

UIN

FORTE
TERRA, SOLE, PASSIONE

ME

NU

PER INIZIARE

Antipasto calabrese (ideale per una persona)	Salumi, formaggi con mousse e confetture selezionate, un sott'olio forte, crostini con nduja e patè di cipolla, mix di fritti tradizionali, ricottina fresca di pecora. Il tutto accompagnato da pane integrale senatore cappelli con farine macinate a pietra fatto da noi.	13 €
Tagliere salumi e formaggi per una persona	Selezione di capocollo, soppressata dolce o piccante, pancetta arrotolata, Nduja di Spilinga, caciocavallo Silano, caprino fresco, pecorino di Monte Poro fresco o stagionato, pecorino di Crotone, pecorino affinato al bergamotto. Servito con pane 100% integrale di grano Senatore Cappelli macinato a pietra e mousse di cipolla o confetture.	13 €
Tagliere salumi e formaggi per due persone	Selezione di capocollo, soppressata dolce o piccante, pancetta arrotolata, Nduja di Spilinga, caciocavallo Silano, caprino fresco, pecorino di Monte Poro fresco o stagionato, pecorino di Crotone, pecorino affinato al bergamotto. Servito con pane 100% integrale di grano Senatore Cappelli macinato a pietra e mousse di cipolla o confetture.	22 €
Tagliere di suino nero di calabria	Selezione di salumi (capocollo, salame, soppressata, prosciutto crudo, pancetta tesa o arrotolata) della pregiata razza autoctona di suino nero di calabria	15 €
Sott'olio forte per una persona	Selezione di sott'olii tipici della tradizione calabrese, a filiera corta certificata: pomodori secchi, olive verdi schiacciate, filetti di melanzane arcobaleno, funghi misti, filetti di cipolla di tropea marinata. Serviti con pane 100% integrale di grano senatore cappelli macinato a pietra	9 €
Sott'olio forte per due persone	Selezione di sott'olii tipici della tradizione calabrese, a filiera corta certificata: pomodori secchi, olive verdi schiacciate, filetti di melanzane arcobaleno, funghi misti, filetti di cipolla di tropea marinata. Serviti con pane 100% integrale di grano senatore cappelli macinato a pietra	14 €

FRIGGITORIA DELLA NONNA

Curuda di patate	Fritto a forma di ciambella preparato con farina, acqua, patate e lievito	2 €
Zeppola singola	Fritto fatto con farina, acqua e lievito	1,5 €
Zeppola singola con alici o nduja	Fritto a base di acqua, farina e lievito con dentro nduja di spilinga o un'acciuga forte	2 €
Cartoccio di zeppoline semplici		3 € 6 pz
Cartoccio di zeppoline con alici o nduja		4 € 6 pz
Vrascioli di carne	Polpettine di carne di macinato misto	4 € 6 pz
Vrascioli di melanzane	Polpettine di melanzane tipiche calabresi	4 € 6 pz
Frittelle di fiori	Frittelle tipiche a base di farina, fiori di zucca, uova, parmigiano, prezzemolo e sale.	5 € 6 pz
Vecchji classiche	Frittelle a base di farina, acqua, uovo, formaggio e aromi	3,50€ 6 pz
Chips di patate silane fritte con la buccia		4 €
Formula fritto mix	zeppola semplice, vecchja semplice, vrasciola di carne e di melanzane, frittella di fiori, curuda di patate grande.	6 €
Peperone crusco	peperone dolce, essiccato e fritto, servito con olive nere	6 €

I SOLITI FRITTI "MA NON TROPPO"

Crocchetta di patate	Fatta da noi con patate della sila	2 €
Suppli classico	Con riso arborio di sibari	2 €
Suppli alla nduja	Suppli classico con riso arborio di sibari e cuore di nduja di spilinga	2,5 €
Arancino con nduja	Con riso arborino di sibari, zafferano e cuore di nduja di spilinga	3 €

