



Santa Maria Navarrese

Antipasti – Starters

(per 2 persone) **Taggeri Supramonte¹⁻⁷** € 36

Selezione di prosciutto, tris di salsiccia sarda, guanciaie, formaggi di capra (alle erbe, semistagionato, ricotta fresca, fiscidu), frutta, miele e marmellata, capra in umido, pistoccu friggiu, gathulis, cocoi de gerda, verdure sott'olio.
Selection of sardinian cured meats and cheese with gathulis, pistoccu friggiu, fruit and jam, cocoi de jerda, goat stew.

(per 2 persone) **Taggeri Craba¹⁻⁷** € 22

Selezione di formaggi di capra: semistagionato, alle erbe, ricotta fresca, fiscidu, crema, caglio, frutta, miele e marmellata, pistoccu friggiu, gathulis e cocoi de gerda.
Selection of goat cheese: aged, with herbs, cream cheese, salted ricotta, fruit, jam, pistoccu friggiu, gathulis e cocoi de gerda.

Caggiu e Pistoccu Friggiu¹⁻⁷ € 14

Caglio di capretto e pane baunese fritto
Typical goat cheese and fried bread of Baunei

Tsipulasa de curcuriga e cipudda¹⁻⁷ € 6

Frittelline di zucchine e cipolle in pastella
Courgette fritters with mint and onions.

Gathulis¹⁻⁷ € 6

Anelli di formaggio e patate.
Potatoes and cheese rings made in Ogliastro.

Fiori di Zucca¹⁻⁷ € 6

Fiori di zucca in pastella fritti.
Battered courgette flowers.

Pistoccu Friggiu¹ € 6

Pane tipico baunese fritto.
Typical fried bread of Baunei.

Mozzarelline Fritte¹⁻⁷ € 6

Bocconcini di mozzarella impanati.
Deep fried mozzarella balls.

Patatine Fritte¹ € 6

Fried potatoes.

Polpette di pecora fritte¹⁻³⁻⁷ € 8

Fried sheep meatballs served with sauce

Primi piatti - Pasta

Culurgiones: ravioli di patate e formaggi sardi, cucitura a spiga fatta a mano.

Traditional sardinian pasta filled with potatoes and cheese.

Piatto Degustazione¹⁻⁴⁻⁷ € 26

12 culurgioni conditi con sugo di capra, sugo di purputza, porcini, bottarga, burro e salvia e sugo al pomodoro.

Tasting of 12 culurgiones with various sauces: goat and sausage sauce, porcini mushrooms, bottarga, butter and sage.

Alla bottarga di muggine e olio EVO¹⁻⁴⁻⁷ € 18

With bottarga -salted mullet roe- and e.v.o. oil.

Al sugo di capra o pomodoro¹⁻⁷⁻⁹ € 16

With goat sauce or tomato sauce

Ladeddos: gnocchi con patate e semola di Baunei.

Traditional sardinian pasta made with potatoes and durum wheat.

Al sugo di capra o sugo di purputza¹⁻³⁻⁷⁻⁹ € 15

With goat sauce or sausage sauce

Alla gorgonzola, pancetta e noci¹⁻³⁻⁷⁻⁸ € 17

With gorgonzola cheese, bacon, walnuts

Fregula: chicchi di semola lavorati a mano e tostati in forno.

Traditional tiny toasted pasta made with durum wheat and water.

Con crema di radicchio e pecorino erborinato¹⁻⁷ € 18

With radicchio sauce and pecorino blue cheese

Malloreddus: gnocchetti tipici Sardi impastati con acqua e semola.

Traditional sardinian gnocchi made with durum wheat and water.

Al sugo di pomodoro¹ € 13

Whith tomato souce

Spaghetti

Alla bottarga di Arbatax¹⁻⁴ € 18

alla bottarga di muggine e olio extra vergine d'oliva

With bottarga -salted mullet roe- and e.v.o. oil.

* Alcuni prodotti e ingredienti potrebbero essere surgelati, previo abbattimento termico

Piatti della Tradizione

Typical sardinian dishes

Stufato di capra al Cannonau ¹²⁻¹⁰⁻⁹	€ 20
<i>Con timo, ginepro e contorno. Goat stew in Cannonau wine with thyme and juniper berries, served with side dish</i>	
Trippa di capra al sugo di pomodoro ⁹	€ 17
<i>Goat tripe served with tomato sauce</i>	
Bombas de Coua ⁷⁻⁹⁻³⁻¹	€ 13
<i>Polpette di manzo e suino al sugo di pomodoro Meatballs with tomato sauce</i>	
Pane Frattau ¹⁻³⁻⁷⁻⁹	€ 14
<i>Pane carasau servito con sugo di pomodoro, formaggio e uova in camicia Carasau bread with tomato sauce, grated cheese and poached egg</i>	
Casu caentau al miele ¹⁻⁷	€ 8
<i>Formaggio arrosto, in un letto di pane carasau, servito con miele Melted cheese on bread with honey</i>	

* Alcuni prodotti o ingredienti potrebbero essere surgelati, previo abbattimento termico.

