



**Tradizione. Creatività. Sostenibilità.**

Tutti questi concetti possono essere riassunti in una parola: **Terra**.

Partendo dalla Terra, proponiamo una cucina che **rispetti l'ambiente**, utilizzando ingredienti locali e di stagione, con l'obiettivo principale di **ridurre gli sprechi alimentari** con consapevolezza.

L'impiego di **produttori locali** favorisce circuiti brevi, riducendo i trasporti a lunga distanza, favorendo così l'impatto positivo sull'ambiente e offrendo una **cucina gourmet autenticamente legata al territorio**.

I nostri Chef si impegnano quotidianamente a ridurre gli sprechi alimentari e con la loro infinita creatività mantengono viva e contemporanea l'autentica **tradizione culinaria sarda**.

E poiché la Terra segue la stagionalità, abbia inizio il vostro viaggio estivo in una **Terra di Mare**.

T

## TERRA DI MARE 90

*Un incontro perfetto tra territorio e sostenibilità.  
Un percorso di degustazione a 7 portate che racchiude tutta l'essenza del Ristorante Terra.*

## PERCORSO A TRE PORTATE 65

*Un antipasto, un primo e un secondo a scelta tra le proposte del menù À la Carte  
(ad esclusione dei piatti contrassegnati dalla ★).*

## INIZIAMO A CONOSCERCI 35

*Un percorso di accompagnamento comprensivo di 3 calici.*

## NON SOLO VINO 50

*Lasciatevi guidare da 5 proposte tutte da scoprire.*

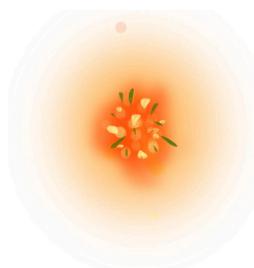
T

# Terra di mare



pagro  
marinato

melone Piel de Sapo  
del *Sinis* e mandorle



astice  
blu

la sua  
carapigna e  
ginepro



uova  
di terra e  
di mare

cipolla rossa e  
spirulina



spaghetti  
freddo

muggine affumicato  
di *Cabras* e nervetti



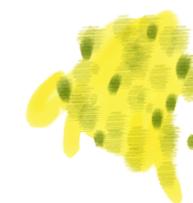
fusillo  
lungo

gambero viola  
di *Villasimius* ed  
estratto di  
peperone rosso



porceddu  
croccante

dell'*Ogliastra*,  
melanzane e  
alghe



limone e  
capperi

limone e  
capperi di  
*Selargius*

Al fine di garantire un'esperienza di condivisione unica, il percorso di degustazione a 7 corse verrà servito per l'intero tavolo.

T

# à la Carte

PAGRO MARINATO melone Piel de Sapo del Sinis e mandorle	🐟 🍷 🥜 🍌 🍓	20
SEPPIA fagioli e salsa alla Campidanese	🐟 🍷 🌿 🍌 🍌 🍓 🍓	22
UOVA DI TERRA E DI MARE cipolla rossa e spirulina	🐟 🍷 🥜 🍌 🍌 🍌	18
ASTICE BLU ★ la sua carapigna e ginepro	🍷 🐟 🍌 🍌 🌿 🍷 🥜	30
RISOTTO all'acqua di pomodoro e ricotta mustia	🍷 🍌 🍌	25
TORTELLO ripieno di zucchine, ricciola dry aged e pompia candita	🌿 🍷 🍷 🍌 🍌 🐟	26
BOTTONI costine di maiale glassate, aria alla birra e ceci croccanti	🌿 🍷 🍷 🍌 🥜 🍌	24
FUSILLO LUNGO gambero viola di Villasimius ed estratto al peperone rosso	🌿 🐟 🐟 🍌 🥜 🍷 🍌 🍌	26
ANATRA ARROSTO carota glassata e susine	🥜 🍷 🍌 🍌	32
PORCEDDU CROCCANTE dell'Ogliastra, melanzane e alghe	🍌 🍌 🍷 🍌 🌿 🍷 🐟	30
RANA PESCATRICE zucchine e salsa alle cozze	🐟 🍌 🍷 🍌 🍓	35
SOGLIOLA tortilla estiva e il suo fondo	🍌 🍌 🍷 🍌 🌿 🍷 🐟	32
PESCA miso e vino rosso	🌿 🍷 🍷 🍌	14
LIMONE E CAPPERI limone e capperi di Selargius	🍷 🍷 🍓 🍌	14

🌿 Cereali contenenti glutine

🐟 Crostacei e derivati

🥜 Arachidi e derivati

🍌 Soia e derivati

🍷 Latte e derivati

🍌 Sedano e derivati

🍌 Anidride solforosa e solfiti

🍌 Lupini e derivati

🐟 Pesce e derivati

🍷 Uova e derivati

🍌 Senape e derivati

🍓 Frutta con guscio

🌿 Sesamo e derivati

🍓 Molluschi e derivati

T