



Menu

MiFood Giova

PIZZA &
CUCINA



by Longevia
volersi bene a tavola

WWW.LONGEVIAFOOD.COM

Bevande

BIRRE alla SPINA

MORETTI LAGER

Lager 4,6% VOL
piccola cl.20 - 3,50
media cl.40 - 5,50

BIRRE in BOTTIGLIA

MESSINA CRISTALLI DI SALE

STILE: Lager non filtrata 5% Vol.
COLORE: Dorato, naturalmente opalescente.
GUSTO: Morbido, fine ed equilibrato.
AROMA: Floreale e fruttato.
cl.33 - 5,80

ICHNUSA NON FILTRATA

STILE: Lager NON FILTRATA 5%vol.
COLORE: Dorato, opalescente.
GUSTO: Intenso e rotondo, moderatamente amaro.
AROMA: Fruttato con un leggero sentore di luppolo.
cl.33 - 4,80

MORETTI LA ROSSA

STILE: Lager BOCK 7,2% vol.
COLORE: Ambrato carico con riflessi del bronzo.
GUSTO: Morbido e pieno, con note di caramello e liquirizia.
AROMA: Ricco e strutturato, con iniziali note di lampone, frutta candita e caramello
cl.33 - 4,80

ICHNUSA

STILE: Lager 4,7% vol.
AROMA: Leggermente maltato.
GUSTO: Moderatamente amaro.
COLORE: Paglierino.
cl.33 - 4,50

HEINEKEN

STILE: Lager 5% vol.
AROMA: Fruttato intenso arricchito da delicate note tostate.
GUSTO: Maltato e perfettamente equilibrato.
COLORE: Dorato brillante.
cl.33 - 4,30

MORETTI

STILE: Lager 4,6% VOL
AROMA: Malto d'orzo bilanciato da note fresche e floreali.
GUSTO: Attacco maltato seguito da un sapore finemente amaro.
COLORE: Giallo paglierino.
cl.33 - 3,80

VINO alla SPINA

BIANCO FERMO: cl.0,25 - 3,80/cl.0,50 - 6,80/lt.1 -10,80

ROSSO FERMO: cl.0,25 - 3,80/cl.0,50 - 6,80/lt.1 -10,80

BIANCO FRIZZANTE: cl.0,25 - 3,80/cl.0,50 - 6,80/lt.1 -10,80

SENZA GLUTINE



PERONI SENZA GLUTINE cl.33 - 5,50

STILE: Lager Senza Glutine 4,7% vol.
GUSTO: Moderatamente amaro, equilibrato.
COLORE: Giallo paglierino.



DAURA SENZA GLUTINE cl.33 - 5,50

STILE: Lager 5.4% vol.
AROMA: Le note tostate danno personalità alla percezione finale. Al palato note dense di cereali tostate.
GUSTO: La vivacità dell'acidità la rende subito fresca. L'amarrezza alla fine della bocca dà un lungo retrogusto.
COLORE: Dorata con toni ambrati e alcuni riflessi verdognoli. L'olfatto viene avvolto da spezie fresche.



Bibite

LURISIA CHINOTTO cl. 27,5 4,50

LURISIA GAZZOSA cl. 27,5 4,50

LURISIA ARANCIATA cl. 27,5 4,50

FUZETEA LIMONE cl. 40 3,50

FUZETEA PESCA cl. 40 3,50

bottiglia in vetro

ACQUA NAT/GAS cl. 75 3,50

ACQUA DEPURATA NAT/GAS cl.75 2,50
vetro

COCA COLA cl. 33 3,80

COCA COLA ZERO cl. 33 3,80

FANTA cl. 33 3,80

SPRITE cl. 33 3,80

Chi ben comincia...

Antipasti

DONZELLE rucola, crudo e squacquerone 9,80

DONZELLE mortadella, pesto e granella di pistacchio 10,80

DONZELLE vegetariane 9,80

ANTIPASTONE DELLA CASA salumi, formaggi con marmellate dello chef, bruschette, crocchette di patate, anelli di cipolla, mozzarelline, servito con crescia consigliato per 2 - 22,80

Stuzzicherie*



NUGGETS* 2pz - ALETTE DI POLLO* 2pz
OLIVE ASCOLANE* 2pz - JALAPEÑOS* 2pz
MOZZARELLINE* 2pz - CROCCHETTE DI PATATE* 2pz
ANELLI DI CIPOLLA* 2pz + PATATE* (2 PORZIONI)

* prodotto surgelato

...è a metà dell'opera!

anche
Senza
Glutine

Cresce ...l'appetito!



