

*L'Orangerie* Restaurant

*Nel segno del Benessere*

*Chef*

*Angelo Flore*



## ***Benessere, anche a tavola***

*Terme di Sirmione ha deciso di offrire proposte di menu sempre più in linea con le raccomandazioni fornite dal mondo scientifico in merito a una sana alimentazione.*

*Oggi, infatti, si assiste sempre di più a un aumento di patologie legate all'eccessivo consumo di cibi e alla loro scarsa qualità nutrizionale. Per questo abbiamo selezionato i cibi migliori anche dal punto di vista della qualità nutrizionale e con questi gli chef hanno creato menu più gustosi e sani.*

*Inoltre abbiamo scelto di creare un modo semplice e veloce per guidarla alla scelta dei pasti proposti nei menù... i colori!*

*Può infatti notare a fianco delle proposte gastronomiche dei bollini colorati:*

- Il bollino verde indica un cibo che può essere mangiato spesso, anche tutti i giorni.**
- Il bollino giallo indica un cibo che è preferibile mangiare non più di due volte a settimana.**
- Il bollino arancione indica un cibo che è preferibile mangiare non più di una volta a settimana.**
- Il bollino blu indica un cibo che è preferibile mangiare solo occasionalmente e mai tutte le settimane.**

*Speriamo che le informazioni che Le abbiamo fornito possano essere utili anche per la Sua alimentazione a casa.*

*Le auguriamo buona cena!*

## **Healthy dining**

Terme di Sirmione has decided to offer a menu that is as aligned as possible with the guidelines of healthy eating listed by the Scientific world.

Nowadays we face a massive growth of illnesses caused by an excessive eating and poor quality of industrial food. We have selected the best raw materials that, from a nutritional point of view, are of the highest quality, so that our chefs have been able to create a healthier and tastier menu.

We have also thought of color as a simple way to guide you while choosing from our menu. As you can see, next to the different courses we have put colored dots:

- The green dot means that the food can be eaten often, even every day.**
- The yellow dot means that the food should preferably be eaten only twice a week.**
- The orange dot means that the food should preferably be eaten only once a week.**
- The blue dot means that the food should preferably be eaten occasionally, not every week.**

We do hope that the given information can be useful to you even at home for your everyday meals.

We wish you a pleasant dining experience!

# MENU DEGUSTAZIONE | TASTING MENU

## *Amuse Bouche*

---

*Gazpacho di fragole e pomodoro ciliegino, feta, catalana di gamberi rossi*  
*Strawberry and cherry tomatoes gazpacho, feta cheese, red shrimp catalana style*  
*Erdbeer- und Kirschtomaten-Gazpacho, Feta-Käse, rote Garnelen nach katalanischer Art*

● 2712

---

*Linguine alla puttanesca con le sarde*  
*Linguine pasta puttanesca style with sardines*  
*Linguine-Pasta nach Puttanesca-Art mit Sardinen*

● 194

---

*Trota regina alla piastra, crema di asparagi verdi, agretti saltati*  
*Seared queen trout, green asparagus cream, sautéed saltwort*  
*Gebratene Königsforelle, grüne Spargelcreme, sautiertes Salzkraut*

● 4

---

*Baba al rum, ananas arrosto alle spezie, namelaka al mango e passion fruit*  
*Rum soaked baba, spice roasted pineapple, mango and passion fruit namelaka*  
*Rum Baba, gewürzte geröstete Ananas, Mango und Namelaka aus Passionsfrucht*

