceci con olio evo al Pepe nero Gadus morhua Steamed cod on murgia's chickpea cream Morue cuit à la vapeur sur une crème de pois chiches avec de l'huile d'olive extra vierge et du poivre noir	12 €
Insalata mare ⁽²⁻¹²⁻¹⁴⁾ Sea Salad (cuttlefish, prawns, squid) Salade de mer	15 €
Insalata Gamberi* ⁽²⁻¹⁴⁾ Gamberi, Carciofi e spaghetti di Zucchine Pleoticus muelleri Prawn Salad - Shrimps, Artichokes and Zucchini spaghetti / Spaghetti aux crevettes, artichauts et courgettes	10 €
Pettole ⁽¹⁻²⁻³⁻⁴⁻⁶⁻⁷⁻⁸⁻⁹⁻¹⁰⁻¹²⁻¹⁴⁾ d'alga e salsa Tartara Seaweed meatballs on tartar sauce (V) Poitrines d'algues et sauce tartare	7 €
Focaccia Pugliese ⁽¹⁻³⁻⁶⁻⁷⁻¹⁰⁻¹¹⁻¹²⁾ (V) Tomatoes, EVO Oil, Oregano Tomates, huile d'olive extra vierge, origan	12 €
Involtini bacon & mozzarella rolls ⁽⁷⁻¹¹⁾ Rouleaux de bacon et de mozzarella	7 €
Tagliere Mix-Benedettino ⁽⁷⁻¹²⁾ Affettati e Formaggi misti e Marmellata di Carote Cold cuts and mixed cheeses with San Vito carrot jam Charcuterie et fromages variés et confiture de carottes	15 €
Ortolano ⁽¹²⁾ (V) Verdure grigliate e sott'olio Grilled and pickled vegetables / Légumes grillés et marinés	12 €
Verdure Mix Pastellate* ⁽¹⁻³⁾ (V) fried and battered vegetables légumes frits et panés	7 €

Benedettini

Primi First dishes Premiers plats

Tiella Barese ⁽¹⁴⁾ Riso Patate e Cozze

Rice, Potatoes and Mussels Riz, pommes de terre et moules 12 €

Lasagne al Ragù ⁽¹⁻³⁻⁶⁻⁷⁻⁸⁻⁹⁻¹⁰⁻¹¹⁾ lasagna with meat sauce Lasagnes au ragù 12 €

Lasagna Vegetariana ⁽¹⁻³⁻⁶⁻⁷⁻⁸⁻⁹⁻¹⁰⁻¹¹⁾ (V) Vegetarian lasagna Lasagnes végétariennes 12 €

Tagliolini Nettuno ⁽¹⁻²⁻¹⁴⁾ Frutti di mare* Seafood* Fruit de Mer 15 €

Cavatelli Porto ⁽¹⁻²⁻¹⁴⁾ Ceci della Murgia e Vongole 14 €

Murgia chickpeas and clams / Pois chiches et palourdes de Murgia 14 €

Girasoli di Van Gogh ⁽¹⁻⁵⁻⁷⁾ (V) Basilico Burrata d'Andria Burro e Salvia
, Sunflowers by Van Gogh (stuffed pasta) Basil and Burrata from Andria, Butter and Sage
Tournesols de Van Gogh (pâtes farcies) Basilic et burrata d'Andria, beurre et sauge 16 €

Secondi Second dishes Deuxièmes plats

Pesce Spada ⁽⁴⁾ Xiphias gladius - Swordfish grill - Espadon 17 €

Orata brace ⁽⁴⁾ (all.) Dicentrarchus labrax
Gilt-Head bream grilled - Dorade grillée 16 €

Gamberoni ^{(2)*} al guazzetto Pleoticus muelleri
Stewed Prawns with tomato sauce / Crevettes en ragout 16 €

Seppie griglia ⁽¹⁴⁾ Sepia officinalis Linnaeus Grilled cuttlefish - Seiche grillée 16 €

Polpo ⁽¹⁴⁾ alla griglia Octopus vulgaris - Grilled octopus - Poulpe grillé 18 €

Tagliata di Manzo - Sliced Beef with Rocket and Grana
Bœuf tranché à la roquette et au parmesan 17 €

Contorni Side dish Contours

Patate fritte ricciolo ⁽¹⁻³⁾ Fried curly potatoes (V) Pommes frites 7 €

Insalata Verde iceberg (V) Salad iceberg 6 €

Insalata Mista iceberg, Carrots, Tomato, Mais, Rocket (V)
iceberg, carottes, tomate, maïs, roquette 10 €

Insalata dell'APazzia ⁽²⁻³⁻⁶⁻⁷⁻⁹⁻¹⁰⁻¹²⁾ Lattuga iceberg, gamberi, rucola, salsa guacamole,
pomodori, mozzarella iceberg, Shrimps, Rocket, Guacamole Sauce, Tomatoes, Mozzarella
iceberg, crevettes, roquette, sauce guacamole, tomates, mozzarella 12 €

