



CIAO CHECCA

— SLOW STREET FOOD —

MENU

LUNCH & DINNER

Il Laboratorio di Gastronomia Ciao Checca aderisce all'**Alleanza Slow Food dei Cuochi**, una grande rete solidale dove i cuochi incontrano e stringono un patto con i **produttori dei Presidi Slow Food**, impegnandosi a cucinare e valorizzare i loro prodotti.



Ciao Checca Gastronomy Laboratory subscribes to the **Slow Food Chefs Alliance**, a large supportive network where chefs come together and seal a pact with **Presidia Slow Food producers**, pledging to cook and enhance their products.

Slow Street Food

I cuochi dell'Alleanza uniscono il **piacere** di realizzare grandi piatti alla **responsabilità** verso chi produce le materie prime. Per un cibo **buono**, ma anche **genuino, naturale**. E non solo: **rispettoso** verso chi lo ha coltivato.



The chefs of the Alliance combine the **pleasure** of cooking great dishes with the **responsibility** towards those producing the ingredients. For food that is **good, genuine, natural**. And also **respectful** towards those who cultivated it.

PRODUTTORI DEI PRESIDI SLOW FOOD

SLOW FOOD PRESIDIA PRODUCERS



I Presidi sono progetti di **Slow Food** che tutelano piccole produzioni di qualità da salvaguardare, realizzate secondo pratiche tradizionali

www.fondazione Slow Food.it

Presidia are **Slow Food** projects that work to protect small scale producers and to safeguard quality, traditional products

LA CICERCHIA DI SERRA DÈ CONTI

è stata prodotta e confezionata da La Bona Usanza Soc. Coop s.r.l di Serra dè Conti (AN)

LA LENTICCHIA DI RASCINO

è stata prodotta e confezionata da Campagna Sabina Soc. Coop Sociale di Rieti (RI)

ALICI DI CETARA

è stata prodotta e confezionata da Prodotti Ittici Nettuno, Cetara (SA)



* Tutta la carne viene dalla premiata **Macelleria Angelo Feroci**



* Il Pane è fatto con farine Biologiche del **Forno Roscioli**



La nostra Checca dà il meglio di sé nei primi **30 minuti**
Our Checca best performance is in the first **30 minutes**



Chiedete alla cassa per le variazioni **gluten-free**
Ask the counter for **gluten-free** range

Pasta & Zuppe

PASTA ALLA CHECCA

MAXI

GLUTEN FREE

GLUTEN FREE MAXI

Ditaloni rigati di grano duro, dadolata di pomodori a grappolo, mozzarella di bufala Dop, sale, olio, basilico.
Durum wheat ditaloni rigati pasta, diced vine tomatoes, buffalo milk mozzarella Dop, salt, oil, basil.



8.5

10

9.5

10

TAGLIOLINI PESTO E PINOLI

GLUTEN FREE

Tagliolini all'uovo, pesto di basilico, pinoli, grana. | *Tagliolini egg pasta, basil pesto, pine nuts, grana cheese.*



8.5

10

RAVIOLI RICOTTA E SPINACI AI 3 POMODORI

Pasta all'uovo ripiena di ricotta e spinaci con sugo di pomodoro a grappolo, piccadilly e ciliegino.

Ravioli stuffed with ricotta cheese and spinach, served with fresh tomato sauce.



8.5

TAGLIATELLE AL RAGÙ BIANCO

GLUTEN FREE

Tagliatelle all'uovo con macinato di manzo e di maiale della macelleria Angelo Feroci. | *Tagliatelle egg pasta, minced beef and pork from Angelo Feroci.*



11

12

TONNARELLI ALL'UOVO, ZUCCHINE, SCAMORZA AFFUMICATA, PANE CROCCANTE E ALICI

Tonnarelli all'uovo, zucchini, scamorza affumicata e pane croccante, alici. | *Tonnarelli egg pasta, zucchini, smoked scamorza, crusty bread and anchovies.*



8.5

CICERCHIA E CICORIA

Purea di Cicerchia di Serra dè Conti, cicoria o verdure a foglia di stagione cotte al vapore, olio, sale e una fetta di pane. | *Serra dè Conti Cicerchia purea, steamed seasonal leafy vegetable, oil, salt and a slice of bread.*



8.5

COUS COUS VERDURE E CECI

Cous Cous di grano duro, verdure di stagione e ceci. | *Cous cous with chickpeas and seasonal vegetables.*



8.5

GAZPACHO DI VERDURE

Vegetable Gazpacho.