BRUSCHETTE

Al pomodoro	Peperoncino piccante in olio d'oliva	3 €
Alla nduja		3 €
Patè di cipolle di Tropea	Peperoncino piccante in olio d'oliva	3 €
Marenduja dolce o piccante	patè di verdure e tonno del Mediterraneo	3 €

PITTE CHINE

Tipico prodotto calabrese storicamente fatto con l'impasto del pane, di forma rotonda, e ripieno di vari ingredienti a seconda della zona, della stagionalità o della festività. IDEALI PER 3/4 PERSONE

Serrese	cipollotto di tropea, olive verdi schiacciate, fiori di sambuco, acciughe e mozzarella	25 €
San costantinense	tonno, peperoni, capperi, pelati, olive verdi schiacciate e mozzarella	25 €
Contadina	olive verdi schiacciate, pomodoro secco, pelati, acciughe e mozzarella	25 €
Spilingota	nduja di spilinga, patate lesse silane, cipolla di tropea, mozzarella e pomodoro	25 €
Calabrese	broccoli, salsiccia fresca piccante calabrese, patate silane e mozzarella	25 €
Contadina vegetariana	olive verdi schiacciate, pomodoro secco, melanzane grigliate, pelati e mozzarella	25 €

LA CALABRIA NEL PIATTO

I PRIMI

Fileja alla nduja	Pasta al ferretto fatta con semola di grano duro, condita con sugo insaporito dalla nduja di spilinga	10 €
Fileja con suriaca	Tipica pasta al ferretto fatta con semola di grano duro e condita con una crema di fagioli cannellini di caria	10 €
Spaghetti alla corte d'assise	Ricetta della costa ionica calabrese, semplice ma saporita, fatta con pomodorini freschi, mantecata con pecorino calabrese e condita con olio piccante (facoltativo)	10 €
Fileja al pesto calabrese	Classica pasta al ferretto condita con un sugo di melanzane, ricotta di pecora e salsiccia fresca calabrese sbriciolata	13 €
Lagane e ceci	Pasta fresca simile ai maltagliati, ottenuta con un impasto di acqua e farina 100% integrale di grano senatore cappelli, e condita con una crema di ceci cotti in pignata	13 €
Stroncatura ammollicata	Piatto tipico della piana di gioia tauro, fatta con mix di farine integrali, dal colore scuro e consistenza ruvida. Viene condita con acciughe forte sciolte in olio, olive nere, capperi e mollica tostata	14 €
Gnocchi alla vellutata di nduja	Gnocchi semintegrali fatti a mano e conditi con una vellutata di nduja e ricotta di pecora	14 €
Zuppa del giorno	Zuppa di legumi (ceci, lenticchie, jierbi e suriaca, vellutata di zucca, pasta millecosedde ecc) cotta in pignata	8 €
Spaghettoni al Bergamotto	Spaghettoni freschi in crema di noci, con grana, e polvere di bergamotto	16 €
Ravioli ricotta, menta e limone	Ravioli freschi con ricotta, menta e limone, serviti in burro e salvia.	14 €

I SECONDI

Parmigiana di melanzane	Un classico della cucina calabrese, ma fatto con melanzane grigliate per rimanere più leggeri!	9 €
Parmigiana di zucchini	Con zucchini grigliate, uovo sodo e formaggi	9 €
Morzeddu catanzarese	Frattaglie di interiora di vitello cotte nel sugo di pomodoro, 6 ore. piccantino. Servito con pitta	10 €
Salsiccia calabrese al piatto o con panino	Salsiccia fresca calabrese piccante, servita con peperoni al forno e cicoria ripassata	10 €
Polpette di baccala'	Con contorno di verdure in pastella o patatine, servite con salsa yogurt	12 €
Cotolette di alici	Alici fresche aperte e delicate, impanate e fritte, servite con insalata mista	12 €
Hamburger di mucca podolica al piatto	Hamburger di mucca podolica (circa 200 g), una razza vaccina calabrese allevata allo stato brado. Viene servito con patate silane e misticanza	12 €
Panino con hamburger di podolica	Panino con hamburger di podolica, provola silana e pomodori secchi, servito con patatine e insalata	14 €