Le Carni MeC Puddu's - Meats

Grigliata Mista gr 700 € 35

Reale di manzo, arrosticini di capra, salsiccia, pancetta e contorno
Mixed grill meat -beef, goat skewer, sausage, pork ribs with sidedish

Tagliata di manzo, rucola e Gran Campidano⁷ gr 300 € 23

Beef steak slices with rocket and cheese shavings

Filetto di manzo al cannonau e contorno¹² gr 300 € 26

Beef fillet with Cannonau sauce, served with side dish

Filetto di manzo al gorgonzola e noci € 26

e contorno⁷⁻⁸ gr 300

Beef fillet with gorgonzola sauce and walnuts, served with side dish

Bistecchine di pecora e contorno gr 400 € 22

Sheep steak with side dish

Bistecca di Manzo e contorno gr 350 € 22

Beef steak with side dish

Bistecca di Cavallo e contorno gr 350 € 22

Horse steak served with side dish

Maialetto arrosto e contorno gr 400 (porzioni limitate) € 25

Arrosticini di capra (10 pz) e Contorno € 18

Goat skewers, served with side dish

Paninoteca - Sandwiches

S'Hamburger250gr e contorno¹⁻³⁻⁷⁻¹¹ € 12

Hamburger di manzo, pomodoro, lattuga, maionese, ketchup
Beef burger, tomato, lettuce, mayo, ketchup with side dish

Su Cheesburger250gr e contorno¹⁻³⁻⁷⁻¹¹ € 13

Hamburger di manzo, crema formaggio, pomodoro, lattuga, maionese, ketchup
Beef burger, cream goat cheese, tomato, lettuce, mayo, ketchup with side dish

Su King Puddu250gr e contorno¹⁻³⁻⁷⁻¹¹ € 15

Hamburger di manzo, crema formaggio, guanciale, pomodoro, lattuga, maionese, ketchup
Beef burger, cream goat cheese, bacon, tomato, lettuce, mayo, ketchup with side dish

CrabaBurger250gr e contorno¹⁻³⁻⁷⁻¹¹ € 15

Hamburger di capra, crema di formaggio di capra classica, rucola
Sheep burger, cream goat cheese and rocket with side dish

Insalatonì - Salads

Mista € 9

Lattuga, radicchio, mais, carote, pomodori cherry
Lettuce, radicchio, maize, carrots, tomatoes

Caprese⁷ € 12

Mozzarella di bufala, pomodorini cherry, origano e salsa al basilico
Buffalo mozzarella, fresh tomatoes, oregan, basil sauce

Hen Salade¹⁻⁸ € 15

Farro, cipolla rossa, carote, cavolo rosso, peperoni e zucchine, avocado, mango e dressing all'arancia, noci
Spelt, red onions, carrots, red cabbage, peppers, zucchinis, avocado e mango, orange dressing, walnuts

Pizzeria

Bianche solo da MeC Puddu's – without tomato sauce

Goloritzè¹⁻⁷ € 10

Mozzarella, pomodoro fresco, rucola e Gran Campidano
Mozzarella, fresh tomatoes, rocket, Grana cheese shavings

Vegetariana¹⁻⁷ € 10

Mozzarella di bufala, pomodoro fresco, zucchine, rucola, salsa al basilico
Buffalo mozzarella, fresh tomatoes, courgettes, rocket, basil

Principessa¹⁻⁷ € 10

Mozzarella di bufala, datterini, salsa al basilico
Buffalo mozzarella, fresh tomatoes, basil

MeC Puddu's¹⁻⁷ € 10

Mozzarella, pomodoro secco, guanciale
Mozzarella, sundried tomatoes in oil, bacon

Craba¹ € 14

Mozzarella, crema di formaggio, straccetti di Capra, rucola
Mozzarella, goat cream cheese, sliced goat meat, rocket

Fiori di Zucca¹⁻⁴⁻⁷ € 14

Mozzarella, fiori di zucca, bufala, acciughe
Mozzarella, courgette flowers, buffalo mozzarella, anchovies

Pedra Longa¹⁻⁷ € 12

Mozzarella, ricotta affumicata, pomodoro fresco, rucola, salsiccia fresca
Mozzarella, pork sausage, salted ricotta cheese, fresh tomatoes, rocket

Supramonte¹⁻⁷ € 15

Mozzarella, crema di formaggio, guanciale, pancetta, prosc. Crudo
Mozzarella, goat cream cheese, jowl bacon, bacon, ham

Gorgonzola, Radicchio, Pere e Noci¹⁻⁷⁻⁸ € 12

Mozzarella, gorgonzola, radicchio, pere e noci
Mozzarella, gorgonzola cheese, radicchio, pears, walnuts

Bibi ¹⁻⁷⁻⁸ € 15

Mozzarella, mortadella, bufala, pesto al pistacchio e basilico
Mozzarella, buffalo mozzarella, mortadella, pistachio, basil