Carta dei Vini - Puglia

ViNi Rossi / Red Wines / Vins rouges

			Bott	Calice
FICO	Susumaniello	PUGLIAPOP IGP 14%	25 €	9 €
LUMINARIA	Primitivo Manduria	PUGLIAPOP IGP 14,5%	25 €	9 €
MAIOLICHE	Nero di Troia	VIGLIONE (BIO) IGP 12,5%	15 €	5 €
MAIOLICHE	Primitivo	VIGLIONE (BIO) IGP 13%	15 €	5 €
MORSO	Susumaniello	VIGLIONE (BIO) IGP 14,5%	18 €	6 €
SELLATO	Primitivo G. Colle	VIGLIONE (BIO) DOP 14%	18 €	6 €
BENEDETTINO	Primitivo	Az Agr GIULIANI IGT 12,5%	15 €	5 €
LA TORRE	Susumaniello	Borghi di Puglia IGT 13,5%	18 €	6 €
PADRONALE	Primitivo	Borghi di Puglia IGT 14+4%	18 €	6 €
EQUILIBRIO	Primitivo	Masseria MITA (BIO) IGP 14%	22 €	8 €
EVEXIA	Negramaro	Masseria MITA (BIO) IGP 13,5%	22 €	8 €
IMPERATRICE	Primitivo/Negramaro	Masseria MITA (BIO) IGP 14%	35 €	12 €
SINESTESI	Susumaniello	MASTRONARDI IGP 14%	25 €	9 €
CAPPELLACCIO	Aglianico	RIVERA DOC 14%	24 €	8 €
Il FALCONE	Nero di Troia	RIVERA DOCG 13,5%	30 €	10 €
VESCOVO	Malbec Cabernet Sauvignon Terre San VITO	IGT 13,5%	25 €	9 €

ViNi Rosati / Rosè Wines / Vins Rosés

			Bott	Calice
BENEDETTINO	Primitivo	Az Agr GIULIANI IGT 12,5%	15 €	5 €
MAIOLICHE	Primitivo	VIGLIONE (BIO) IGP 12,5%	15 €	5 €
MORSO	Susumaniello	VIGLIONE (BIO) IGP 13%	18 €	6 €
BRIO'	Primitivo frizz	Masseria MITA (BIO) IGP 11,5%	19 €	7 €
FURFANTE	Bombino Nero	RIVERA IGT 12% frizzante	15 €	5 €
PUNGIROSA	Bombino Nero	RIVERA DOCG 12%	18 €	6 €

ViNi Rosati / Rosè Wines / Vins Rosés

Bott Calice

VALLE d'ITRIA	frizz	MASTRONARDI	1GP 11,5%	25 €	9 €
MOSI'	Bombino	Terre di San VITO	1GP 12,5%	21 €	7 €
TERRARIA	Negramaro	T Carsiche	1GT 12%	15 €	5 €
TERRARIA	Bombino/Nero di troia	T Carsiche	1GT 11,5% frizz	15 €	5 €
TRIGLIA	Negroamaro	PUGLIAPOP	1GP 12,5%	25 €	9 €
LE POSTE	Susumaniello	Borghi di Puglia	1GT 12,5%	18 €	6 €

ViNi Bianchi / White Wines / Vins Blancs

Bott Calice

RICCIOLI	Verdeca	PUGLIAPOP	1GP 12,5%	25 €	9 €
PAJARA	Negramaro-bianco	Borghi di PUGLIA	1GP 12%	18 €	6 €
VALLE d'ITRIA	Verdeca	MASTRONARDI	1GP 11,5% frizz	25 €	9 €
BENEDETTINO	Verdeca	Az Agr GIULIANI	1GT 12,5%	15 €	5 €
VENTO Nuovo	Chardonnay	Masseria MITA (BIO)	1GP 12,5%	18 €	6 €
APENESTE	Sauvignon	Terre San VITO	1GP 13,5%	21 €	7 €
TERRARIA	Chardonnay	Terre Carsiche	1GT 12%	15 €	5 €
TERRARIA	Chardonnay Malvasia	T Carsiche	1GT 11,5% frizz	15 €	5 €
MAIOLICHE	Verdeca	VIGLIONE (BIO)	1GP 12,5%	15 €	5 €
MAIOLICHE	Falanghina	VIGLIONE (BIO)	1GP 12,5%	15 €	5 €
MAIOLICHE	Fiano	VIGLIONE (BIO)	1GP 12,5%	15 €	5 €
HERBA	Chardonnay-Verdeca	VIGLIONE (BIO)	1GP 13%	18 €	6 €
FURFANTE	Bombino/Chardonnay	RIVERA	1GT 12% frizz	15 €	5 €
PRELUDIO n1	Chardonnay	RIVERA	1GT 13%	18 €	6 €



BirraNova / Craft Beers / Bières artisanales

NEGROAMARA	33cl.	Double IPA Ambrata	8°	6 €
TENSIONE Evolutiva	33cl.	Ambrata	11,6°	7,5 €
GIARA	33cl.	Blanche	5°	6 €
PRIMATIA	33cl.	Dubble ai fichi Ambrata	9°	6 €
MARGOSE	33cl.	con acqua marina Bionda	4,6°	6 €
MARZIANA	33cl.	Chiara	5°	6 €
LINFA Gluten Free	33cl.	Italian Pale Ale Chiara	5°	6 €
ABBOCCATA	33cl.	Rossa	6,5°	6 €