● 1378

---

## *Petits fours*

*70 Euro*

## ANTIPASTI | STARTERS

- Ricciola, melone, sedano, chips di alga nori, gelatina alla camomilla* ①④⑨ ● 30  
*Amberjack, melon, celery, nori seaweed chips, chamomile jelly*  
*Amberjack, Melone, Sellerie, Nori-Algen-Chips, Kamillengelee*
- Baccalà sfogliato, finocchi, crema di lattuga alla colatura di alici, emulsione al nero di seppia* ④⑨ ● 30  
*Peeled cod, fennel, lettuce cream flavored with anchovies dripping, black squid ink emulsion*  
*Geschälter Kabeljau, Fenchel, Salatcreme mit Sardellentropfen, schwarze Tintenfischtintenemulsion*
- Panzanella, vellutata di mozzarella di bufala, anguria, crumble alle olive, olio al basilico* ①③⑦⑫ ● 30  
*Panzanella, buffalo mozzarella cream, watermelon, olive crumble, basil oil*  
*Panzanella, Büffelmozzarellacreme, Wassermelone, Olivenstreusel, Basilikum öl*
- Gazpacho di fragole e pomodoro ciliegino, feta, catalana di gamberi rossi* ②⑦⑫ ● 30  
*Strawberry and cherry tomatoes gazpacho, feta cheese, red shrimp catalana style*  
*Erdbeer- und Kirschtomaten-Gazpacho, Feta-Käse, rote Garnelen nach katalanischer Art*
- Cilindro di pasta fillo ripieno di ricotta di pecora alla brunoise di verdure ed erbe, fonduta di caprino, nocciole tostate* ①③⑦⑧ ● 30  
*Phyllo pastry cylinder filled with sheep ricotta cheese, herbs and vegetables, goat cheese fondue and roasted hazelnuts*  
*Phyllo-Teigzylinder gefüllt mit Schafs-Ricotta-Käse, Kräutern und Gemüse, Ziegenkäse-Fondue und gerösteten Haselnüssen*
- Insalata di granchio alla mediterranea, salicornia in tempura, gel di lime e zenzero* ①②③⑤⑦ ● 30  
*Mediterranean style crab salad, deep fried sea asparagus, lime and ginger gel*  
*Krabbensalat nach mediterraner Art, frittiertes Meeresspargel, Limetten- und Ingwergel*
- Polpo arrostito, patata viola, spuma di burrata, origano, insalata di alghe e cetrioli* ⑦⑭ ● 30  
*Roasted octopus, purple potato, burrata mousse, oregano, cucumbers and seaweed salad*  
*Gebratener Oktopus, lila Kartoffeln, Burrata-Mousse, Oregano, Gurken und Algensalat*
- Seppia e coda di rospo, funghi cardoncello, salsa olandese, cenere di porri* ③④⑦⑫⑭ ● 30  
*Cuttlefish and monkfish, king trumpet mushrooms, hollandaise sauce, leek ash*  
*Tintenfisch und Seeteufel, Königstrompeten, Sauce Hollandaise, Lauchasche*
- Lingua di vitello, sorbetto alla cipolla rossa in agrodolce, sedano rapa tartufato* ⑨⑫ ● 30  
*Veal tongue, pickled red onion sorbet, truffle flavored celeriac*  
*Kalbszunge, Sorbet aus eingelegten roten Zwiebeln, Sellerie mit Trüffelgeschmack*
- Tartare di manzo ai capperi, maionese al pistacchio, panko speziato, cialda croccante al rosmarino* ①③⑦ ● 30  
*Capers flavored beef tartare, pistachio mayo, spicy panko, crispy rosemary wafer*  
*Beef Tatar mit Kaperngeschmack, Pistazienmayonnaise, würziges Panko, knusprige Rosmarinwaffel*

