寿 INSUSHI 司

MENÙ
ASPORTO

Piazza della vittoria 20

Tel.0471 285631

Orario 12.00--14.30 18.00--22.30
SABATO-DOMENICA 18.00--22.30

Insushi fondato nel 2009, da un ristorantino di 60mq a 2 ristorante. Il titolare Chen tingfu è iscritto al camera di commercio di bolzano come docente sushi, e tiene corsi con l'associazione CLS. Collaboriamo con decine di supermercati altoatesini e trovare sempre sushi freschi. L'utilizzo di materiali freschi e alta qualità, la massima serietà nella preparazione e cura dei prodotti, sempre attenti al soddisfazione del cliente sono nostro metodo di lavoro. Ringraziamo a tutti.

COPPIA DI NIGIRI 2PZ

SAKE salmone	€ 3,00
SAKE SCOTTATO	€ 3,50
TEKA tonno	€ 3,50
TONNO SCOTTATO	€ 4,00
SUZUKI branzino	€ 3,50

SASHIMI 9PZ

SALMONE	€ 12,00
TONNO	€ 14,00
SALMONE E TONNO	€ 13,00
MISTO	€ 13,00

GUNKAN 2PZ

AMAEBI	€ 5,00	gambero crudo
TAMAGO	€ 3,00	omelette giapponese
EBI	€ 3,00	gambero cotto
TAKO	€ 3,00	polipo
UNAGHI	€ 4,00	anguilla
AVOCADO	€ 3,00	

TEMAKI
1 pezzo

SAKE	€ 4,50	salmone, insalata e avocado
TEKA	€ 5,00	tonno, insalata e avocado
VEGETARIANO	€ 4,00	avocado
ANGUILLA	€ 5,50	anguilla, insalata
SAKE AFFUMICATO	€ 5,00	salmone affumicato, insalata e avocado
EBITEN	€ 5,50	gambero fritto e insalata
EBITEN PHILA	€ 5,50	gambero fritto, insalata e philadelphia

SALMON OUT	€ 5,00	pallina di riso avvolto da filetto di salmon con cipollina, peperoncino, maionese, tobiko
SALMON TOP	€ 5,00	pallina di riso avvolto da filetto di salmon con tobiko 'uova di pesce volante'
SALMON WAKAME	€ 5,00	pallina di riso avvolto da filetto di salmon con insalata di alghe
SALMON IKURA	€ 7,00	pallina di riso avvolto da filetto di salmon con uova di salmone
SALMON PHILA	€ 4,50	pallina di riso avvolto da filetto di salmon, philadelphia

URAMAKI COTTI
8PZ

URASAKI	€ 7,50	avocado, pepe, salmone cotto e maionese
SALMONE COTTO PHILADEPHIA	€ 8,00	salmone cotto, pepe, maionese, avocado e philadelphia
CALIFORNIA	€ 7,50	avocado, gambero cotto, tonno cotto e maionese
CALIFORNIA COTTO PHILADELPHIA	€ 8,00	avocado, gambero cotto, philadelphia, tonno cotto e maionese
ASTICE MAKI (solo su ordinazione)	€ 20,00	astice fresco cotto e tobiko
SAKE AFFUMICATO	€ 8,50	salmone affumicato, tobiko,avocado
RINGU URAMAKI	€ 7,50	tempura di verdure, patate con salsa teriyaki
INSUSHI URAMAKI	€ 14,00	tempura ebi, salmone affumicato, patate con salsa anguilla
DRAGON SPECIAL	€ 11,00	tempura ebi con philadelphia avvolto nel riso ricoperto da riso soffiato e tobiko
URAMAKI EBITEN	€ 9,00	tempura ebi avvolto nel riso con salsa anguilla
DRAGON URAMAKI	€ 11,00	tempura ebi, avocado e patate con salsa anguilla
CHICKEN ROLL	€ 11,00	pollo fritto, insalata avvolto nella foglia di soia con salsa teriyaki