CHIAKKIERA 13,90

Mortadella, squacquerone,
pesto e granella
di pistacchio



MOANA 14,80

Pomodorini, lattuga, prosciutto
crudo, bufala e pesto
alla genovese



SMAKKO 13,80

Prosciutto crudo e formaggio



SPEKK 12,80

Speck e scamorza



SHOKK 13,80

Salsiccia e friarielli



FELICITAS 12,80

Prosciutto crudo,
squacquerone e rucola

L'IMPASTO della CRESCIA

Per effettuare questo tipo di lavorazione utilizziamo **farina integrale macinata a pietra**. Antica quasi come la storia dell'umanità, la macinazione a pietra si realizza con due grandi ruote sovrapposte, che hanno speciali requisiti di durezza, porosità ed omogeneità. Questa farina ha grandi **proprietà nutrizionali e benefici**. Fornisce all'organismo un giusto apporto di **vitamine, antiossidanti, fibre e sali minerali**.

Burger

anche
Senza
Glutine

...proseguì con entusiasmo...



CICCIOLINA 19,80

Cotoletta di pollo, mortadella, bufala, crema e granella di pistacchio



NAPPI 18,80

Hamburger, radicchio, scamorza, speck, salsa tartufata



PHILADELPHIA 14,80

Hamburger, lattuga, pomodorini, cipolle caramellate, crema ai formaggi



DETROIT 16,80

Hamburger, crema di gorgonzola, guanciale, crema di zucca



LOS ANGELES 16,90

Hamburger, guanciale, uovo e salsa bbq



MALENA 16,80

Hamburger, bufala, prosciutto crudo, pomodorini, lattuga



CHICAGO 15,80

Hamburger, peperoni, cipolle caramellate, lattuga, crema al formaggio, salsa burger



DAYTONA 14,80

Cotoletta di pollo, guanciale, lattuga e salsa burger

Tutti i nostri panini sono serviti con patate crunchy



Special

lo Spicchio



Longevia ha voluto proporti un grande classico in una forma innovativa.....

.....un concentrato di gusto in un mega spicchio!



Peppa

lo spicchio

Mozzarella, mortadella, squacquerone, pesto e granella di pistacchio 13,80



Allegria

lo spicchio

Mozzarella, crema di zucca, speck, gorgonzola, salvia 10,80



Luce

lo spicchio

Mozzarella, gamberi, lattuga, salsa rosa, semi di chia 11,80



Genovese

lo spicchio

Mozzarella, pomodorini, parmigiano, olive, basilico, pesto alla genovese 9,80



Tripudio *lo spicchio*

Pomodoro, mozzarella, prosciutto
crudo, bufala, basilico 10,80



Parmigiana *lo spicchio*

Pomodoro, mozzarella,
melanzane, origano, parmigiano,
basilico 8,80



Alemagna *lo spicchio*

Pomodoro, mozzarella, peperoni,
salsiccia, cipolla, prezzemolo 8,80



Tuscany *lo spicchio*

Mozzarella, salsiccia, patate
arrosto, rosmarino, pepe 9,80



Carbonata *lo spicchio*

Mozzarella, guanciale, pecorino,
pepe, carbocrema 12,80



Buonumote *lo spicchio*

Mozzarella, salsiccia, friarielli,
peperoncino 9,80



Margherita *lo spicchio*

Pomodoro, mozzarella,
basilico, pepe e origano 6,90

Impasti alternativi

Chia



Questi semi forniscono una grande quantità di nutrienti con pochissime calorie, contengono zinco, vitamine B1, B2, B3 e potassio. Quasi tutti i carboidrati sono ricchi di proteine di alta qualità.

CHIA | BENEFICI

- È ricco di antiossidanti
- Può aiutare a perdere peso
- È ricco di acidi grassi Omega 3
- Ha un alto contenuto di sostanze nutritive per le ossa

Saraceno



Il grano saraceno fa parte della famiglia delle poligonacee, la stessa degli spinaci e della barbabietola, ideale per ridurre il gonfiore ed il grasso addominale, contiene vitamine B1, B2, B3, B5, B6 e magnesio

SARACENO | BENEFICI

- È ricco di aminoacidi snellenti
- È utile contro colesterolo e diabete
- Sgonfia e contrasta la cellulite
- Protegge i capillari
- È adatto contro lo stress e ansia

Noir



Questo è un mix di diverse tipologie di farina, tra cui: segale, orzo, avena e tipo 1, studiato per unire diverse proprietà salutari.

