

ALERGENOS

ABRIENDO BOCA

Falsa tortilla de patatas con aroma de trufa

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☒ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Salteado de gulas con cremoso de patatas y huevo poché

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Jamón de bellota 100gr.

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☒ Sulfitos

Jamón de bellota y queso curado de sierra de Jaén

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Alcachofas confitadas con salsa de puerro y gambón

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☒ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Milhoja de foie con manzana caramelizada

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Taco de costillar a baja temperatura con mojo y guacamole

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Patatas bravas

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☒ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Risotto de langostinos

☐ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Risotto de Setas y Trufa

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Cualquier consulta o duda para asegurarse pregunte al camarero



ENSALADAS

Ensalada templada de rulo de cabra con vinagreta de AOVES y miel

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☒ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Ensaladilla Rusa

☐ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☒ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Tomate aliñado con troncos de atún de aceite temprano

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

NUESTRA FREIDURIA

Mix de Croquetas de la casa (gund)

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Croquetas de jamón ibérico

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Croquetas caseras de trufas y hongos

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Croquetas caseras de buey

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Flamenquín de La Consentida

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Flamenquín de rulo de cabra y cebolla caramelizada

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Flamenquín de rabo de toro

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche

www.laconsentidacaprichosa.com | para consentir a los tuyos...

precios expresados en EUROS con impuestos incluidos.

Cualquier consulta o duda para asegurarse pregunte al camarero



☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Torrezno de Soria

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

DEL MAR

Bacalao a brás (migas de bacalao con huevo y patatas)

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Bacalao cocinado a baja temperatura con alioli gratinado

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Chipirones rebozados

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☒ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Buñuelos de gamba

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☒ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Tartar de atún rojo sobre una cama de aguacate y mango

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☒ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Atún a la plancha con verduras salteadas

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Salmón a la plancha con salsa de mango y patatas

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

GARNES

Abanico de bellota a la brasa



☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Costillar a baja temperatura con salsa bbq casera

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☒ Apio ☒ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Secreto a la brasa con papas caseras

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Pollo a la brasa y salsa consentida con papas caseras

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Entrecot de vaca madura del país vasco (250 gramos) y papas caseras

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

JAPONESA

Gyozas de Pollo o Verdura (6ud)

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Gyozas de langostinos (6ud)

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Gyozas Variadas (9ud)

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Patatas Japonesas

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Takoyaki - Buñuelos de Pulpo japos (4ud)

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☒ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Sushi Roll SALMÓN California Rock

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche

www.laconsentidacaprichosa.com | para consentir a los tuyos...

precios expresados en EUROS con impuestos incluidos.

Cualquier consulta o duda para asegurarse pregunte al camarero



☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Sushi Roll Tempurizado GAMBAS o SALMON

☒ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Sushi Roll Tempurizado POLLO

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Roll Uramaki MIXTO

☐ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☒ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Rolls Surtidos SUSHI (16ud)

☐ Gluten ☒ Crustáceos ☒ Moluscos ☐ Huevos ☒ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☒ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Wok de pollo braseado con salsa japonesa (Arroz o Noodles)

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☒ Soja ☐ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☒ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

POSTRES

Tarta de queso la consentida

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Tutto Chocolate con helado

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☐ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Torrija casera con helado templado

☒ Gluten ☐ Crustáceos ☐ Moluscos ☒ Huevos ☐ Pescado ☐ Cacahuets ☐ Soja ☒ Leche
☐ Frutos de cáscara ☐ Apio ☐ Mostaza ☐ Sésamo ☐ Altramuz ☐ Sulfitos

Cualquier consulta o duda para asegurarse pregunte al camarero



IMPORRTANTE: *Cualquier consulta o duda para asegurarse pregunte al camarero*

Lista detallada de los 14 alérgenos:

Cereales con gluten: Trigo, cebada, centeno, avena, espelta.

Crustáceos: Cangrejo, langosta, camarón, etc.

Moluscos: Mejillones, almejas, caracoles, etc.

Huevos: Huevo y productos a base de huevo.

Pescado: Rosada, lenguado, bacalao, Salmon, Atún, etc.

Cacahuetes: Cacahuetes.

Soja: Soja y productos a base de soja.

Leche: Leche y productos lácteos (incluida la lactosa).

Frutos de cáscara: Almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, pistachos, nueces de macadamia o nueces de Australia.

Apio: Apio y productos a base de apio.

Mostaza: Mostaza y productos a base de mostaza.

Sésamo: Sésamo y productos a base de sésamo.

Altramuz: Altramuz y productos a base de altramuz.

Dióxido de azufre y Sulfitos: En concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/L en términos de dióxido total de azufre.