



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)



* 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

8.5

10

TAGLIOLINI PESTO E PINOLI

GLUTEN FREE

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



10

10

PASTA E PATATE CON COLATURA DI ALICI

Ditaloni rigati di grano duro, patate, grana, ricotta di bufala, colatura di alici di Cetara 🌻

Durum wheat ditaloni pasta, potatoes, grana cheese, buffalo milk ricotta, Cetara's anchovy 🌻 sauce.



8.5

TONNARELLI MENTA E PECORINO

Tonnarelli all'uovo, pecorino, grana, menta. | *Tonnarelli egg pasta, pecorino cheese, grana cheese, mint.*



8.5

TAGLIATELLE AL RAGÙ BIANCO

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

RAVIOLI RICOTTA E SPINACI, BURRO E SALVIA

Pasta all'uovo ripiena di ricotta e spinaci, con burro e salvia. | *Ricotta and spinach stuffed egg pasta with a butter, grana cheese and sage.*



9.5

LASAGNE BIANCHE CON VERDURE

Sfoglia all'uovo, besciamella e verdure di stagione. | *Egg pasta with beschamel sauce and seasonal vegetables.*



9.5

PASTA E LENTICCHIE

Lenticchie di Rascino 🌻 con ditaloni rigati di grano saraceno biologico. | *Rascino lentils 🌻 with organic buckwheat ditaloni pasta.*



9

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 Chickling 🌻 purea, steamed seasonal leafy vegetable, oil, salt and a slice of bread.*



8.5

ZUPPA DI LENTICCHIE

Lenticchia di Rascino 🌻, flocchi di stracciatella, cipolle glassate al miele biologico e una fetta di pane. | *Rascino Lentil 🌻, Stracciatella cheese (mozzarella with cream), organic honey glazed onions and a slice of bread.*



8.5

VELLUTATA

Vellutata di verdure di stagione servita con crostini di pane aromatizzati al rosmarino. | *Seasonal and served with crisp bread.*



8.5

Insalate

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

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 CON TOMINO CALDO

Misticanza condita con vinaigrette alla senape, tomino caldo alla piastra, miele biologico, noci tritate e una fetta di pane. | *Wild garden salad with mustard vinaigrette, warm tomino cheese, organic honey, crushed walnuts and a slice of bread.*



8.5

VERDURE MAXI

Di stagione e servite con una fetta di pane. Chiedi alla cassa. | *Seasonal and served with a slice of bread. Ask the counter.*



6
7.5



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

ROAST BEEF DI MANZO

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



12

BACCALÀ BRANDACUJON

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



10

POLPETTE AL SUGO

Macinato di manzo danese della macelleria Angelo Feroci, con grana, uova, prezzemolo e noce moscata in salsa di pomodoro e una fetta di pane. | *Meatballs from minced Danish beef with grana cheese, eggs, parsley and nutmeg in tomato sauce and a slice of bread.*



10

COTOLETTA DI POLLO A LISTARELLE

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.*



10

MOZZARELLA DI BUFALA



6.5

Hamburghe & Panini

THE CC CLUB SANDWICH

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



7.5

THE CC VEGGIE BURGER

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



8.5

THE CC CHEESEBURGER

GLUTEN FREE

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.*



8.5

10

THE CC PULLED PORK

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



8.5

Frutta & Dolci

TORTA DEL GIORNO

Cake of the day

4

RICOTTA AL CACAO

Ricotta di bufala, cacao, zucchero di canna. | *Buffalo milk ricotta cheese, cocoa, cane sugar.*



4

FRUTTA AL BICCHIERE

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

FRULLATI

MAXI

Frutta di stagione e latte biologico, di mandorle o di cocco. | *Smoothies with seasonal fruits and cow, almond or coconut milk.*

5

6.5

SODA PAOLETTI

Soft drink - Paoletti Soda

3

ACQUA

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

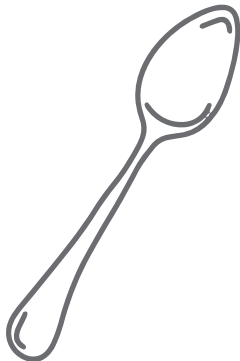
1.5

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 —