

ΨΩΜΙ & ΑΛΑΤΙ

ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΟΥΚΑΚΟΣ

M E N U

ΣΑΛΑΤΕΣ & ΚΡΥΑ ΠΙΑΤΑ

BABY CAESAR κλασική σάλτσα Caesar, baby gem μαρούλι, τραχανό κοτόπουλο, παρμεζάνα, κρουτόν, αυγό - χωρίς κοτόπουλο	14.00€ 10.00€
ΝΤΟΜΑΤΑ τριμμένο παξιμάδι, ντοματίνια, κρέμα τυριού, ρίγανη & βασιλικό νη*	11.00 €
ΑΛΜΥΡΑ & ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ κολοκύθια, ψητές πιπεριές, γλυκόζηνη βινεγκρέτ με σόγια, λάιμ & τσίλι νη	8.50 €
PASSION ανάμεικτα σαλατικά με τραγανές γαρίδες, καλαμπόκι, ντοματίνια, αβοκάντο & αρωματική βινεγκρέτ με passion fruit	17.00 € / νη 10.00 €
ΡΕΒΙΘΙΑ & ΦΕΤΑ ντοματίνια, γλυκές πιπεριές, λεμονάτη βινεγκρέτ, πιπεριές τσίλι, κύμινο & δυόσμος νη*	8.00 €
ΜΕΛΙΤΖΑΝΟΣΑΛΑΤΑ μελιτζανοσαλάτα, μπαλσάμικο, φέτα, καρύδια & βασιλικό - κρουτόν νη*	5.50 €
ΑΒΟΚΑΝΤΟ ντιπ από αβοκάντο, φρέσκο κόλιανδρο & γιαούρτι - κρουτόν νη*	6.50 €
ΦΑΒΑ πικάντικη ψητή ντομάτα, καραμελωμένα κρεμμύδια, κάρφη - κρουτόν νη	5.50 €

ΖΕΣΤΑ ΟΡΕΚΤΙΚΑ

ΤΡΑΓΑΝΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ καπνιστή πάπρικα & ντιπ λευκής τρούφας νη*	6.50 €
ΠΑΤΑΤΕΣ ΜΕ ΑΥΓΑ σαλάμι Λευκάδος, κρέμα παρμεζάνας, τηγανιτές πατάτες «άχυρο»	7.00 €
ΠΙΤΑΚΙ τυλιχτό με κοτόπουλο μαριναρισμένο με μπαχαρικά & σάλτσα γιαουρτιού -2 τμχ.	5.00 €
ΚΕΦΤΕΔΕΣ με κοτόπουλο & γαρίδες & σάλτσα σόγια-λάιμ	10.50 €
ΜΑΝΟΥΡΙ πανέ με πάνκο - σουσάμι & πικάντικη γλυκόζηνη σάλτσα με σταφίδες	6.50 €

ΚΥΡΙΩΣ

ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΚΕΦΤΕΔΕΣ λιγκουίνι με κοκκινιστούς κεφτέδες, βασιλικό & παρμεζάνα	11.00 €
ΛΙΓΚΟΥΙΝΙ ΠΕΣΤΟ με πέστο βασιλικού και ψητά ντοματίνια νη	9.00 €
- με στήθος κοτόπουλου	11.00 €
- με γαρίδες	14.50 €
ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ & ΡΑΓΟΥ από μοσχαρίσιο κιμά, κολοκύθια, πεκορίνο & φρέσκο θυμάρι	12.00 €
ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΛΑΙΜΟΥ ΣΟΤΕ πουρέ γλυκοπατάτας, μπαλσάμικο, κάρφη & σταφίδες	13.50 €