NOIR | BENEFICI

- Ha un basso contenuto calorico
- Ha un basso indice glicemico
- È indicato per patologie come pressione alta
- Ha un alto contenuto di fibre
- È in grado di alleviare il fastidio gastrico

Carbone vegetale



Da sfogo alla fantasia ed è capace di esaltare la vivacità degli ingredienti. È una sostanza naturale ottenuta da legno pregiato che viene usato negli integratori come supporto per il gonfiore intestinale.

CARBONE | BENEFICI

- Favorisce l'eliminazione dei gas intestinali
- Favorisce la digestione

Curcuma



Colorata, speziata, profumata, dalle proprietà antinfiammatorie, immunostimolanti e antiossidanti. Favorisce la digestione migliorando le funzionalità dello stomaco e dell'intestino.

CURCUMA | BENEFICI

- Proprietà antinfiammatorie
- Proprietà antiossidanti
- Favorisce la digestione

SENZA GLUTINE



GLI IMPASTI delle PIZZE NATURALMENTE PRIVE DI GLUTINE

Croccante

farina naturalmente priva di glutine ed altri ingredienti come PSYLLIUM, i quali gusci contengono le cosiddette fibre solubili, che sono particolarmente note per il loro effetto regolatore sul tratto gastrointestinale

Rustica

ricco di sostanze minerali, oligoelementi e sostanze attive che rendono beneficio a tutto il nostro organismo. Utile contro l'artrosi, asma e... per pelle capelli.

Dark

ricco di semi di Guar, che ci aiutano a contrastare il diabete, obesità e colesterolo...

Pizze

NEW

anche
Senza
Glutine



PEPPA 18,80

Mozzarella, mortadella, burrata di bufala, pesto e granella di pistacchio



ALLEGRIA 13,80

Mozzarella, speck, gorgonzola, crema di zucca, salvia



TRIPUDIO 13,80

Pomodoro, mozzarella, prosciutto crudo, bufala, basilico



LUCE 13,80

Mozzarella, gamberi, lattuga, salsa rosa, semi di chia



GENOVESE 12,80

Mozzarella, pomodorini, parmigiano, olive, basilico, pesto alla genovese



CARBONARA 12,80

Mozzarella, guanciale, pepe, pecorino, carbocrema



VEGETARIANA 12,40

Mozzarella, melanzane, zucchine, cipolla, pomodorini, prezzemolo



SICILY 12,40

Pomodoro, mozzarella, scamorza, salsiccia, melanzane, basilico



ALEMAGNA 11,80

Pomodoro, mozzarella, peperoni, salsiccia, cipolla, prezzemolo



TREVIKIANA 11,40

Mozzarella, speck, radicchio, gorgonzola



BUONUMORE 10,80

Mozzarella, salsiccia, friarielli, peperoncino



TUSCANY 10,80

Mozzarella, salsiccia, patate arrosto, rosmarino, pepe

le tradizionali

FORNARINA sale, olio, aromi 5,50

POMODORO 6,90

MARINARA pomodoro, aglio, origano 6,90

PERUGINA pomodoro, mozzarella, salsiccia 9,40

NAPOLI pomodoro, mozzarella, alici 9,40

DIAVOLA pomodoro, mozzarella, salame piccante 9,40

WURSTEL pomodoro, mozzarella, wurstel 9,40

FRANCESCA pomodoro, mozzarella, funghi, prosciutto crudo 10,90

DELICATA mozzarella, rucola, squacquerone 10,90

4 FORMAGGI mozzarella, gorgonzola, crema ai formaggi 10,90

SPECK E SCAMORZA mozzarella, speck, scamorza 10,90

4 STAGIONI pomodoro, mozzarella, prosciutto cotto, funghi, carciofi, olive 12,90

CAPRICCIOSA pomodoro, mozzarella, prosciutto cotto, funghi, carciofi, olive, uovo sodo 12,90

