

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH

MENU

CHEF DOMENICO PALLONETTO



Visione Futuristica del gusto
Futuristic Vision of Taste

follow us





PERCORSI DEGUSTAZIONE /TASTING JOURNEYS

« Ogni piatto è un'interpretazione futuristica che unisce memoria e innovazione, un viaggio sensoriale tra consistenze, temperature ed emozioni »

« Each dish is a futuristic interpretation that blends memory and innovation, a sensory journey through textures, temperatures, and emotions. »

Lasciati guidare in un percorso che cambia e si adatta al ritmo della stagionalità e alla creatività dello chef.

Let yourself be guided on a path that evolves with the seasons and the chef's creativity.

3 PORTATE/Courses	50€
4 PORTATE/Courses	70€
5 PORTATE/Courses	90€

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



MENU VEGGY

ANTIPASTI / Starters

Uovo in camicia / Poached egg 20€

Con crema di patate, mandorle e porcini / *With potato cream, almonds and porcini*

Il carciofo e il fior di latte / Artichoke & Fior di Latte 20€

Carciofo in olio cottura poi fritto, con la sua crema, fior di latte di Agerola arrostito e crumble di olive / *Artichoke slow-cooked then fried, with its cream, roasted Agerola fior di latte and olive crumble*

Vellutata di zucca / Pumpkin Velouté 20€

Con zucca marinata all'arancia, zucca grigliata, soffice di pecorino accompagnata crostini croccanti / *With orange-marinated pumpkin, grilled pumpkin, pecorino foam with crispy croutons*

* è possibile scegliere più portate dai diversi menù

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



MENU VEGGY

PRIMI / First Courses

Cannelloni ripieni / Stuffed Cannelloni 22€

Con broccolo, provola affumicata e besciamella
con crumble al limone / *With broccoli, smoked
provola and béchamel with lemon crumble*

Ravioli homemade al cacao /
Homemade Cocoa Ravioli 25€

Ripieni di zucca con salsa al pecorino, nocciole
tostate e caffè / *Pumpkin-filled, with pecorino sauce,
toasted hazelnuts and coffee*

Mescafrancesca 24€

Con crema di cavolfiore, cavolfiore, provola affumicata,
pecorino buccia nera, grana padano, olio al prezzemolo
e agrumi con crumble al prezzemolo / *With cauliflower
cream, cauliflower, smoked provola, black-rind pecorino,
Grana Padano, parsley oil, citrus and parsley crumble*

* è possibile scegliere più portate dai diversi menù

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



MENU VEGGY

SECONDI / Main Courses

Involtino di verza / Savoy Cabbage Roll 25€

Con fonduta, polvere di olive e crostini
croccanti / *With fondue, olive powder and
crunchy croutons*

Scarola ripiena a modo nostro / 25€
Stuffed Escarole, Our Way

Tortillas di patate / Potato Tortillas 24€

Con cipolle, misticanza e salsa di
accompagnamento / *With onions, mixed greens
and dipping sauce*

Sformatino di verdure di stagione / 25€
Seasonal Vegetable Flan

Con fonduta e frutta secca
/ *With fondue and dried fruit*

* è possibile scegliere più portate dai diversi menù

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



MENU VEG

ANTIPASTI / Starters

Il cavolfiore / Cauliflower 16€

Cavolfiore in più lavorazioni, consistenze
e temperature / *Cauliflower in multiple textures
and temperatures*

Tacos di Jackfruit / Jackfruit tacos 18€

Con misticanza, cipolla caramellata e la sua
salsa / *With mixed greens, caramelized
onion and its sauce*

Il nostro Hummus / Our Hummus 18€

Servito con i nostri panificati / *Served with our
house-baked breads*

Broccolo panato ai Pop Corn / Pop Corn 18€
Crusted Broccoli

Su crema di patate al limone e salsa piccante /
With lemon potato cream and spicy sauce

Vellutata di cavolfiore / Cauliflower Velouté 20€

Con chips di riso, cavolfiore marinato, salsa
piccante e limone / *With rice chips, marinated
cauliflower, spicy sauce and lemon*

* è possibile scegliere più portate dai diversi menù



MENU VEG

PRIMI / First Courses

Tagliatella / Tagliatella 22€

Con crema di zucca, porcini e nocciole con
olio aromatizzato / With pumpkin cream,
mushrooms and hazelnuts

Gyoza di Jackfruit / Jackfruit gyoza 22€

crema di albicocche, salsa teriyaki, porro fritto
/ apricot cream, teriyaki sauce, fried leek

Lasagna veg / Vegan lasagna 22€

ragù alla bolognese vegetale, besciamella,
salsa al basilico / vegan bolognese ragù,
béchamel, basil sauce

SECONDI / Main Courses

Polpette / Meatballs 25€

Al ragù con fonduta e salsa al basilico
/ With ragù, fondue and basil sauce

Burger di quinoa / Quinoa burger 24€

Con misticanza e tris di salse / Mixed greens
and a trio of sauces

Filetto di patata tre cotture
/ Potato fillet three ways 24€

Con carote glassate, cipolle caramellate,
tris di maionesi e fondo di verdure / With
glazed carrots, caramelized onions, mayo
trio and vegetable jus

* è possibile scegliere più portate dai diversi menù



MENU PESCE FISH MENU

CRUDI / Raw Selection

Carpaccio di baccalà / Salt-Cod Carpaccio 20€
Con cipolla marinata e salsa di arance
/ With marinated onion and orange sauce

Tartare di tonno / Tuna Tartare 20€
Cacio e pepe, caffè e nocciole
/ With cheese and pepper, coffee and hazelnuts

Scampo 22€
Salsa alla marinara con fonduta di provola
/ With marinara sauce and provola fondue

Tacos di salmone / Salmon Tacos 20€
Con misticanza, cipolla marinata e tris di salse /
With mixed greens, marinated onion and trio of sauces

COTTI / Cooked

Porchetta di tonno / Tuna "Porchetta" 22€
Con porro glassato e maionese al rosmarino
/ With glazed leek and rosemary mayo

Baccalà fritto / Fried Salt-Cod 20€
Con salsa di stagione / *With seasonal sauce*

Insalata di calamari cotti CBT 22€
/ Slow-Cooked Calamari Salad
Con frutta secca, agrumi e misticanza /
With dried fruit, citrus and mixed greens

Pop corn di calamari / Crispy calamari 20€
Con miele e porro fritto / *With honey and fried leek*

* è possibile scegliere più portate dai diversi menù



MENU PESCE FISH MENU

PRIMI / First Courses

Riso fritto agli agrumi / Citrus fried rice 30€

Con guazzetto di mare e salsa al prezzemolo
/ With seafood broth and parsley sauce

Ravioli homemade 27€

Con tartare di gamberi rossi al limone, salsa al pecorino
e coulis di frutti di bosco / With red prawn tartare,
lemon, pecorino sauce and berry coulis

Lasagna di mare homemade /
Homemade Seafood Lasagna 30€

Con ragù bianco di mare, besciamella al limone e provola
affumicata con salsa alla pescatora / With white seafood ragù,
lemon béchamel, smoked provola and pescatora sauce

Tagliolini 27€

Con pecorino buccia nera, salsa di pere, tartare di
scampi e polvere di liquirizia / With black-rind pecorino,
pear sauce, scampi tartare and liquorice powder

Mescafrancesca 27€

Con patate, provola, polvere di rosmarino e carpaccio di
baccalà / With potatoes, provola, rosemary powder and
salt-cod carpaccio

Orecchiette homemade 27€

Con doppia consistenza di friarielli, fonduta e tartare di
tonno / With double-texture friarielli, fondue and tuna tartare

Linguine all'astice / Linguine with Lobster 50€

Secondo disponibilità / Subject to availability

Spagnetti alle vongole / Spaghetti with clams 25€

* è possibile scegliere la più portata dai diversi menù



MENU PESCE FISH MENU

SECONDI / Main Courses

Baccalà CBT / Slow-Cooked Salt-Cod 25€

Con soffice di patate, polvere di olive e olio al prezzemolo
/ With potato foam, olive powder and parsley oil

Salmone in crosta di pistacchio / Pistachio-Crusted Salmon 25€

Con misticanza, selezione Montoro e salsa di senape
e miele homemade */ With mixed greens, Montoro
selection and homemade honey-mustard sauce*

Polpo arrosto / Roasted Octopus 25€

Con crema ai porcini, soffice di Grana Padano al tartufo,
patate e chips di riso */ With porcini cream, truffle Grana
Padano foam, potatoes and rice chips*

Frittura gamberi e calamari / Fried prawns & squids 25€

Tataki di tonno / Tuna Tataki 25€

Con doppio friariello e salsa piccante */ With double
friarielli and spicy sauce*