## PRIMI | FIRST COURSES

- Tortiglioni, fagiolini e taccolati saltati aglio, olio, peperoncino, crema di piselli alla menta* ①⑨ ● 30  
*Tortiglioni pasta, green beans and snow peas sautéed with garlic, olive oil and spicy pepper, mint flavored pea cream*  
*Tortiglioni Pasta, grüne Bohnen und Zuckerschoten, sautiert mit Knoblauch, Olivenöl und würzigem Pfeffer, Erbsencreme mit Minzgeschmack*
- Linguine alla puttanesca con le sarde* ①④⑨ ● 30  
*Linguine pasta puttanesca style with sardines*  
*Linguine-Pasta nach Puttanesca-Art mit Sardinen*
- Spaghetti freddi, pesci e crostacei, zenzero, lemon grass, the verde, gazpacho di datterino* ● 30  
*Cold spaghetti, fish and crustaceans, ginger, lemon grass, green tea, cherry tomato gazpacho* ①②④⑨⑭  
*Kalte Spaghetti, Fisch und Krustentiere, Ingwer, Zitronengras, grüner Tee, Kirschtomaten-Gazpacho*
- Fusilloni, zucchine, gamberi, pomodorini confit, scorza di lime* ①②⑨ ● 30  
*Fusilloni pasta, zucchini, shrimp, confit cherry tomatoes, lime zest*  
*Fusilloni Pasta, Zucchini, Garnelen, konfierte Kirschtomaten, Limettenschale*
- Tagliolini al nero di seppia, guazzetto di seppie, pomodoro fresco leggermente piccante* ①③⑨⑭ ● 30  
*Black squid ink tagliolini pasta, sautéed cuttlefish, slightly spicy fresh tomato*  
*Tagliolini Pasta mit schwarzer Tintenfischtinte, sautierter Tintenfisch, leicht würzige frische Tomate*
- Crema tiepida vichyssoise, uova di pesci, porri croccanti* ④⑦ ● 30  
*Warm vichyssoise cream, fish roes, crispy leeks*  
*Warme Vichyssoise-Creme, Fischrogen, knuspriger Lauch*
- Maltagliati, sugo di coniglio, spezie, ricotta salata* ①③⑦⑨ ● 30  
*Maltagliati pasta, rabbit sauce, spices, salted ricotta cheese*  
*Maltagliati Pasta, Kaninchensauce, Gewürze, gesalzener Ricotta-Käse*
- Tagliatelle, cozze, pecorino romano, limone candito* ①③⑦⑨⑭ ● 30  
*Tagliatelle pasta, mussels, pecorino romano cheese, candied lemon*  
*Tagliatelle, Muscheln, Pecorino Romano-Käse, kandierte Zitrone*
- Tortello ripieno di faraona, porri e patate, fondo ristretto, spuma di grana, origano* ①③⑦⑨⑫ ● 30  
*Tortello filled with guinea fowl, leeks and potatoes, its reduced sauce, grana cheese foam, oregano*  
*Tortello gefüllt mit Perlhuhn, Lauch und Kartoffeln, reduzierter Soße, Grana-Käseschaum, Oregano*
- Fregola, cavolo cinese, luganega, pecorino fiore sardo* ①⑦⑨ ● 30  
*Sardinian fregola, pak choi, luganega sausage, sardinian pecorino cheese*  
*Sardische Fregola, Pak Choi, Luganega-Wurst, sardischer Pecorino-Käse*