Asparagi e Bottarga¹⁻⁴⁻⁷ € 16

Mozzarella, crema di asparagi, bottarga a scaglie
Mozzarella, asparagus cream, bottarga -salted mullet roe

Cabras ai 4 formaggi¹⁻⁷⁻⁸ € 15

Mozzarella, formaggi di capra (crema, caglio, ricotta fresca e affumicata), noci
Mozzarella e 4 goat cheese, walnuts

Rosse solo da MeC Puddu's – with tomato sauce

Caddu¹⁻⁷	€ 14
Pomodoro, mozzarella, straccetti di cavallo, prezzemolo, aglio <i>Tomato sauce, mozzarella, sliced horse meat, parsley, garlic</i>	
Burriccu¹⁻⁷	€ 14
Pomodoro, mozzarella, straccetti di asino, prezzemolo, aglio <i>Tomato sauce, mozzarella, sliced donkey meat, parsley, garlic</i>	
Rustica¹⁻⁷	€ 12
Pomodoro, mozzarella, pancetta, patate arrosto <i>Tomato sauce, mozzarella, bacon, baked potatoes</i>	
Herri&Max¹⁻⁷	€ 10
Pomodoro, mozzarella, prosciutto crudo, peperoni, cipolle, olive <i>Tomato sauce, mozzarella, cooked ham, peppers, onions, olives</i>	
Navarrese¹⁻⁴⁻⁷	€ 10
Pomodoro, mozzarella, pomodoro fresco, acciughe, olive nere, basilico <i>Tomato sauce, mozzarella, fresh tomatoes, anchovies, olives, basil</i>	
Ortalissia¹⁻⁷	€ 10
Pomodoro, mozzarella, zucchine e melanzane grigliate, peperoni <i>Tomato sauce, mozzarella. Courgettes, aubergines, peppers</i>	
Beranu¹⁻⁷	€ 10
Pomodoro, mozzarella, peperoni, salsiccia piccante, olive nere <i>Tomato sauce, mozzarella, peppers, spicy salami, olives</i>	
Nosferatu¹⁻⁷	€ 12
Pomodoro, mozzarella, radicchio, gorgonzola, salsiccia piccante <i>Tomato sauce, mozzarella, radicchio, gorgonzola cheese, spicy salami</i>	
Badaloccu¹⁻⁷	€ 12
Pomodoro, mozzarella, salsiccia piccante, crema di formaggio, cipolle <i>Tomato sauce, mozzarella, spicy salami, goat cream cheese, onions</i>	
Porcini¹⁻⁷	€ 16
Pomodoro, mozzarella, funghi porcini, pancetta e ricotta affumicata <i>Tomato sauce, mozzarella, porcini mushrooms, bacon, smoked ricotta cheese</i>	
Calamari fritti¹⁻⁴⁻⁷	€ 16
Pomodoro, mozzarella, calamari fritti <i>Tomato sauce, mozzarella, deep fried squid</i>	
Del Pescatore¹⁻²⁻⁴⁻⁷⁻¹⁴	€ 16
Pomodoro, mozzarella, frutti di mare marinati nell'olio <i>Tomato sauce, mozzarella, seafood in oil, parsley and garlic</i>	
Catalana al tonno fresco ¹⁻⁴⁻⁷	€ 16
Pomodoro, mozzarella, tonno fresco, cipolle e salsa di basilico <i>Tomato sauce, mozzarella, fresh tuna, onions and basil sauce</i>	

Le classiche

Margherita¹⁻⁷

€ 7

Pomodoro, mozzarella
Tomato sauce, mozzarella

Funghi¹⁻⁴⁻⁷

€ 9

Pomodoro, mozzarella, funghi champignon
Tomato sauce, mozzarella, mushrooms

Napoli¹⁻⁴⁻⁷

€ 9

Pomodoro, mozzarella, capperi, acciughe
Tomato sauce, mozzarella, capers, anchovies

Patatine¹⁻⁷

€ 10

Pomodoro, mozzarella, patatine fritte
Tomato sauce, mozzarella, fried potatoes



Si avvisa la gentile clientela che il MeC Puddu's applica un coperto di 2 € per persona.

Le pietanze indicate con i numeri **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14** presentano sostanze che possono provocare allergie o intolleranze:

Elenco delle sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze utilizzati in questo esercizio e presenti nell'allegato II del Reg. UE n. 1169/2011:

- 1** - Cereali contenenti glutine, cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi derivati e prodotti derivati
- 2** - Crostacei e prodotti a base di crostacei
- 3** - Uova e prodotti a base di uova
- 4** - Pesce e prodotti a base di pesce
- 5** - Arachidi e prodotti a base di arachidi
- 6** - Soia e prodotti a base di soia
- 7** - Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio)
- 8** - Frutta a guscio, vale a dire mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia o noci del Queensland, e i loro prodotti
- 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
- 13** - Lupini e prodotti a base di lupini
- 14** - Molluschi e prodotti a base di molluschi

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono