



AiC Associazione Italiana Celiachia

Benvenuti al Ristorante FronteMare,
un piccolo angolo di paradiso
dove si cucina il pesce per passione,
con un'attenzione particolare
rivolta ai nostri **amici celiaci**.

Nel nostro Ristorante vengono scelte
accuratamente materie prime
prive di glutine, nella nostra cucina si
utilizzano esclusivamente farine di riso,
di mais e pane senza glutine.
È così che garantiamo preparazioni e piatti
senza alcuna contaminazione.

Tutti i nostri antipasti,
i secondi e i dolci sono Gluten Free!
Perfino i nostri fritti sono uguali per tutti
e vengono preparati con farine prive di
glutine, che li rendono croccanti e sfiziosi.

Per quanto riguarda i primi piatti,
tutti i condimenti vengono serviti
con la pasta di grano duro o
con la pasta senza glutine
per chi è intollerante
o per chi semplicemente lo richiede.

Un'attenzione e una sensibilità
che ci ha portati
ad aderire al Programma
"AIC Alimentazione Fuori Casa",
per assicurare totale sicurezza ai nostri
ospiti
nei loro pasti fuori dalle mura domestiche.

Per qualsiasi dubbio o chiarimento
non esitare a rivolgerti al nostro personale,
saremo felici di aiutarti.

Adesso non ci rimane che augurarti
Buon Appetito!

Benvenuti al Ristorante FronteMare,
Welcome to the FronteMare Restaurant, a
small corner of paradise where we are
passionate about seafood cuisine and
special attention to our **celiac friends**.

In order to ensure preparation
and dishes completely suitable for coeliacs
with any contaminations at all,
we carefully select **gluten-free** raw
materials.
For this reason in our kitchen,
you'll find rice and corn flour
and gluten-free bread.

All of our menu dishes are coeliac-friendly,
from the starters to the desserts!
Actually, our gluten-free flour
is the secret for our crunchy
and delicious deep fried dishes.

As for the first courses,
all the condiments can be served either
with durum wheat pasta
or with gluten-free one,
you just need to request it!

This attention and sensitivity
have led us to join the
"AIC Alimentation Out of Home"
program, to ensure total safety
to our guests when eating out.

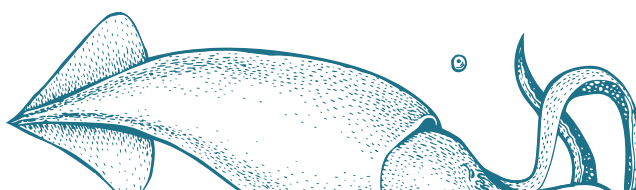
For any doubt or clarification
do not hesitate to contact our staff,
we will be happy to help you.

Now it's time to wish you
"Buon Appetito!"


**fronte
mare**

ENJOYING AND TASTING

• cucina di mare per passione •



ELENCO DEGLI INGREDIENTI ALLERGENICI
UTILIZZATI IN QUESTO ESERCIZIO E PRESENTI
NELL'ALLEGATO II DEL REG. UE N. 1169/2001

SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO
ALLERGIE O INTOLLERANZE

*Key allergens used in this establishment as per
EU REGULATION 1169/2011, Annex II
SUBSTANCES OR PRODUCTS CAUSING
ALLERGIES OR INTOLERANCES*

Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)	01
<i>Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt, kamut) and products thereof</i>	
Crostacei e prodotti a base di crostacei	02
<i>Crustaceans and crustacean products</i>	
Uova e prodotti a base di uova	03
<i>Eggs and egg products</i>	
Pesce e prodotti a base di pesce	04
<i>Fish and fish products</i>	
Arachidi e prodotti a base di arachidi	05
<i>Soybeans and soybean products</i>	
Soia e prodotti a base di soia	06
<i>Cereals containing gluten</i>	
Latte e prodotti a base di latte	07
<i>Milk and milk products</i>	
Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan del Brasile, pistacchi, noci macadamia)	08
<i>Nuts and nut products (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, Brazil nuts, pistachio nuts, macadamia nuts)</i>	
Sedano e prodotti a base di sedano	09
<i>Celery and celery products</i>	
Senape e prodotti a base di senape	10
<i>Mustard and mustard products</i>	
Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo	11
<i>Sesame seeds and sesame seed products</i>	
Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg	12
<i>Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg</i>	
Lupini e prodotti a base di lupini	13
<i>Lupin and lupin products</i>	
Molluschi e prodotti a base di molluschi	14
<i>Molluscs and mollusc products</i>	

CARO OSPITE/CLIENTE, SE HAI DELLE ALLERGIE
E/O INTOLLERANZE ALIMENTARI SEGNALALO
AL NOSTRO PERSONALE E CHIEDI
PURE INFORMAZIONI SUL NOSTRO CIBO
E SULLE NOSTRE BEVANDE. SIAMO PREPARATI
PER CONSIGLIARTI NEL MIGLIORE DEI MODI.

*Dear guest/diner, please speak to a member
of our staff if you have any food allergies or intolerances,
and feel free to ask for information about our dishes
and beverages. We will be delighted to provide guidance
with any aspect of your order.*



**fronte
mane**

ENJOYING AND TASTING
«cucina di valore per passione»



Tutti "I nostri antipasti" sono Gluten Free / All our sea starters are Gluten Free

i nostri antipasti / OUR LAND AND SEA STARTERS

- * **Agliata algherese: pesce, aglio, pomodori secchi, salsa di pomodoro, aceto, peperoncino, prezzemolo, olio EVO** euro 18,00
 * *Fish with agliata Algherese sauce: fish, garlic, drytomatoes, tomato sauce, vinegar, chilipepper, parsley, extra-virgin olive oil, (Allergeni/Allergens 4-14)*

- * **Medaglioni di pescatrice: pescatrice, salsa di pomodoro, aglio, capperi, cipolla, aceto, olio EVO** euro 22,00
 * *Monkfish medallions: monkfish, tomato sauce, garlic, capers, onion, vinegar, extra-virgin olive oil (Allergeni/Allergens 4)*

- Guazzetto di cozze: cozze, pomodoro, aglio, prezzemolo, crostini di pane** euro 18,00
 "Guazzetto" with mussels: mussels, tomato, garlic, parsley, croutons of bread (Allergeni/Allergens 14)

- * **Polpo rosticiato: polpo, patate, limone, cipolla caramellata, rucola, olio EVO** euro 22,00
 * *Grilled octopus : octopus, potatoes, lemon, , caramelized onions, rocket, extra-virgin olive oil (Allergeni/Allergens 14)*

- * **Le Sarde Fritte con salsa Tzatziki: sardine impanate, uova, pan grattato, yogurt greco, cetrioli, aglio, limone, olio EVO** euro 20,00
 * *Fried Sardines with tzatziki sauce: breaded sardines, eggs, breadcrumbs, Greek yogurt, cucumbers, garlic, lemon, extra-virgin olive oil (Allergeni/Allergens 3-4-7)*

- Merenda del pastore: eccellenze di formaggi e salumi sardi con miele artigianale e confetture** euro 25,00
 Shepherd's platter: selection of finest Sardinian cheeses and cured meats with artisan honey, jams (Allergeni/Allergens 7)

i nostri crudi / OUR RAW

- ♥ * **Nudi e crudi: selezione di pesci, crostacei e molluschi** euro 55,00
 * *Nudi e Crudi: selection of fish, and shellfish, clams, served raw (Allergeni/Allergens 2-4-12-14)*

- ♥ * **Tartare dello chef: pesce in base alla disponibilità, frutta fresca, sale, limone, olio EVO** euro 28,00
 * *Chef 's Tartare: fish (based on availability), fresh fruit, seasonal vegetables, salt, lemon, extra-virgin olive oil (Allergeni/Allergens 4)*

- Quattro ostriche** euro 20,00
 Four oysters (Allergeni/Allergens 14)

- * **Gambero** Cad. euro 9,00
 * *Prawns (Allergeni/Allergens 2)*

- * **Scampo** Cad. euro 9,00
 * *Langoustines (Allergeni/Allergens 2)*

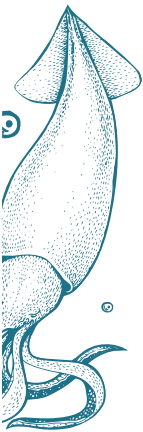
Alcuni piatti potrebbero contenere sostanze potenzialmente allergeniche. Nel menù, sotto a ogni piatto, sono indicati con gli appositi numeri gli allergeni presenti in essi. Per ulteriori informazioni rivolgersi al personale di sala. Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze. 1. Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut) 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 8. Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan del Brasile, pistacchi, noci macadamia) 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 sesamo 12. Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg 13. Lupini e prodotti a base di lupini 14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

Some dishes may contain potentially allergenic substances. In the menu, under the name of the dish are indicated by the appropriate number the allergens present in them. For more information please ask the restaurant' staff. Substances or products causing allergies or intolerances. 1. Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt, kamut) and products thereof 2. Crustaceans and crustacean products 3. Eggs and egg products 4. Fish and fish products 5. Soybeans and soybean products 6. Cereals containing gluten 7. Milk and milk products 8. Nuts and nut products (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, Brazil nuts, pistachio nuts, macadamia nuts) 9. Celery and celery products 10. Mustard and mustard products 11. Sesame seeds and sesame seed products 12. Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg 13. Lupin and lupin products 14. Molluscs and mollusc products.

* In assenza di prodotti freschi, si utilizzeranno prodotti surgelati di prima qualità
 * Quality frozen ingredients may be used when fresh ingredients are unavailable

Coperto e servizio euro 3,50
 Cover and service euro 3,50

♥ Consigliato da Noi
 Recommended by us



i nostri primi / OUR PASTA AND RICE DISHES

Tagliolino fresco alle vongole: vongole, bottarga di muggine, aglio, prezzemolo, olio EVO euro 25,00
Fresh tagliolini with clams and bottarga: clams, mullet bottarga, garlic, parsley, extra-virgin olive oil
 (Allergeni/Allergens 1-4-14)



Linguine vongole: vongole bottarga di muggine, aglio, prezzemolo, olio EVO euro 25,00
Linguine with clams and bottarga: clams, mullet bottarga, garlic, parsley, extra-virgin olive oil
 (Allergeni/Allergens 4-14)



*** Fregola sarda ai frutti di mare: cozze, vongole, calamari, scampi, gamberi, aglio, salsa di pomodoro, prezzemolo, olio EVO** **MIN. 2 PERSONE | Per Persona** euro 28,00

** Fregola pasta (min. 2 people): mussels, clams, squid, langoustines, prawns, garlic, tomato sauce, parsley, extra-virgin olive oil*
 (Allergeni/Allergens 1-2-12-14)

Pacchero alla pescatrice: pescatrice, pomodorini, bottarga di muggine, aglio, prezzemolo, brandy, olio EVO euro 23,00
Pacchero with monkfish : monkfish, cherry tomatoes, mullet bottarga, garlic, parsley, brandy, extra-virgin olive oil
 (Allergeni/Allergens 1-14)



Linguine alla pescatrice: pescatrice, pomodorini, bottarga di muggine, aglio, prezzemolo, brandy, olio EVO euro 23,00
Linguine with monkfish : monkfish, cherry tomatoes, mullet bottarga, garlic, parsley, brandy, extra-virgin olive oil
 (Allergeni/Allergens 4)



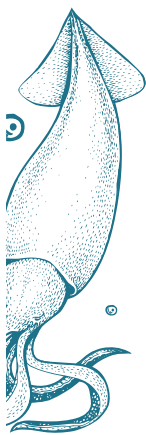
*** Culurgiones di mare al nero di seppia: ripieni di patata viola, calamaro e lime, su crema di rapa rossa, gocce di zucchine e stracciatella, olio Evo** euro 25,00

** Seafood culurgiones with cuttlefish ink: traditional fresh pasta filled with purple potato, squid, lime, on cream of red turnip, zucchinis and stracciatella drops, extra-virgin olive oil*
 (Allergeni/Allergens 1-7-14)

Gnocchetto sardo al pomodoro e basilico euro 14,00
Sardinian gnocchi with tomato and basil
 (Allergeni/Allergens 1)



Fusilli al pomodoro e basilico euro 14,00
Fusilli with tomato and basil sauce



Alcuni piatti potrebbero contenere sostanze potenzialmente allergeniche. Nel menù, sotto a ogni piatto, sono indicati con gli appositi numeri gli allergeni presenti in essi. Per ulteriori informazioni rivolgersi al personale di sala. Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze. 1. Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut) 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 8. Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan del Brasile, pistacchi, noci macadamia) 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 sesamo 12. Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg 13. Lupini e prodotti a base di lupini 14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

Some dishes may contain potentially allergenic substances. In the menu, under the name of the dish are indicated by the appropriate number the allergens present in them. For more information please ask the restaurant's staff. Substances or products causing allergies or intolerances. 1. Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt, kamut) and products thereof 2. Crustaceans and crustacean products 3. Eggs and egg products 4. Fish and fish products 5. Soybeans and soybean products 6. Cereals containing gluten 7. Milk and milk products 8. Nuts and nut products (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, Brazil nuts, pistachio nuts, macadamia nuts) 9. Celery and celery products 10. Mustard and mustard products 11. Sesame seeds and sesame seed products 12. Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg 13. Lupin and lupin products 14. Molluscs and mollusc products.

* In assenza di prodotti freschi, si utilizzeranno prodotti surgelati di prima qualità
 * Quality frozen ingredients may be used when fresh ingredients are unavailable

Coperto e servizio euro 3,50
 Cover and service euro 3.50

♥ Consigliato da Noi
 Recommended by us





Tutti "I nostri secondi" sono Gluten Free / All our main courses are Gluten Free

i nostri secondi / OUR MAIN COURSES

- * Grigliata di mare:** **MIN. 2 PERSONE | Per Persona** euro 50,00
Branzino o Orata, calamaro, gamberi, scampi, polpo, tonno e spada
- * Mixed seafood grill:**
sea bass or bream, squid, prawns, langoustines, octopus, tuna, swordfish
 (Allergeni/Allergens 2-4-12-14)
- Branzino o Orata alla griglia** euro 24,00
Grilled sea bass or bream
 (Allergeni/Allergens 4)
- Astice alla griglia** per Hg euro 12,00
Grilled lobster
 (Allergeni/Allergens 2)
- Aragosta alla griglia** per Hg euro 20,00
Grilled lobster
 (Allergeni/Allergens 2)
- Pesce alla "Mediterranea": Orata o Branzino cotti al forno,**
patate, pomodorini, olive taggiasche, aglio, prezzemolo, basilico, vino bianco euro 26,00
"Mediterranea" fish: Baked sea bream or sea bass,
potatoes, cherry tomatoes, olives, garlic, parsley, basil white
 (Allergeni/Allergens 4)
- * Tonno panato: tonno, pangrattato, mix erbe, salsa allo yogurt greco e agrumi, olio Evo** euro 25,00
*** Breaded tuna: tuna, breadcrumbs, mixed herbs, Greek yogurt and citrus sauce, extra-virgin olive oil**
 (Allergeni/Allergens 4-7)
- * Fritto di calamari, con verdure croccanti** euro 25,00
*** Fried calamari, with crispy vegetables**
 (Allergeni/Allergens 3-14)
- * Aggiunta di gamberetti nel fritto di calamari** euro 7,00
*** Adding shrimp to fried calamari**
 (Allergeni/Allergens 2)
- Tagliata di manzo rucola e pecorino sardo** euro 24,00
Beef "tagliata": grilled, sliced beef steak with rocket and pecorino sardo
 (Allergeni/Allergens 7)
-  *** Cotoletta di Tacchino con patate fritte** euro 18,00
*** Turkey cutlet with French fries**
 (Allergeni/Allergens 3)

i nostri contorni / OUR SIDES

- Patate al forno** euro 7,00
Roast potatoes
- Patate fritte** euro 7,00
French fries
- Verdure grigliate** euro 8,00
Grill vegetables
- Insalata mista** euro 6,00
Mixed salad

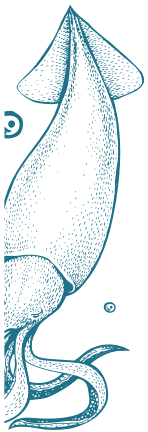
Alcuni piatti potrebbero contenere sostanze potenzialmente allergeniche. Nel menù, sotto a ogni piatto, sono indicati con gli appositi numeri gli allergeni presenti in essi. Per ulteriori informazioni rivolgersi al personale di sala. Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze. 1. Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut) 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 8. Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan del Brasile, pistacchi, noci macadamia) 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 sesamo 12. Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg 13. Lupini e prodotti a base di lupini 14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

