INSUSHI

MENÙ

ASPORTO

Via dalmazia 39

Tel.0471 935478

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 AFFUMICATO SCOTTATO	€ 4,00
TEKA tonno	€ 3,50
SUZUKI branzino	€ 3,00

SASHIMI 9PZ

SALMONE E AVOCADO	€ 9,00
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

IKURA € 7,00
uova di salmone

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 € 6,00
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 € 7,00
avocado, pepe, salmone cotto e maionese

SALMONE COTTO PHILADEPHIA € 7,50
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 € 7,00
tempura di verdure, patate con salsa teriyaki

INSUSHI URAMAKI € 14,00
tempura ebi, salmone affumicato, patate con salsa anguilla

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 piccante e kataifi

TEMPURAMAKI € 11,00
tempura di branzino, kataifi e salsa anguilla

TUNA ROLL € 11,00
tonno fritto, kataifi, philadelphia e salsa piccante

URAMAKI CRUDI

8PZ

MALIBU € 9,00
salmone,philadelphia e mandorle

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

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

HOT SALMON ROLL € 8,50
avocado, salmon tritato con cipollina, peperoncino, maionese e tobiko

HOT TUNA ROLL € 9,00
avocado, tonno tritato con cipollina, peperoncino, maionese e tobiko

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

MANGO ROLL € 10,00
avocado, philadelphia, mango e salsa teriyaki

FUTOMAKI 4PZ

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

KIRENMAKI € 5,50
avocado, salmone e surimi

HOSOMAKI 8PZ

SAKE € 4,50
salmone crudo

TEKA € 5,00
tonno crudo

EBI € 5,00
gambero cotto

BIG PHILADELPHIA € 6,00
avocado, salmon e philadelphia

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

FUTOMAKI FRITTO （5PZ） € 7,00
philadelphia, salmone, erba cipollina e tobiko in salsa teriyaki

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 € 11,00
3 salmone, 3 gambero cotto, 2 tonno

CIKU NIGIRI € 13,00
3 salmone, 3 tonno, 2 branzino, 2 anguilla

SUSHI MINI € 11,00
4pz uramaki e 5pz nigiri misti

SUSHI MAXI € 16,50
8pz uramaki e 7pz nigiri misti

KAWA SUSHI € 18,00
4 pz uramaki, 6 pz nigiri misti e 6pz sashimi misti

VEGETARIANA € 4,00
avocado

SAKE AFFUMICATO € 5,00
salmone affumicato

HOSO MANGO € 6,00
nutella, philadelphia, mango e salsa teriyaki

BARCHE

BARCA MINI € 25,00
4pz futomaki, 8pz uramaki, 8pz hosomaki e 7pz nigiri misti

BARCA SPECIALE € 28,00
8pz tiger uramaki, 6 pz sashimi misti e 6 pz nigiri misti

PARTY ROYAL € 30,00
4pz uramaki, 8pz futomaki, 6pz sashimi e 6pz nigiri

SASHI SUSHI GRAN MIX € 28,00
12pz sashimi misti e 12pz nigiri misti

BARCA LIGHT € 38,00
9pz sashimi misti, 8pz uramaki, 8pz futomaki e 7pz nigiri misti

BARCA SUMO € 58,00
12 pz sashimi misti, 13 pz nigiri misti, 8pz uramaki, 8pz dragon e 8pz tempuramaki

POKÈ
BOWL

POKÈ SALMON € 10,00
salmone, avocado, carote, mais e edamame

POKÈ TUNA € 11,00
tonno, avocado, carote, mais e edamame

POKÈ MISTO € 11,00
salmone, tonno, avocado, carote e mais

POKÈ EBI € 10,00
gambero, avocado, mais, edamame e insalata

POKÈ CHICKEN € 10,00
pollo, avocado, mais, edamame e insalata

POKÈ VEGETARIANO € 9,00
mango, goma wakame, edamame, mais e avocado

VEGETARIANO

INVOLTINI PRIMAVERA € 3,50

ZUPPA DI MISO € 3,00
zuppa di miso, toufu, alghe, cipolline e insalata

INSALATA DI ALGHE € 3,50

EDAMAME € 3,00

NIGIRI AVOCADO 2 pz € 3,00

TEMAKI VEGETARIANA € 4,00

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

COLD FOOD

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

INSALATA DI GAMBERO € 7,00
insalata, pomodorino,gambero e mango

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

INVOLTINI PRIMAVERA € 3,50

KARA AGE € 7,00
pollo fritto croccante 5 pz

MISO SOUP € 3,00
zuppa di miso, toufu, alghe, cipolline e insalata

TEMPURA LIGHT € 7,00
fritture di verdure miste

TEMPURA EBI 7PZ € 11,00
gamberoni fritti

TEMPURA MISTA € 13,00
4pz gamberoni fritti e 10 pz verdure miste fritte

SPAGHETTI WOK € 7,00
spaghetti saltati con verdure miste, gamberi, zenzero

RISO SALTATO CON SALMONE € 7,00
riso, uova, salmone, piselli, peperoncino e salsa misto di pesce

HOT FOOD

DANGO ALLA PIASTRA 5pz € 5,50
farina, uova, gamberi, cipollotto e verdure miste

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

RAVIOLI DI CARNE 5pz € 5,00
farina, pancetta, cipollotto e verdure miste

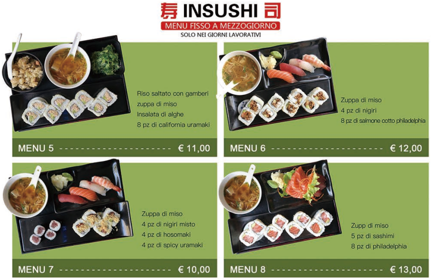
RAVIOLI DI SALMONE 5pz € 6,50
farina, salmone, cipollotto, zenzero, rapanello e carote

RAVIOLI DI PESCE 5pz € 6,00
farina, pepe, zafferano, cipollotto, zenzereo, mais, piselli e trota

RAVIOLI DI POLLO 5pz € 5,50
farina, pollo, spinaci, cappuccio e cipollotto

RAVIOLI DI MANZO 5pz € 6,00
farina, spinaci, manzo, cipollotto e finferli

RAVIOLI MISTI 5pz € 6,00



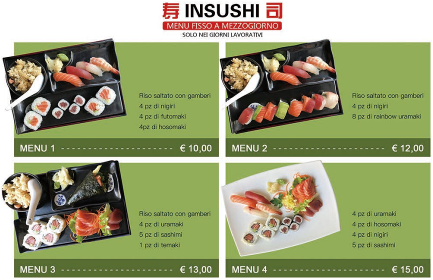
INSUSHI
MENU FISSO A MEZZOGIORNO
SOLO NEI GIORNI LAVORATIVI

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



INSUSHI
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