CLARO bufala, porcini, asparagi e grana 13,90

EGY mozzarella, prosciutto crudo, rucola, pomodorini e grana 12,50

MARIA mozzarella, porcini, salsiccia, provola, rucola e grana 12,50

GIOVA bufala, salame piccante, provola, peperoni, cipolla 11,50



MARGHERITA

Pomodoro, mozzarella,
basilico 7,90

I NOSTRI IMPASTI

Gustati il nostro impasto classico, oppure scegli tra le specialità:

Chia: Questi semi forniscono una grande quantità di nutrienti con pochissime calorie, contengono zinco, vitamine B1 B2 B3 e potassio. Quasi tutti i carboidrati sono ricchi di proteine di alta qualità. +1,80

Saraceno: Il grano saraceno fa parte della famiglia delle poligonacee, la stessa degli spinaci e della barbabietola, ideale per ridurre il gonfiore ed il grasso addominale, contiene vitamine B1 B2 B3 B5 B6 e magnesio. +1,80

Noir: Questo è un mix di diverse tipologie di farina, tra cui: segale, orzo, avena e tipo 1, studiato per unire diverse proprietà salutari. +1,80

Carbone Vegetale: Da sfogo alla fantasia ed è capace di esaltare la vivacità degli ingredienti. E' una sostanza naturale ottenuta da legno pregiato che viene usato negli integratori come supporto per il gonfiore intestinale. +1,80

Curcuma: Colorata, speziata, profumata, dalle proprietà antinfiammatorie, immunostimolanti e antiossidanti. Favorisce la digestione migliorando le funzionalità dello stomaco e dell'intestino. +1,80

PRIMI PIATTI

PAPPARDELLE DEL GIOVA

guanciale, squacquerone e pistacchio 14,80

PICI DI MARE

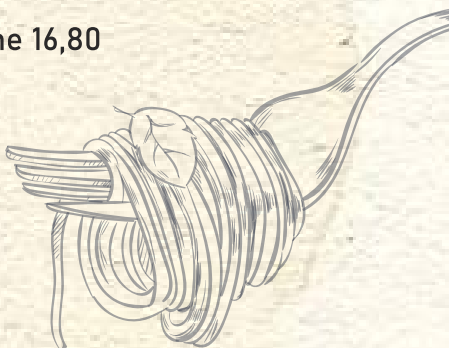
frutti di mare, pomodorini, prezzemolo e limone 16,80

PICI TARTUFATI

crema di tartufo, salsiccia e porcini 15,80

GNOCCHI DEL MIFOOD

crema ai 4 formaggi fatta in casa 11,80



SECONDI PIATTI

ROSTINCIANA

cottura a bassa temperatura con paprika dolce e spezie di maremma 15,80

STINCO AL VINO ROSSO

cottura a bassa temperatura servito con riduzione al vino rosso 15,80

FRITTURA DI MARE

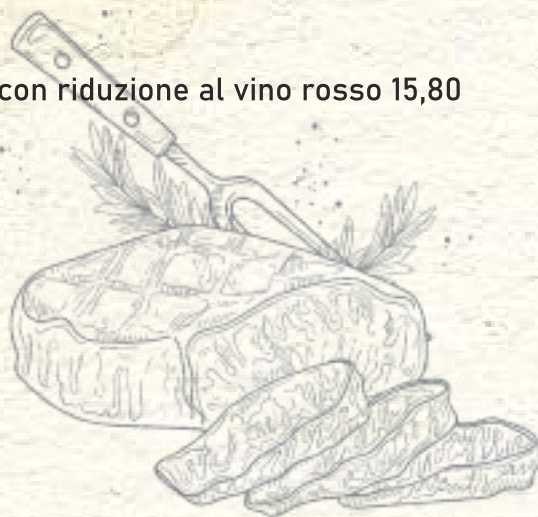
anelli e ciuffi di calamari 16,80

COTOLETTA DI POLLO

servita con patate stick 10,80

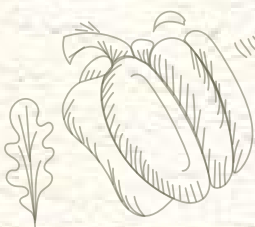
HAMBURGER DI VITELLO

servita con patate stick 10,80



CONTORNI

PATATE ARROSTO, VERDURE GRIGLIATE, INSALATA MISTA 5,80





Longevia

volersi bene a tavola



@LONGEVIAPERUCIA

@LONGEVIAGUBBIO

@LONGEVIAVIAREGGIO

@LONGEVIACAPRAROLA