## SECONDI | MAIN COURSES

- Fantasia di verdure cotte e crude in varie consistenze* ⑨ ● 30  
*Cooked and raw vegetables selection with various textures*  
*Auswahl an gekochtem und rohem Gemüse mit verschiedenen Texturen*
- Melanzana gratinata, besciamella al latte di cocco, mousse di tofu, salsa romesco, noci pecan* ● 30  
*Eggplant gratin, coconut besciamelle, tofu mousse, romesco sauce, pecan nuts* ①⑥⑧⑫  
*Auberginengratin, Kokos-Béchamel, Tofu-Mousse, Romesco-Sauce, Pekannüsse*
- Trota regina alla piastra, crema di asparagi verdi, agretti saltati* ④ ● 36  
*Seared queen trout, green asparagus cream, sautéed saltwort*  
*Gebratene Königsforelle, grüne Spargelcreme, sautiertes Salzkraut*
- Coda di rospo in saor, scarola ripassata alle acciughe, cipolla rossa in agrodolce* ①④⑨⑫ ● 36  
*Sweet and sour monkfish, anchovies sautéed endive, pickled red onion*  
*Süß-saurer Seeteufel, sautierte Endiviensardellen, eingelegte rote Zwiebeln*
- Merluzzo alla pizzaiola, chips di verdure croccanti* ④⑤⑨ ● 36  
*Pizzaiola style cod, crispy vegetable chips*  
*Kabeljau nach Pizzaiola-Art, knusprige Gemüsechips*
- Trancio di branzino, cime di rapa, crema di sedano rapa al nero di seppia, fiori di zucca* ④⑨⑭ ● 36  
*Seabass fillet, turnip greens, black squid ink flavored celeriac cream, squash blossoms*  
*Seebarschfilet, Rübengrün, Selleriecreme mit schwarzem Tintenfischgeschmack, Kürbisblüten*
- Brochette di gamberi, salmone, seppioline e zucchini arrostita con erbette mediterranee, spaghetti di verdure alla salsa si soia* ②④⑥⑭ ● 36  
*Shrimp, salmon, cuttlefish and zucchini skewer roasted with Mediterranean herbs, soy sauce flavored vegetable spaghetti*  
*Garnelen, Lachs, Tintenfisch und Zucchini-Spieß mit mediterranen Kräutern gebraten, Gemüsespaghetti mit Sojasaucengeschmack*
- Stinco d'agnello in salsa alla cacciatora, terrina di patate al Bagoss, porro grigliato* ⑦⑨⑫ ● 36  
*Lamb shin cooked in a mushroom cacciatora sauce, bagoss cheese and potatoes terrine, grilled leek*  
*Lammkeule gekocht in einer Pilz-Cacciatore-Sauce, Bagoss-Käse und Kartoffelterrinen, gegrillter Lauch*
- Petto d'anatra, mango al curry giallo, daikon, quinoa alle erbe* ⑦⑨⑫ ● 36  
*Duck breast, yellow curry flavored mango, daikon, herbs quinoa*  
*Entenbrust, Mango mit gelbem Currygeschmack, Daikon, Kräuter-Quinoa*
- Filetto di manzo al burro café de Paris, funghi shiitake, amaranto tostato, sauté di patate al timo* ● 36  
*Beef fillet, café de Paris butter, shiitake mushrooms, roasted amaranth, thyme sautéed potatoes* ④⑦⑨⑫  
*Rinderfilet, Café-de-Paris-Butter, Shiitake-Pilze, gerösteter Amaranth, sautierte Thymiankartoffeln*

## DESSERT

<i>Macedonia di frutta fresca</i> <i>Fresh fruit salad</i> <i>Obstsalat</i>	● 10
<i>Gelati ③⑦⑧</i> <i>Ice-cream and sorbets</i> <i>Eis und Sorbets</i>	● 10
<i>Pan di spagna al pistacchio, bavarese alla vaniglia e lime, gelatina di fragole ①③⑦⑧</i> <i>Pistachio sponge cake, vanilla and lime bavroise, strawberry jelly</i> <i>Pistazien-Biskuitkuchen, Vanille-Limetten-Bavroise, Erdbeergelee</i>	● 14
<i>Mousse al cioccolato fondente, pistacchio, mousse alla vaniglia, cuore ai frutti di bosco ③⑧</i> <i>Dark chocolate mousse, vanilla mousse, pistachio, forest fruit filling</i> <i>Zartbitterschokoladenmousse, Vanillemousse, Pistazie, Waldfruchtfüllung</i>	● 16
<i>Bavarese al cioccolato fondente, mousse alla nocciola, wafer, biscotto sacher ①③⑦⑧</i> <i>Dark chocolate bavroise, hazelnut mousse, crispy wafer, sacher cake biscuit</i> <i>Zartbitterschokoladenbavroise, Haselnussmousse, Knusperwaffel, Sacher Keks</i>	● 16
<i>Baba al rum, ananas arrosto alle spezie, namelaka al mango e passion fruit ①③⑦⑧</i> <i>Rum soaked baba, spice roasted pineapple, mango and passion fruit namelaka</i> <i>Rum Baba, gewürzte geröstete Ananas, Mango und Namelaka aus Passionsfrucht</i>	● 16
<i>Semifreddo al limone del Garda, pomodoro alla vaniglia, lampone, basilico, meringa ③⑦</i> <i>Garda lemon parfait, vanilla tomatoes, raspberries, basil, meringue</i> <i>Garda-Zitronenparfait, Vanilletomaten, Himbeeren, Basilikum, Baiser</i>	● 16
<i>Soffice al cioccolato al latte Tanariva, gelatina al lampone, biscotto mandorle e cacao ①③⑦⑧</i> <i>Soft Tanariva milk chocolate, raspberry jelly, almonds and cocoa biscuit</i> <i>Weiche Tanariva-Milchschokolade, Himbeergelee, Mandeln und Kakaokeks</i>	● 16
<i>Selezione di formaggi ⑦⑧</i> <i>Cheese selection</i> <i>Käseauswahl</i>	● 20
<i>Tiramisù ①③⑦</i>	● 14