Astice alla catalana / Catalan-Style Lobster 120€

Secondo disponibilità / Subject to availability

Grigliata di mare / Mixed Seafood Grill 35€

Gambero, salmone, tonno, calamaro, polpo / Shrimp,
salmon, tuna, calamari, octopus

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



CONTORNI DI STAGIONE
SIDE DISHES

10€

* è possibile scegliere la più portate dai diversi menù

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



DESSERT VEGAN E VEGGY

Cremoso al cioccolato bianco /

White chocolate cream 9€

salsa ai frutti di bosco, crumble agli agrumi
/ berry sauce, citrus crumble

Soffice al cioccolato fondente

/ Dark chocolate 9€

terra al cacao, salsa al caramello, panna
montata

Cuore caldo / Chocolate soufflè 9€

Raviolo doppia cottura / Double-Cooked Raviolo 9€

Ripieno di crema al lime, salsa ai frutti
di bosco e caramello salato / *Filled with lime cream, berry
sauce and salted caramel*

Burro e marmellata a modo nostro / 9€

Butter & Jam, Our Way

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



COCKTAILS

12€

Aperol Spritz

Hugo Spritz

Limoncello Spritz

Meloncello Spritz

Campari Spritz

Espresso Martini

Vodka Tonic

Vodka Lemon

Gin Tonic

Gin Lemon

Whisky e Cola

Cuba Libre

Paloma

Negroni

Negroni Sbagliato

Americano

Moscow Mule

London Mule

Old Fashion

Mojito

Caipiroska

Caipirinha

Bellini

Campari Soda

Mimosa

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



ALCOHOLIC DRINKS

CRODINO

5,00€

BITTER BIANCO

5,00€

BITTER ROSSO

5,00€

SHIRLEY TEMPLE

8,00€

GIN TONIC 0%

8,00€

Del giorno / of the day

9,00€

BIRRE / BEER

NASTRO AZZURRO 0,33CL

4,00€

CORONA 0,33CL

5,00€

BIRRA ALLA SPINA 50cl.

/ Draft beer

7.00€

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



AMARI E DISTILLATI

Amaro del Capo

6,00€

Limoncello

5,00€

Meloncello

5,00€

Liquirizia

5,00€

Mela annurca

5,00€

Pera

5,00€

Grappa

Bianca/ barricata

8,00€

Rum

12,00€

VINO DELLA CASA HOUSE WINE

(Rosso / Bianco / Rosè) - (fermo/frizzante)

(Red/White/Rosè)

Calice/ Glass

6,00€

½ lt

12,00€

1 lt

18,00€



BEVANDE

Acqua Grande (Naturale/frizzante)

Large water bottle (still / sparkling)

3,00€

Acqua Piccola (Naturale/frizzante)

Small water bottle (still / sparkling)

2,00€

Coca Cola

3,00€

Coca Cola Zero

3,00€

Fanta

3,00€

Sprite

3,00€

The alla Pesca / Peach ice tea

3,00€

The al Limone / Lemon ice tea

3,00€

Acqua Tonica / Tonic water

4,00€

Acqua Tonica al Limone / Tonic lemon water

4,00€

Ginger Beer

4,00€

Ginger Ale

4,00€

Gazzosa

4,00€

GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



CAFFETTERIA

Caffè Espresso

2,00€

Caffè Decaffeinato

2,00€

Cappuccino

4,00€

Cappuccino Freddo / Fresh

4,00€

Latte / Milk

2,00€

Latte Macchiato / Milk Coffee

4,00€

Spremuta D'arancia / Fresh orange juice

6,00€

Limonata / Fresh lemon juice

6,00€

Succo Di Frutta Vari Gusti / Fruit Juice

4,00€



**Via degli Aranci, 36/38
Sorrento (NA)**



greenwave.sorrento@gmail.com



+ 39 3917110881



GREEN WAVE
VEG VEGGY FISH



COMPONI LA TUA BOWL

VEG 13€ VEGGY 15€ FISH 18€

BASI

Riso bianco / Riso venere
/ Farro / Quinoa

LEGUMI - FRUTTA - VERDURA

Ceci / cannellini / fagioli neri /
avocado / mango / pomodorini /
iceberg / rucola / cipolla caramellata
/ cipolla agrodolce / carote
/ finocchio / mela verde / piselli /
cetriolo / peperoni / frutti di bosco /
cavolo cappuccio marinato

DERIVATI

Feta / mozzarella / scaglie di grana / uova
sode / uova in camicia / stracciatella

PESCE

Tonno / salmone / Gamberi / Polpo

GREEN WAVE

VEG

VEGGY

FISH