URAMAKI CRUDI 8PZ

CRISPY ROLL € 10,00
salmone tritato, cetriolo, tabasco, sale, pepe, riso soffiato, mandorle, ikura

VEGETARIANO MAKI € 7,00
avocado

VEGETARIANO CON PHILADELPHIA € 7,00
avocado con philadelphia

SALMONE MAKI € 7,50
avocado e salmon

PHILADELPHIA € 8,00
avocado, salmone crudo e philadephia

SPICY SALMON € 7,50
avocado, salmone, noccioline e salsa piccante

SPICY TUNA € 8,00
avocado, tonno, noccioline e salsa piccante

RAINBOW € 8,00
avocado, tamago,surimi e pesce misto

DUE URAMAKI € 8,00
metà uramaki salmone con avocado e metà uramaki tonno con avocado

TONNO PHILADELPHIA € 8,50
tonno crudo, avocado e philadelphia

TEMPURA MAKI € 11,00
tempura di branzino avvolto nel riso ricoperto di avocado e salmone

TIGER URAMAKI € 12,00
tempura ebi, salmone crudo, patate e salsa anguilla

HOT SALMON ROLL € 9,00
avocado, salmon tritato con cipollina, peperoncino, maionese e tobiko

HOT TUNA ROLL € 9,50
avocado, tonno tritato con cipollina, peperoncino, maionese e tobiko

SALMON SU € 8,00
avocado avvolto nel riso ricoperto da salmone crudo con salsa teriyaki

PHILA GREEN € 9,00
salmone,avocado, Philadelphia, senape, pistacchio al salsa di limone

MANGO ROLL € 10,00
avocado, Philadelphia, mango in salsa teriyaki

TROPICAL ROLL € 11,00
tempura di branzino, Philadelphia, mango, tobiko al salsa teriyaki

FUTOMAKI 4PZ

AIMAKI € 5,50
avocado, tonno crudo, gambero cotto e Philadelphia

KIRENMAKI € 5,50
avocado, salmone e surimi

BIG PHILADELPHIA € 6,00
avocado, salmon e philadelphia

BIG CALIFORNIA € 6,00
avocado, gambero cotto, tonno cotto e maionese

FUTOMAKI FRITTO （5PZ） € 7,50
philadelphia, salmone, cipollina e tobiko in salsa teriyaki

FUTOMAKI CON FOGLIA DI SOIA

AIMAKI € 6,00
avocado, tonno crudo, gambero cotto e Philadelphia

KIRENMAKI € 6,00
avocado, salmone e surimi

BIG PHILADELPHIA € 6,50
avocado, salmon e philadelphia

BIG CALIFORNIA € 6,50
avocado, gambero cotto, tonno cotto e maionese

HOSOMAKI 8PZ

SAKE € 4,50
salmone crudo

TEKA € 5,00
tonno crudo

EBI € 5,00
gambero cotto

VEGETARIANA € 4,00
avocado

SAKE AFFUMICATO € 5,00
salmone affumicato

HOSOMAKI FRITTO € 7,00
salmone philadelphia cetriolo in salsa teriyaki

HOSOMAKI CON FOGLIA DI SOIA

SAKE € 5,00
salmone crudo

TEKA € 5,50
tonno crudo

EBI € 5,50
gambero cotto

VEGETARIANA € 4,50
avocado

SAKE AFFUMICATO € 5,50
salmone affumicato

SUSHI MISTO

NIGIRI MISTO 6 pz	€ 7,50
NIGIRI SALMONE 6 pz	€ 7,50
NIGIRI MISTO 9 pz	€ 11,00
NIGIRI SALMONE 9 pz	€ 11,00
NIGIRI MISTO 12 pz	€ 14,00

