

# THE LOOK



COOKING LAB  

---








DALLA CUCINA

# DALLA TERRA

*From the earth*

## ANTIPASTI

### *Entrées*

- Fritto vegetale** (zucchine, peperoni, melanzane, anelli di cipolla e patate) € 10  
*Vegetable tempura (zucchini, bell pepper, eggplant, onion rings and potatoes)*
- Polpettine alla romana** con crostini di pane   € 11  
*Roman meatballs with bread*
- Uova pochette (CBT)** su crema di patate e fonduta di grana e scaglie di tartufo   € 12  
*Pochette eggs (CBT) on potato cream and parmesan fondue and truffle flakes*
- Tartare di manzo** con stracciatella e crumble di olive nere  € 15  
*Beef tartare with stracciatella cheese and black olive crumble*
- Tagliere misto** salumi e formaggi con confettura   € 15  
*Plate of charcuterie and cheeses with marmelade*



## PRIMI

### *First land dishes*

- Tonnarelli cacio e pepe e lime**    € 11  
*Homemade tonnarelli pasta with pecorino cheese, black pepper and lime*
- Stringozzi all'amatriciana/gricia**    € 11  
*Stringozzi pasta with tomato sauce pecorino cheese and italian bacon/gricia's*
- Spaghetti alla carbonara**    € 11  
*Spaghetti with egg, pecorino cheese, black pepper and italian bacon*
- Tagliolini** con crema di zucchine romanesche menta e ricotta salata   € 12  
*Roman zucchini cream tagliolini with mint and salted ricotta*
- Agnolotti** di carne con funghi porcini e crema al tartufo    € 15  
*Agnolotti with meat, mushrooms and truffle cream*

## SECONDI

### *Main land dishes*
















- Reale di pollo** marinata con soia e zenzero  € 16  
*Royal chicken marinated with soy and ginger*
- Hamburger** con bufala, pomodori secchi e pesto di basilico   € 16  
*Hamburger with buffalo mozzarella, dried tomatoes and basil pesto*
- Bistecca di manzo** (300 gr.) con contorno € 18  
*Beef steak with side dishes*
- Tagliata di manzo** (300 gr.) con pesto di rucola, cialda di parmigiano e pomodorini confit  € 20  
*Sliced beef (300 gr.) with rocket pesto, parmesan wafer and confit cherry tomatoes*
- Petto d'anatra** glassato al miele con crema di ceci € 22  
*Honey-glazed duck breast with chickpea cream*
- Filetto di manzo** (250 gr.) con funghi porcini e marmellata di mele   € 24  
*Beef fillet with porcini mushrooms and apple jam*

# DAL MARE

From the sea

## ANTIPASTI

Entrées

<b>Ostriche</b> 	€ 4
<i>Oysters</i>	
<b>Insalata di mare</b>   	€ 13
<i>Sea salad</i>	
<b>Baccalà</b> mantecato con cipolla caramellata  	€ 14
<i>Creamed cod with caramelized onion</i>	
<b>Gambero al panko</b> con insalatina esotica  	€ 15
<i>Panko shrimp with exotic salad</i>	
<b>Polpo</b> rosticcato glassato alla salsa teriyaki e purè di patate e guacamole   	€ 15
<i>Roasted octopus glazed with teriyaki sauce and mashed potatoes and guacamole</i>	
<b>Tris di tartare</b> 	€ 18
<i>Tris tartare</i>	
<b>Gran crudo</b> di pesce per 2 persone   	€ 50
<i>Great raw fish for 2 person</i>	



## PRIMI

First fish dishes

<b>Spaghetti</b> vongole e bottarga   	€ 15
<i>Spaghetti with clams and bottarga</i>	
<b>Tagliolini</b> aglio olio e peperoncino con tartare di gamberi rossi  	€ 15
<i>Tagliolini pasta with garlic, oil and chilli with red shrimps tartare</i>	
<b>Cappellacci</b> farciti con baccalà, asparagi e mandorle   	€ 16
<i>Cappellacci stuffed with cod, asparagus and almonds</i>	
<b>Paccheri</b> ai crostacei  	€ 16
<i>Paccheri with shellfish</i>	
<b>Gnocchi</b> agli scampi sfumati al gin tonic e fiori di zucca  	€ 18
<i>Scampi gnocchi with gin and tonic and courgette flowers</i>	
<b>Fettucelle</b> ai gamberi, carciofi croccanti, lime e carpaccio di spigola   	€ 25
<i>Fettucelle with prawns, crunchy artichokes, lime and sea bass carpaccio</i>	