Bevande / Beverage / Boissons

ACQUA / WATER / EAU 0,5 lt	1,5 €
ACQUA / WATER / EAU 1 lt	3 €
SUCCHI/JUICE/JUS Ananas, Pera, Pesca, Ace, Mirtillo /Pineapple, Pear, Peach, Ace, Blueberry/ Ananas, poire, pêche, as, myrtille 20 cl.	3 €
BIBITE 33cl	3 €
LURISIA Aranciata, Chinotto, Limonata, Aranciata Rossa, Tonica/ Orangeade, Chinotto, Lemonade, Blood Orange, Tonic/ Orangeade, Chinotto, Limonade, Orange Sanguine, Tonique 27,5cl.	3 €
BIRRA Beer Nastro Peroni o Tuborg 33cl.	3 €
BIRRA Beer Nastro Peroni 62cl. / Tuborg 66cl.	5 €
BIRRA Beer ICHNUSA no filtrata / Messina 50cl.	5 €
BIRRA Beer Theresianer Spina 20cl.	3 €
BIRRA Beer Theresianer Spina 40cl.	6 €

Dessert

Dessert	6 €	Spumone / Ice Cream / Glace	6 €
Vasetto / Sweet Jar / Pot Doux	7 €	Sorbetto / Sherbert / Sorbet	3 €

CaFFeTTeRia

Caffè Espresso / DEK 1,5 €	Orzo or Ginseng	2 €
----------------------------	-----------------	-----

Benedettini

Si prega la clientela di segnalare eventuali intolleranze o allergie.

Gli alimenti con * sono stati abbattuti

ALLEGATO II - Sostanze/Prodotti che provocano

ALLERGIE o INTOLLERANZE IT 22.11.2011 Gazz. ufficiale dell'UE L 304/43

-
- | | |
|---|--|
| 1 - Cereali contenenti glutine (grano, segale, orzo, avena, kamut o derivati). | 3 - Uova e prodotti a base di uova. |
| 2 - Crostacei e prodotti a base di crostacei. | 5 - Arachidi. |
| 4 - Pesce e prodotti a base di pesce | 7 - Latte e prodotti a base di latte |
| 6 - Prodotti a base di soia. | 11 - Semi di sesamo e prodotti. |
| 8 - Frutta a guscio/Mandorle (Amygdalus communis L.), Nocciole (Corylus avellana), Noci (Juglans regia) | 12 - Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni sup 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO 2. |
| 9 - Sedano e prodotti a base di sedano. | 13 - Prodotti a base di lupini. |
| 10- Prodotti a base di senape. | 14 - Molluschi e derivati. |
-

Customers are kindly requested to report any intolerances or allergies.

Food items with * have been blast chilled

ANNEX II - Substances/Products causing

ALLERGIES or INTOLERANCE EN 22.11.2011 Gazz. official EU L 304/43



-
- | | |
|---|---|
| 1 - Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats, kamut or derivatives). | 3 - Eggs and egg products. |
| 2 - Crustaceans and crustacean-based products. | 5 - Peanuts. |
| 4 - Fish and fish products | 7 - Milk and milk-based products |
| 6 - Soy products. | 8 - Nuts/Almonds (Amygdalus communis L.), Hazelnuts (Corylus avellana), Walnuts (Juglans regia) |
| 9 - Celery and celery-based products. | 10 - Mustard-based products. |
| 11 - Sesame seeds and products. | 12 - Sulfur dioxide and sulphites in concentrations higher than 10 mg/kg or 10 mg/litre in terms of total SO 2. |
| 13 - Products based on lupins. | 14 - Products based on molluscs and derivatives. |
-

Les clients sont priés de signaler toute intolérance ou allergie.

Les aliments marqués d'un astérisque (*) ont été abattus.

**ANNEXE II - Substances/Produits provoquant des ALLERGIES ou des
INTOLÉRANCES IT 22.11.2011 Journal officiel de l'UE L 304/43**

-
- | | |
|---|---|
| 1 - Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, kamut ou dérivés). | 3 - Œufs et produits à base de crustacés. |
| 2 - Crustacés et produits à base de crustacés. | 5 - Arachides. |
| 4 - Poissons et produits à base de poissons. | 7 - Lait et produits à base de lait. |
| 6 - Produits à base de soja. | 8 - Noix/Amandes (Amygdalus communis L.), Noisettes (Corylus avellana), Noix (Juglans regia). |
| 9 - Céleri et produits à base de céleri. | 11 - Graines de sésame et produits dérivés. |
| 10 - Produits à base de moutarde. | 12 - Anhydride sulfureux et sulfites en concentrations supérieures à 10 mg/kg ou 10 mg/litre de SO ₂ . |
| 13 - Produits à base de lupin. | 14 - Mollusques et dérivés. |
-



— San Vito di Polignano a Mare —

da lontano
SEMBRIAMO Tutti
... Normali !

seen from far away
we all seem
... Normal PeopLe!

De loin,
nous avons tous
....l'air normal !