NOBU NIGIRI 3 salmone, 3 gambero cotto, 2 tonno	€ 11,00
CIKU NIGIRI 3 salmone, 3 tonno, 2 branzino, 2 anguilla	€ 13,00
SUSHI MINI 4pz uramaki e 5pz nigiri misti	€ 11,00
SUSHI MAXI 8pz uramaki e 7pz nigiri misti	€ 16,50
KAWA SUSHI 4 pz uramaki, 6 pz nigiri misti e 6pz sashimi misti	€ 18,00

POKÈ
BOWL

POKÈ SALMON	€ 10,00

BARCHE

BARCA MINI 4pz futomaki, 8pz uramaki, 8pz hosomaki e 7pz nigiri misti	€ 25,00
BARCA SPECIALE 8pz tiger uramaki, 6 pz sashimi misti e 6 pz nigiri misti	€ 28,00
PARTY ROYAL 4pz uramaki, 8pz futomaki, 6pz sashimi e 6pz nigiri	€ 30,00
SASHI SUSHI GRAN MIX 12pz sashimi misti e 12pz nigiri misti	€ 28,00
BARCA LIGHT 9pz sashimi misti, 8pz uramaki, 8pz futomaki e 7pz nigiri misti	€ 38,00
BARCA SUMO 12 pz sashimi misti, 13 pz nigiri misti, 8pz uramaki, 8pz dragon e 8pz tempuramaki	€ 58,00

VEGETARIANO

ZUPPA DI MISO zuppa di miso, toufu, alghe, cipolline e insalata	€ 3,00
INSALATA DI ALGHE	€ 3,50
EDAMAME	€ 3,00
NIGIRI AVOCADO 2 pz	€ 3,00
TEMAKI VEGETARIANA	€ 4,00

salmone, avocado, mango, tobico, cetriolo, sesamo e edamame

POKÈ TUNA € 11,00
tonno, avocado, mango, cetriolo,salsa spicy, carote, sesamo e edamame

POKÈ MISTO € 12,00
salmone, tonno, avocado, insalata di alghe, cetriolo, edamame e sesamo

POKÈ VEGETARIANO € 9,00
edamame, carote, cetriolo, mango, avocado e sesamo

POKÈ CHICKEN € 10,00
pollo fritto, avocado, carote, sesamo, edamame, cetriolo e mango

URAMAKI VEGETARIANA € 7,00

HOSOMAKI VEGETARIANA € 4,00

URAMAKI MANGO ROLL € 10,00
avocado, philadelphia, mango con salsa teriyaki

TEMPURA LIGHT € 7,00
fritture di verdure miste

RINGU URAMAKI € 7,00
tempura di verdure avvolto nel riso

RAVIOLI VEGETARIANI 5 pz € 5,00
farina e verdure miste

INSALATA DI ALGHE € 3,50

TARTARE SNACK DI SALMONE € 5,00
bocconcini di tartare di salmone con salsa di sesamo

TARTARE SNACK DI TONNO € 6,00
bocconcini di tartare di tonno in salsa di sesamo

TARTARE DI SALMONE € 11,00
salmone crudo tritato con sale, pepe, olio di oliva, tabasco ed erba cipollina

TARTARE DI TONNO € 13,00
tonno crudo tritato con sale, pepe, olio di oliva, tabasco ed erba cipollina

CARPACCIO DI SALMONE € 8,00
salmone e salsa di limone

CARPACCIO MISTO € 9,00
pesce misto e salsa di limone

COLD FOOD

EASY TARTARE DI SALMONE € 9,00
salmone crudo tritato con riso, cipollina, peperoncino, maionese, tobiko

EASY TARTARE DI TONNO € 10,00
tonno crudo tritato con riso, cipollina, peperoncino, maionese, tobiko

INSUSHI TARTARE DI SALMONE € 10,00
salmone crudo tritato con uova di salmone e avocado in condimento a piacere

INSUSHI TARTARE DI TONNO € 12,00
tonno crudo tritato con uova di salmone e avocado in condimento a piacere