ΚΥΡΙΩΣ

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ «TANDOORI» μπουτί φιλέτο μαριναρισμένο με μπόλικα μπαχαρικά, κούς κούς με αποξηραμένα φρούτα και σάλτσα γιαούρτι	12.50 €
ΜΠΙΦΤΕΚΙ «ΣΠΙΤΙΚΟ» τραγανές πατάτες, coleslaw & λεμονάτη σάλτσα	11.00 €
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ & QUINOA στήθος στη σχάρα, σαλάτα quinoa, σάλτσα μέλι - μουστάρδα	12.50 €
ΣΟΛΟΜΟΣ φιλέτο στον φούρνο, quinoa, σαλάτα με φασολάκια & αλμύρα, σάλτσα με τσίλι & λάιμ	16.00 €
ΡΙΣΑΝΗΑ Black Angus Αυστραλίας (250 γρ.), κομμένο σε λεπτές φέτες, σάλτσα με φρέσκα βότανα & τραγανές πατάτες	21.00 €
ΤΟΝΟΣ & CAPONATA steak φρέσκου τόνου με μελιτζάνες, κάρφη & ελιές Καλαμών	26.00 €
"ΜΟΥΣΑΚΑΣ" VEGAN ψητά λαχανικά, «κιμά» από φακές & μπεςαμέλ με γάλα σόγιας νη	11.00 €
ΓΕΜΙΣΤΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙΑ με αρωματικό πλιγούρι & quinoa, βινεγκρέτ ντομάτας & φέτα νη*	9.50 €

BURGERS

CLASSIC CHEESE Αμερικάνικο black Angus, τυρί ένταμ, σάλτσα με μπέικον, φρέσκια ντομάτα & σπιτική πίκλα αγγούρι	13.00 €
ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ & ΚΑΤΣΙΚΙΣΙΟ ΤΥΡΙ Αμερικάνικο black Angus, μανιτάρια, κατσίκισιο τυρί, καραμελωμένα κρεμμύδια, μαγιονέζα τρούφας & παρμεζάνα	15.00 €
σερβίρονται με τραγανές πατάτες και σαλάτα λάχανο	
VEGAN BURGER τραχανό μπιφτέκι από ρεβίθια, quinoa & βρώμη με αβοκάντο, πικάντικη salsa ντομάτας, πράσινη σαλάτα & τσιπς καρότου νη	12.00 €

ΓΛΥΚΑ

ΑΦΡΑΤΗ ΚΡΕΜΑ κρέμα βανίλια, μαριναρισμένα φρούτα εποχής, κέικ αμυγδάλου με καρύδα, καβουρδισμένα αμύγδαλα	7.00 €
ΣΟΚΟΛΑΤΑ μους γάλακτος, σάλτσα σοκολάτα - espresso, μπισκότο σοκολάτας και παγωτό βανίλια	7.00 €
ΣΠΙΤΙΚΑ ΠΑΓΩΤΑ & ΣΟΡΜΠΕ	1 μπάλα - 2.50 €

ΨΩΜΙ & ΑΛΑΤΙ

ψημένο ψωμί με αλάτι και ελαιόλαδο	το άτομο - 1.50 €
------------------------------------	-------------------

νη = πιάτο vegan

νη* = πιάτο που μπορεί να τροποποιηθεί σε vegan εκδοχή

ΠΛΑΤΕΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΤΩΝ 8, 15232 ΧΑΛΑΝΔΡΙ - ΤΗΛ.: +30 210 68 48 178

website: www.yiannislucacos.gr | facebook: [chef.lucacos](https://www.facebook.com/chef.lucacos) & [psomialati](https://www.facebook.com/psomialati) | instagram: [yiannislucacos](https://www.instagram.com/yiannislucacos) | e-mail: info@psomialati.gr

Αγορ. Υπεύθ.: Λουκάκος Παναγιώτης. Οι τιμές περιλαμβάνουν όλους τους νόμιμους φόρους. Το κατάστημα διαθέτει έντυπα δελτία για τη διατύπωση οποιασδήποτε διαμαρτυρίας. Το λάδι στα τηγανητά είναι ηλιέλαιο, το φρέσκο λάδι αγνό παρθένο ελαιόλαδο. Καλαμάρια και γαρίδες κατεψυγμένα.

ΨΟΜΙ & ΑΛΑΤΙ

ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΟΥΚΑΚΟΣ

M E N U

SALADS & COLD DISHES

BABY CAESAR classic Caesar salad, baby gem lettuce, crispy chicken, parmesan, crouton, egg - without chicken	14.00€ 10.00€
TOMATO barley rusk, cherry tomatoes, fresh cheese, oregano & basil vn*	11.00 €
ALMIRA & EGGPLANT zucchini, roasted peppers, sweet & sour vinaigrette with soy, lime & chili vn	8.50 €
PASSION mixed salad greens with crispy shrimp, corn, cherry tomatoes, avocado & aromatic vinaigrette with passion fruit	17.00 € / vn 10.00 €
CHICKPEAS & FETA cherry tomatoes, sweet peppers, lemony vinaigrette, chili peppers, cumin & mint vn*	8.00 €
MELITZANOSALATA eggplant dip, balsamic vinegar, feta cheese, walnuts & basil – crouton vn*	5.50 €
AVOCADO DIP fresh cilantro, yogurt – crouton vn*	6.50 €
FAVA spicy roasted tomato, caramelized onions & capers - croutons vn	5.50 €

HOT APPETIZERS

CRISPY POTATOES truffle – parmesan mayo & smoked paprika vn*	6.50 €
POTATOES & EGGS salami, parmesan cream, shoe string potatoes	7.00 €
PITAKI wraps with tandoori-style marinated chicken & yogurt sauce -2 pieces	5.00 €
CHICKEN & SHRIMP BALLS with soy-lime sauce	10.50 €
CRISPY MANOURI CHEESE panko & sesame seed crust, spicy sweet & sour sauce with raisins	6.50 €

MAINS

PASTA & MEATBALLS linguine with meatballs in tomato sauce, with basil & parmesan	11.00 €
LINGUINE & PESTO with basil pesto and roasted cherry tomatoes vn - with chicken breast - with shrimp	9.00 € 11.00 € 14.50 €
TAGLIATELLE RAGÙ ground beef, zucchini, pecorino romano & fresh thyme	12.00 €

MAINS

PORK SHOULDER STEAK sweet potato purée, balsamic vinegar, capers & raisins	13.50 €
CHICKEN «TANDOORI» chicken thigh marinated with herbs, couscous with dry fruits and yogurt sauce	12.50 €
“BIFTEKI” beef and pork burger with crispy potatoes, coleslaw and lemon sauce	11.00 €
CHICKEN & QUINOA chicken breast on the grill, quinoa salad, honey – mustard sauce	12.50 €
SALMON filet in the oven, quinoa, green beans & almira salad, chili & lime sauce	16.00 €
PICANHA sliced black angus (AUSTR., 250 gr.), fresh herbs sauce & crispy potatoes	21.00 €
TUNA & CAPONATA fresh tuna steak with eggplant, capers & Kalamata olives	26.00 €
VEGAN “MOUSAKA” roasted vegetables, lentil Bolognese & béchamel with soy milk vn	11.00 €
STUFFED ZUCCHINI with aromatic groats & quinoa, tomato & feta cheese vinaigrette vn*	9.50 €

BURGERS

CLASSIC CHEESE black angus chuck eye, edam cheese, bacon sauce, tomato & house pickled cucumbers	13.00 €
GOAT CHEESE & MUSHROOM BURGER black angus chuck eye, mushrooms, goat cheese, caramelized onions, truffle & parmesan mayonnaise served with crispy potatoes and cabbage salad	15.00 €
VEGAN BURGER crispy chickpea, quinoa & oat burger, with avocado, spicy tomato salsa, green salad & carrot chips vn	12.00 €

DESSERTS

LIGHT CREAM vanilla cream, marinated seasonal fruit, almond cake with coconut and roasted almonds	7.00 €
CHOCOLATE chocolate mousse, chocolate – espresso sauce, chocolate biscuit & vanilla ice cream	7.00 €
HOUSE MADE ICE-CREAM & SORBET	per scoop - 2.50 €
BREAD & SALT Grilled bread with olive oil & salt	person - 1.50 €

vn = vegan dish

vn* = vegan with minor changes

PLATIA ELEFTHEROTON 8, 15232 HALANDRI - TEL.: +30 210 68 48 178

website: www.yiannislucacos.gr | facebook: [chef.lucacos](https://www.facebook.com/chef.lucacos) & [psomialati](https://www.facebook.com/psomialati) | instagram: [yiannislucacos](https://www.instagram.com/yiannislucacos) | e-mail: info@psomialati.gr

Person responsible for market inspections: Lucacos Panagiotis. Prices include all legal taxes. The restaurant provides print forms for the submission of grievances. The oil used in fried dishes is sunflower oil; fresh oil is extra virgin olive oil. Calamari and shrimp are frozen.