## SECONDI

Main fish courses

<b>Pescato del giorno</b> (l'etto) 	€ 5
<i>Catch of the day (the pound)</i>	
<b>Frittura</b> di calamari e gamberi   	€ 18
<i>Fried squid and shrimps</i>	
<b>Calamaro</b> ripieno con cime di rapa, olive nere, acciughe e purè di patate    	€ 20
<i>Stuffed squid with turnip tops, black olives, anchovies and mashed potatoes</i>	
<b>Coda di rospo</b> farcita con bufala, melanzana e olio di basilico  	€ 22
<i>Monkfish stuffed with buffalo mozzarella, aubergine and basil oil</i>	
<b>Tagliata di tonno</b> ai due sesami con caponatina e riduzione Teriyaki  	€ 22
<i>Sliced tuna with two sesami with caponatina and Teriyaki reduction</i>	
<b>Grigliata di pesce</b> spigola, scampi, gamberi, salmone e calamari   	€ 25
<i>Mixed grilled fish sea bass, langoustine, shrimps, salmon and calamari and squid</i>	

# CONTORNI

## Side dishes

### **Insalata Mista**

*Mixed salad*

€ 5

### **Cicoria**

Ajo Ojo e peperoncino

*Chickory with oil, garlic and chili flakes*

€ 5

### **Broccoletti**

Ajo Ojo e peperoncino

*Broccolini with oil, garlic and chili flakes*

€ 5

### **Patate al forno**

*Baked potatoes*

€ 5

### **Patate fritte**

*French fries*

€ 5

### **Carciofi alla romana 2 pezzi (di stagione)**

*Roman-style artichokes 2 pieces (in season)*

€ 7

# DOLCI

## Dessert

### Tartufi di Pizzo

€ 6

nocciola - pistacchio - cioccolato - limone    

*Calabrian style ice cream (hazelnut - pistachio - chocolate - lemon flavour)*

### Sbriciolata

€ 6

di cannolo al pistacchio  

*Crumbled pistachio*

### Cheesecake

€ 6

(frutti di bosco, caramello)  

*Cheesecake (wildberries sauce, caramel, nutella)*

### Millefoglie scomposto

€ 6

(cioccolato o frutti di bosco)

*Decomposed millefeuille (chocolate or berries)*

### Tiramisù

€ 6

*(dessert with mascarpone and ladyfingers dipped in coffee)*

### Tagliata di frutta

€ 6

*Sliced fruits*

### Cuore caldo

€ 7

al cioccolato e panna al rum 

*Chocolate lava cake - served with rum based whipped cream*

# ELENCO ALLERGENI ALIMENTARI

## ARACHIDI E DERIVATI

Snack confezionati, creme e condimenti in cui vi sia anche in piccole dosi



## CROSTACEI

Marini e d'Acqua Dolce: gamberi, scampi, aragoste, granchi, e simili



## FRUTTA A GUSCIO

Mandorle, nocciole, noci comuni, noci di acagiù, noci pecan, anacardi e pistacchi



## GLUTINE

Cereali, grano, segale, orzo, avena, farro, kamut, inclusi ibridati derivati



## LATTE E DERIVATI

Ogni prodotto in cui viene usato il latte. yogurt, biscotti, torte, gelato e creme varie



## LUPINI

Presenti in cibi vegan sottoforma di: arrostiti, salamini, farine e similari



## MOLLUSCHI

Canestrello, cannolicchio, capasanta, cozza, ostrica, patella, vongola, tellina ecc



## SENAPE

Si può trovare nelle salse e nei condimenti, specie nella mostarda



## PESCE

Prodotti alimentari in cui è presente il pesce, anche se in piccole percentuali



## SEDANO

Sia in pezzi che all'interno di preparati per zuppe, salse e concentrati vegetali



## SESAMO

Semi interi usati per il pane, farine anche se lo contengono in minima percentuale



## ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI

Cibi sott'aceto, sott'olio e in salamoia, marmellate, funghi secchi, conserve ecc



## SOIA

Prodotti derivati come: latte di soia, torfu, spaghetti di soia e simili



## UOVA E DERIVATI

Uova e prodotti che le contengono come: maionese, emulsionanti, pasta all'uovo



# THE LOOK




COOKING LAB



Via Alessandria, 104/110  
00198 Roma  
06.83.39.44.79  
379.1559.386  
info@thelookrestaurant.com  
thelookrestaurant.com

 facebook.com/thelookrestaurant

 thelookcookinglab  thelookcookinglab

 password: TheLook.2022