CHIRASHI MISTO € 10,00
ciotola di riso con 8 filetti di pesce misto

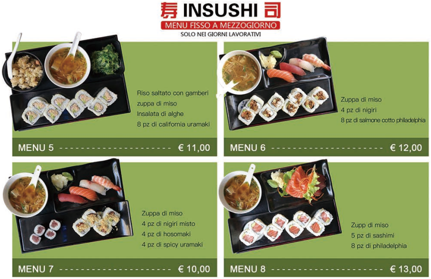
CHIRASHI SALMONE € 10,00
ciotola di riso con 8 filetti di salmone

KARA AGE pollo fritto croccante 5 pz	€ 7,00
MISO SOUP zuppa di miso, toufu, alghe, cipolline e insalata	€ 3,00
OSU MASHI zuppa di miso con salmone, branzino e alghe	€ 4,00
TEMPURA LIGHT fritture di verdure miste	€ 7,00

TEMPURA EBI 7PZ gamberoni fritti	€ 11,00
TEMPURA MISTA 4pz gamberoni fritti e 10 pz verdure miste fritte	€ 13,00
SPAGHETTI WOK spaghetti saltati con verdure miste, gamberi, zenzero	€ 7,00
YAKI SOBA spaghetti di farina di frumento saltati con verdure ,pollo, zenzero	€ 8,00

HOT FOOD

RISO CON 6PZ DI TEMPURA EBI riso bianco e 6pz di gamberoni fritti	€ 11,00
DANGO ALLA PIASTRA 5PZ farina, uova, gamberi, cipollotto e verdure miste	€ 5,50
RAVIOLI VEGETARIANI 5PZ farina e verdure miste	€ 5,00
RAVIOLI DI CARNE 5PZ farina, pancetta, cipollotto e verdure miste	€ 5,00
TUNA KATSU tonno fritto in sale pepe 3pz	€ 5,00
YAKITORI 3pz di spiedini di pollo alla piastra	€ 5,50
RISO SALTATO CON POLLO riso,uova, pollo, piselli, cipollotto	€ 6,00
RISO SALTATO CON SALMONE riso, uova, salmone, piselli, peperoncino, salsa misto di pesce	€ 7,00
RISO SALTATO CON GAMBERI riso,uova,gamberi,cipollotto	€ 7,00



寿 INSUSHI 司

MENU FISSO A MEZZOGIORNO

SOLO NEI GIORNI LAVORATIVI

Riso saltato con gamberi
zuppa di miso
Insalata di alghe
8 pz di california uramaki

MENU 5 -------------------- € 11,00

Zuppa di miso
4 pz di nigiri
8 pz di salmone cotto philadelphia

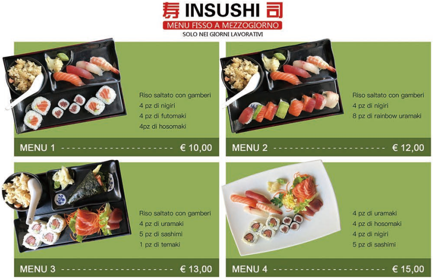
MENU 6 -------------------- € 12,00

Zuppa di miso
4 pz di nigiri misto
4 pz di hosomaki
4 pz di spicy uramaki

MENU 7 -------------------- € 10,00

Zupp di miso
5 pz di sashimi
8 pz di philadelphia

MENU 8 -------------------- € 13,00



寿 INSUSHI 司

MENU FISSO A MEZZOGIORNO

SOLO NEI GIORNI LAVORATIVI

Riso saltato con gamberi
4 pz di nigiri
4 pz di futomaki
4pz di hosomaki

MENU 1 -------------------- € 10,00

Riso saltato con gamberi
4 pz di nigiri
8 pz di rainbow uramaki

MENU 2 -------------------- € 12,00

Riso saltato con gamberi
4 pz di uramaki
5 pz di sashimi
1 pz di temaki

MENU 3 -------------------- € 13,00

4 pz di uramaki
4 pz di hosomaki
4 pz di nigiri
5 pz di sashimi

MENU 4 -------------------- € 15,00