I CONTORNI

Contorno del giorno In base alla stagionalità delle verdure 5 €

CREPES INTEGRALI

Mozzarella,porcini e nduja Con contorno di insalata mista o patatine 10 €

Mozzarella,patate lesse e nduja Con contorno di insalata mista o patatine fritte 10 €

Mozzarella, bieta, pomodori secchi e capperi Con contorno di insalata mista o patatine fritte 10 €

Mozzarella,porcini e pancetta arrotolata Con contorno di insalata mista o patatine fritte 10 €

Vegetariana (mozzarella e verdure) Con contorno di insalata mista o patatine fritte 10 €

STREET FOOD CALABRESE: LA LESTOPITTA

Una sorta di piadina fritta, simbolo della gastronomia agro-pastorale dell'area grecanica della Calabria, condita con i migliori prodotti calabresi

Muntanara Con schiacciata piccante, provola silana e melanzane sott'olio. Servita con insalata mista o patatine 10 €

Vaticana Con 'nduja, cipolla marinata, pecorino di monte poro e bieta. Servita con insalata mista o patatine 10 €

Tropiana Con cipolla marinata, soppressata dolce, provola sillaba e zucchine al forno. Servita con insalata mista o patatine 10 €

Paisana Con pancetta arrotolata, fiordilatte, olive verdi schiacciate e melanzane al forno. Servita con insalata mista o patatine 10 €

Pecurara Con capicollo, pomodoro secco, pecorino fresco di monte poro. Servita con insalata mista o patatine 10 €

LE INSALATONE

Mista Con lattuga, rughetta, carote e finocchi 6 €

Tropeana Con pomodoro cuore di bue, cipolla di tropea, cetrioli e olive nere 7 €

Maremonti Con lattuga, rughetta, carote, pomodoro a grappolo e tonno artigianale 8 €

Vaticana Con lattuga, rughetta, carote, uovo sodo, cipolla di tropea e filetto di tonno artigianale 8 €

Forte 1 Con lattuga, cetrioli, fiordilatte, olive verdi schiacciate e acciughe forte 9 €

Forte 2 Con rucola, pomodoro cuore di bue, finocchi, fiordilatte, pomodoro secco e olive nere forte 9 €

PIZZE INTEGRALI

LE ROSSE

Rossa	Pomodoro, olio EVO e origano	5 €
Margherita	Con pomodoro e fiordilatte	7 €
Napoli	Con pomodoro, mozzarella e acciughe forte	8 €
Salsiccia calabrese	Con pomodoro, mozzarella e salsiccia fresca calabrese	8 €
Bomba calabrese	Con pomodoro, mozzarella e peperoncino piccante in olio di oliva	8 €
Diavola	Con pomodoro, mozzarella, schiacciata calabrese e peperoncino	8 €
Calabrese	Con pomodoro, mozzarella e nduja di spilinga	8 €
Amatriciana	Con pomodoro, mozzarella, guanciale, pepe nero e pecorino romano	9 €
Paesana	Con pomodoro, mozzarella, cipolla di tropea e nduja di spilinga	9 €
Degli dei	Con pomodoro, mozzarella, tonno callipo e cipolla di tropea	9 €
Boscaiola	Con pomodoro, mozzarella, funghi porcini e salsiccia fresca calabrese	9 €
Squisita	Con pomodoro, provola sillaba DOP, funghi porcini, pachino e prezzemolo	9 €
Contadina	Con pomodoro, mozzarella, pomodori secchi, acciughe e olive nere forte	9 €
Forte	Con pomodoro, mozzarella, nduja di spilinga, funghi porcini e bufala campana	10 €