8.5

RISO BASMATI CON SALMONE E VERDURE DI STAGIONE

Riso basmati, salmone affumicato, fagiolini, semi di girasole. | *Basmati rice, smoked salmon, green beans, sunflower seeds*



10

VELLUTATA DI FAGIOLI CANNELLINI CON VERDURE

Crema di fagioli cannellini con crudo e cotto di verdure di stagione cotte al vapore. | *Pureed white bean soup with raw and cooked seasonal vegetables*



8.5

Insalate

INSALATA DI POLLO MARINATO

Insalata "lollo", tagliata di pollo alla piastra marinato agli aromi mediterranei, pane croccante, pomodori pachino, scaglie di parmigiano, salsa Ciao Checca e una fetta di pane. | *Green leafy lettuce, chicken strips marinated in Mediterranean herbs and spices, crunchy bread, cherry tomatoes, parmesan shavings, Ciao Checca sauce and a slice of bread.*



8.5

INSALATA D'INDIVIA, PERE E FRUTTA SECCA

Indivia, pere, uvetta, albicocche secche, semi di girasole, olio e aceto di mele. | *Endive salad with pears, raisins, dried apricots, sunflower seeds, oil and apple vinegar.*



7.5

INSALATA DI TONNO E UOVO

Insalata "lollo", tonno all'olio d'oliva, uovo sodo, patate bollite, pomodori. | *"Lollo" green salad, tuna filets in olive oil, hard boiled egg, boiled potatoes and tomatoes.*



8.5

INSALATA AVOCADO E FAGIOLI NERI

Avocado, fagioli neri, pomodoro pachino, insalata "Lollo", vinagrette peperoncino e limone. | *Avocado, black beans, cherry tomatoes, "Lollo" green salad, lemon and chilli pepper vinaigrette.*



8.5

SONGINO, MELA, CETRIOLO E FINOCCHIO

Songino salad, apple, cucumber and fennel.

7.5

VERDURE MAXI

Di stagione e servite con una fetta di pane. | *Seasonal vegetables served with a slice of bread.*

5.5
7



La nostra Checca
non è un'insalata di pasta ma
un delizioso piatto caldo
da mangiare con il cucchiaino.

Our very own 'Checca'
(Kekka) is not a pasta salad but
a warm, scrumptious dish
eaten with a spoon.



Carne • Pesce Uova & Formaggi

COTOLETTA DI POLLO A LISTARELLE

8.5

Petto di pollo della macelleria Angelo Feroci fritto a panatura singola tagliato a listarelle e servito con maionese al limone. | *Fried chicken breast strips served with citrus infused mayonnaise.*



ROAST BEEF DI MANZO

12

Manzo danese della Macelleria Angelo Feroci, con rucola, grana e glassa di aceto balsamico. | *Danish roast beef with arugula, grated grana cheese, and balsamic vinegar glaze.*



POLPETTE BIANCHE DI VITELLA E POLLO

10

Macinato di vitella e pollo della macelleria Angelo Feroci, con salsa verde. | *Veal and chicken meatballs from butcher Angelo Feroci served with salsa verde.*



BACCALÀ BRANDACUJON

10

Baccalà, patate, aglio, olio d'oliva, prezzemolo, una fetta di pane. | *Codfish, potatoes, garlic, olive oil, parsley, slice of bread.*



MOZZARELLA DI BUFALA 125GR

5

Buffalo mozzarella cheese.



Hamburges & Panini

THE CC CLUB SANDWICH

7.5

Pane integrale, pancetta affumicata, insalata di pollo e sedano, uova bollite, pomodori. | *Wheat bread, smoked bacon, chicken salad and celery, boiled eggs, fresh tomatoes.*



THE CC VEGGIE BURGER

8.5

Ceci e patate speziato e salsa allo yogurt. | *Chickpeas and spiced potatoes and yogurt sauce.*



THE CC CHEESEBURGER

8.5

GLUTEN FREE

10

Hamburger di manzo danese alla piastra della macelleria Angelo Feroci, cipolle glassate al miele biologico, emmenthal, pane in cassetta integrale grigliato. Salse. | *Danish beef burger from butcher Angelo Feroci, honey glazed onions, emmenthal cheese, whole-grain toasted bread.*



THE CC PULLED PORK

8.5

carne di maiale, crauti e salsa barbeque. | *Pork, cabbage and bbq sauce.*



Frutta & Dolci

TORTA DI CAROTE

Homemade carrot cake



4

TORTA CAPRESE

Homemade Caprese cake



4

FRUTTA DI STAGIONE AL BICCHIERE

Seasonal Fruit salad

3.5

Drinks

CENTRIFUGHE

MAXI

Con verdure e frutta di stagione. | *Fresh mixed vegetables and fruit juice.*

3

4.5

SPREMUTA D'AGRUMI

MAXI

Freshly squeezed orange or grapefruit juice.

3

4.5

ACQUA

Gassata o naturale in bottiglia da 500ml. | *Still or sparkling water in 500ml bottles.*

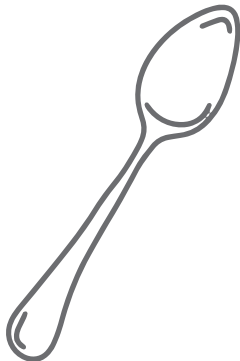
1.5

BIRRA NAZIONALE

Beer







3



Ciao Checca è
l'arte della cucina espressa
in formato pratico e veloce.

Ciao Checca is
the art of express cooking
in a practical and fast format.





Selezioniamo
gli ingredienti migliori
provenienti da aziende agricole rispettose
dell'ambiente, del territorio e delle stagioni.

Le ricette di Ciao Checca,
tutte di casa e preparate con amore!
Tutto è naturale.

We select only
the best ingredients
produced by farms respectful of
the environment, the territory and seasons.



Ciao Checca home recipes
are all prepared with love.
Everything we cook and serve is natural.



CIAO CHECCA
— SLOW STREET FOOD —