Coperto | cover  
6 euro



*Le pietanze possono contenere sostanze che possono provocare allergie od intolleranze. Il numero cerchiato fa riferimento alla categoria di allergeni presenti nel piatto stesso e il cui dettaglio si trova nell'ultima pagina del menu.*

*Alcuni prodotti vengono abbattuti dopo la preparazione in modo da mantenere inalterate le proprietà nutritive e organolettiche degli stessi. Altri vengono congelati all'origine e conservati presso la nostra struttura garantendo la catena del freddo.*

*Il nostro personale è a disposizione per qualsiasi ulteriore informazione riguardo a pietanze, ingredienti e allergeni.*

*(\*) Non si garantisce l'assenza di contaminazione dei seguenti allergeni: ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭*

*The courses can contain substances that may cause allergies. The circled number refers to the category of allergens contained in that specific dish and the details can be found on the last page of the menu.*

*Some products are blast chilled after preparation in order to maintain their nutritional and organoleptic properties unaltered;*

*Others are frozen at their origin and stored at our facility while ensuring the cold chain.*

*Our staff is available for any further information regarding dishes, ingredients and allergens.*

*(\*) The absence of contamination of the following allergens is not guaranteed: ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭*

## A ogni piatto il suo bollino

Recenti studi in ambito nutrizionale individuano alimenti che sono particolarmente utili alla salute e alimenti che, se mangiati spesso, possono favorire l'insorgenza di patologie e lo stesso vale per le tecniche di cottura.

Il colore ai piatti è stato, quindi, assegnato in base agli ingredienti (tipologia, quantità e abbinamenti) e al metodo di cottura utilizzato, per permettere una scelta informata di ogni nostra preparazione.

Il bollino verde indica un piatto ben bilanciato, preparato con ingredienti e metodiche di cottura che permettono di sfruttarne al massimo le proprietà salutari. Passando dal giallo, all'arancio, al blu troviamo piatti fatti con materie prime scelte con grande cura, ma da consumare più limitatamente, per non aumentare il rischio di ammalarsi.

Perché come diceva Paracelso "è la dose che fa il veleno"!