LE BIANCHE

Soppressata	Con mozzarella e soppressata dolce	7 €
Tropea	Con provola silana e cipolla di tropea	7 €
Salsiccia	Con mozzarella, salsiccia fresca calabrese e cipolla di tropea	8 €
Nduja	Con mozzarella, patate lesse e nduja di spilinga	8 €
Broccoli e salsiccia	Con mozzarella, broccoli e salsiccia fresca calabrese	9 €
Patate e salsiccia	Con mozzarella, patate silane lesse e salsiccia fresca piccante	9 €
Tonno	Con mozzarella, tonno artigianale e carciofi selvatici	9 €
Bufala	Con mozzarella, bufala campana, pachino e pecorino affinato al bergamotto	9 €
Vegetariana calabra	Con mozzarella, broccoli, cipolla di tropea e patate silane lesse	9 €

LE FOCACCE

La classica	Rosmarino, sale e olio EVO	4 €
Capicollo	con capicollo suppa	7 €
Fresca	Con rughetta, scaglie di pecorino fresco, pancetta arrotolata e aceto balsamico	8 €
Bufala	Con pachino, rughetta e bufala campana	9 €
Verdure calabra	Con broccoli, cipolla di tropea, patate silane lesse e salsa calorìa	8 €

I CALZONI

Margherita	Con mozzarella, patate lesse e nduja di spilinga	8 €
Vegetariano calabro	Con mozzarella, broccoletti e salsiccia fresca calabrese	9 €
Nduja	Con mozzarella, patate silane lesse e salsiccia fresca piccante	9 €

LE VELLUTATE

Di nduja	Crema di nduja con bufala campana	10 €
Di zucchine	Crema di zucchine con scaglie di pecorino fresco di crotone	10 €
Di broccoli	Crema di broccoli con salsiccia fresca calabrese e fiordilatte	10 €
Di carciofi selvatici	Crema di carciofi selvatici con olive verdi schiacciate e acciughe forte	11 €
Di cipolla rossa di tropea	Crema di cipolla di tropea con tonno artigianale e lime	11 €

I DOLCI

Tiramisu' classico		5 €
Tiramisu' al bergamotto	Con crema al bergamotto e bagna al limoncello	5 €
Tiramisu' alla liquirizia	Con crema alla liquirizia	5 €
Dolci secchi tipici	Una selezione di dolci secchi tipici, a seconda del periodo dell'anno: minipitte mpigliate, nacatole, cantucci alle mandorle, cuzzupe, torroncini di bagnara ecc	5 €
Tartufo di pizzo		
<ul style="list-style-type: none"> • classico • bianco • nocciola ripiena • liquirizia • pistacchio • noci e fichi 	Tartufi artigianali della gelateria penna	6 €

LE BIRRE

Fridda kahla pale ale 33cl		6 €
Fridda kahla rock IPA 33 cl		6 €
Gladium symphony 33 cl		6 €
Gladium white lady 33 cl		6 €
Gladium happy venus 33 cl		6 €
Limen fester 33 cl		6 €
Gladium symphony 75 cl		13 €
Gladium white lady 75 cl		13 €
Menabrea 66 cl	Lager nazionale	6 €
Menabrea 33 cl	Lager nazionale	3,5 €

I VINI

Selezione di vini prevalentemente da uve autoctone calabresi.
Da cantine solo calabresi.

Per questa categoria chiedere al personale di sala

BIBITE ANALCOLICHE

Acqua 50 cl		1 €
Acqua 1 lt		2 €
Brasilena 25 cl	bibita gassata al caffè	2,50 €
Bergotto 20 cl	bibita gassata al bergamotto	2,50 €
Coca Cola 33 cl		2,50 €
Chinotto Lurisia 275 cl		3 €
Aranciata Lurisia 27,5 cl		3 €
Gassosa Lurisia 27,5 cl		3 €
Clemi 33 cl	bibita gassata al clementino di Corigliano Calabro	3 €

FORTE

TERRA, SOLE, PASSIONE



[staiforte_tiburtina](#)

#STAI FORTE!