Some dishes may contain potentially allergenic substances. In the menu, under the name of the dish are indicated by the appropriate number the allergens present in them. For more information please ask the restaurant's staff. Substances or products causing allergies or intolerances. 1. Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt, kamut) and products thereof 2. Crustaceans and crustacean products 3. Eggs and egg products 4. Fish and fish products 5. Soybeans and soybean products 6. Cereals containing gluten 7. Milk and milk products 8. Nuts and nut products (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, Brazil nuts, pistachio nuts, macadamia nuts) 9. Celery and celery products 10. Mustard and mustard products 11. Sesame seeds and sesame seed products 12. Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg 13. Lupin and lupin products 14. Molluscs and mollusc products.

* In assenza di prodotti freschi, si utilizzeranno prodotti surgelati di prima qualità
 * Quality frozen ingredients may be used when fresh ingredients are unavailable

Coperto e servizio euro 3,50
 Cover and service euro 3,50

♥ Consigliato da Noi
 Recommended by us





Tutti "I nostri contorni" sono Gluten Free / All our sides are Gluten Free
Tutte "Le nostre insalate" sono Gluten Free / All our salads are Gluten Free

i nostri dolci / OUR DESSERTS

- * Seadas con miele artigianale euro 8,00
* Seadas (filled pastries) with artisan honey
(Allergeni/Allergens 7)
- Millefoglie di carasau caramellato:
spuma di ricotta, liquore all'amaretto, miele, cioccolato a scaglie e granella di pistacchio** euro 9,00
*Mille-feuille of caramelized carasau bread:
a ricotta foam, liqueur with amaretto, honey, chocolate shavings and chopped pistachios*
(Allergeni/Allergens 7-8)
- Sorbetto al limone** euro 6,00
Lemon sorbet
(Allergeni/Allergens 3-6-7)
- Tiramisù: uova, zucchero, mascarpone senza lattosio,
panna senza lattosio, biscotto, cacao, caffè** euro 9,00
Tiramisù: eggs, sugar, mascarpone A.D., cream A.D., biscuit, cocoa, coffee
(Allergeni/Allergens 3-7)
- Crema catalana: uovo, fecola di patata, latte senza lattosio, zucchero** euro 7,00
Crema catalana: egg, potato starch, lactose-free milk, sugar
(Allergeni/Allergens 3)

le seadas classiche / THE CLASSIC SEADAS

- * Seadas con miele artigianale - **NO GLUTEN FREE** euro 7,00
* Seadas (filled pastries) with artisan honey
(Allergeni/Allergens 1-7)

Alcuni piatti potrebbero contenere sostanze potenzialmente allergeniche. Nel menù, sotto a ogni piatto, sono indicati con gli appositi numeri gli allergeni presenti in essi. Per ulteriori informazioni rivolgersi al personale di sala. Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze. 1. Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut) 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 8. Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan del Brasile, pistacchi, noci macadamia) 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 sesamo 12. Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg 13. Lupini e prodotti a base di lupini 14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

Some dishes may contain potentially allergenic substances. In the menu, under the name of the dish are indicated by the appropriate number the allergens present in them. For more information please ask the restaurant's staff. Substances or products causing allergies or intolerances. 1. Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt, kamut) and products thereof 2. Crustaceans and crustacean products 3. Eggs and egg products 4. Fish and fish products 5. Soybeans and soybean products 6. Cereals containing gluten 7. Milk and milk products 8. Nuts and nut products (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, Brazil nuts, pistachio nuts, macadamia nuts) 9. Celery and celery products 10. Mustard and mustard products 11. Sesame seeds and sesame seed products 12. Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg 13. Lupin and lupin products 14. Molluscs and mollusc products.

* In assenza di prodotti freschi, si utilizzeranno prodotti surgelati di prima qualità
* Quality frozen ingredients may be used when fresh ingredients are unavailable

Coperto e servizio euro 3,50
Cover and service euro 3,50

♥ Consigliato da Noi
Recommended by us