## A dot for each course

*Recent studies regarding the nutritional field have shown that some ingredients are particularly useful for ones health, while others, if often eaten, may favor the onset of diseases. The same thing stands for the cooking techniques.*

*As a consequence, the color was assigned to each course standing to the ingredients (type, quantity and pairing) and the cooking method involved in order to make the most out of their healthy benefits.*

*The green dot indicates a well balanced meal, prepared with ingredients and cooking methods that let you take advantage of its healthy properties.*

*Going from yellow, to orange and blue we find food prepared with carefully chosen produce but which should be consumed rarely, lowering ones risk of falling ill by doing so.*

*As Paracelso used to say "it's the dose that makes the venom"!*



## ALLERGENI:

- ① Cereali contenenti glutine, vale a dire: grano (tra cui farro e grano khorasan), segale, orzo, avena o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati tranne:
    - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (\*);
    - b) maltodestrine a base di grano (\*);
    - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
    - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
  - ② Crostacei e prodotti a base di crostacei;
  - ③ Uova e prodotti a base di uova;
  - ④ Pesce e prodotti della pesca, tranne:
    - a) gelatine di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine e carotenoidi;
    - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra o nel vino;
  - ⑤ Arachidi e prodotti a base di arachidi;
  - ⑥ Soia e prodotti a base di soia, tranne:
    - a) olio e grasso di soia raffinato (1);
    - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
    - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
    - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia;
  - ⑦ Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
    - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
    - b) lattitolo;
  - ⑧ Frutta a guscio, vale a dire:

mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci pecan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K.Koch), noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
  - ⑨ Sedano e prodotti a base di sedano;
  - ⑩ Senape e prodotti a base di senape;
  - ⑪ Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo;
  - ⑫ Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/l in termini di SO<sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti;
  - ⑬ Lupini e prodotti a base di lupini;
  - ⑭ Molluschi e prodotti a base di molluschi;
- (\*) E i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato.

## ALLERGENS:

- ① *Cereals containing gluten, namely: wheat (spelt and khorasan), rye, barley, oats or their hybridized strains and derivatives, except:*
    - a) *grain-based glucose syrups, including dextrose (\*);*
    - b) *grain-based maltodextrin (\*);*
    - c) *barley based glucose syrups;*
    - d) *cereals used for manufacturing alcoholic distillates, including ethyl alcohol of agricultural origin;*
  - ② *Crustaceans and products based on shellfish;*
  - ③ *Eggs and egg-based products;*
  - ④ *Fish and fishery products, except:*
    - a) *fish gelatin used as a support for vitamin preparations or carotenoids;*
    - b) *gelatin or isinglass used for the clarification of beer and wine;*
  - ⑤ *Peanuts and peanut-based products;*
  - ⑥ *Soy and soy based products, except:*
    - a) *oil and refined soy fat (1);*
    - b) *mixed natural tocopherols (E306), natural D-alpha tocopherol, natural D-alpha tocopherol acetate, soy-based D-alpha tocopherol succinate;*
    - c) *Phytosterol derived vegetal oils and soy-based phytosterol esters ;*
    - d) *vegetal stanol esters produced by soy-based vegetal oil sterols.*
  - ⑦ *Milk and milk-based products (including lactose, except:*
    - a)  *whey used for manufacturing alcoholic distillates ;*
    - b) *lactitol;*
  - ⑧ *Nuts, more precisely:*  
*almonds (Amygdalus communis L.), hazelnuts (Corylus avellana), walnuts (Juglans regia), cashew nuts (Anacardium occidentale), pecan nuts [Carya illinoensis) (Wangenh.) K. Koch] , brazilian nuts (Bertholletia excels), pistachios (Pistacia vera), macadamia or Queensland nuts (macadamia ternifolia), and their products except for nuts used for manufacturing alcoholic distillates, including ethyl alcohol of agricultural origin;;*
  - ⑨ *Celery and celery-based products;*
  - ⑩ *Mustard and mustard-based products;*
  - ⑪ *Sesame seeds and sesame seeds-based products ;*
  - ⑫ *Sulfur dioxide and sulfites in concentrations above 10mg/kg or 10mg/l in terms of the total amount of SO2 to be calculated for the products as they result ready to consume or reconstituted as per manufacturers instructions ;*
  - ⑬ *Lupines and lupines-based products;*
  - ⑭ *Mollusks and mollusks-based products;*
- (\*) *And all the derived products whose transformation does not impact on the level of allergen.*