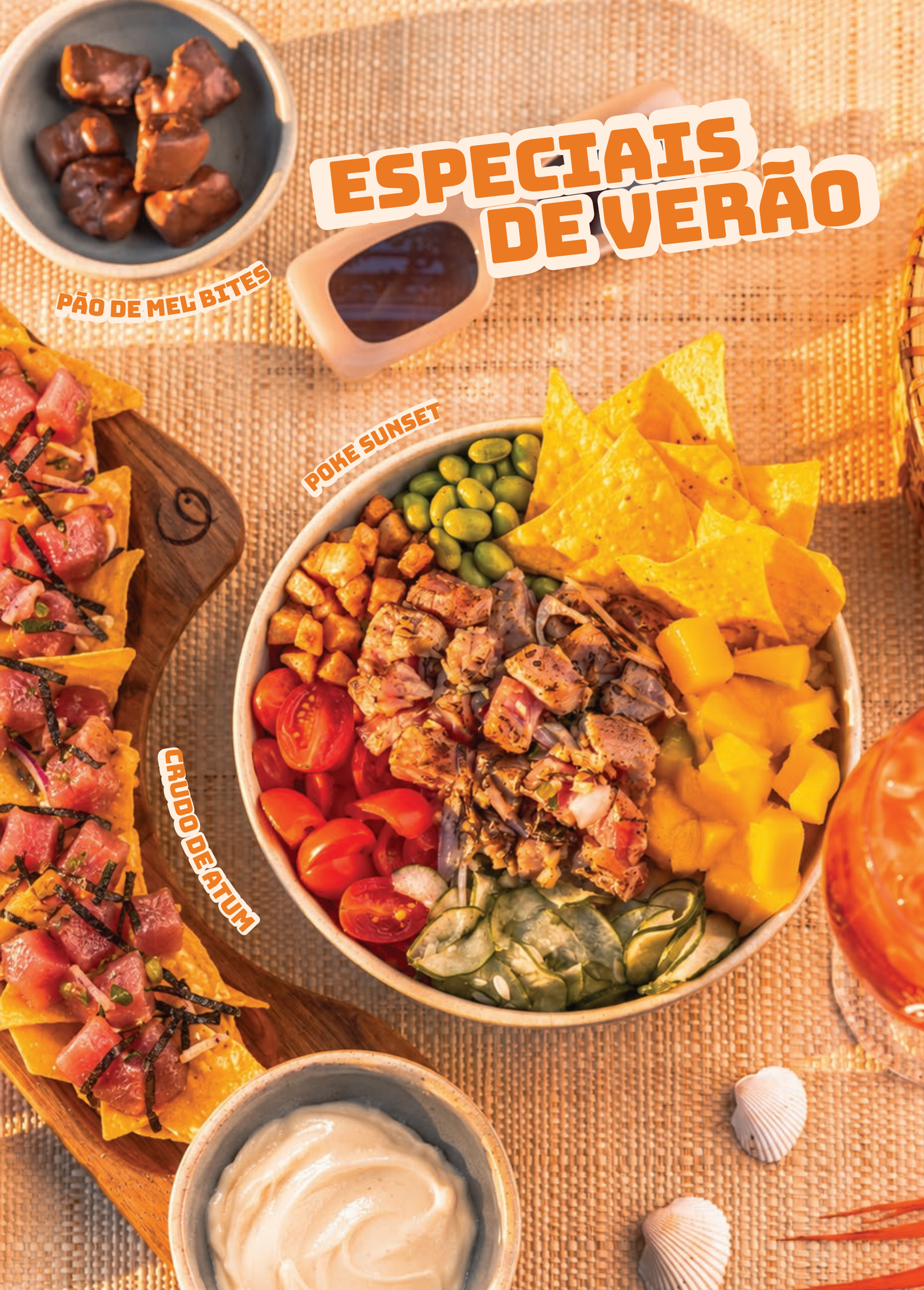
# CARDÁPIO



Poke Sunset

LET'S POKE


ESPECIAIS DE VERÃO
PÃO DE MEL BITES
POKE SUNSET
CRUDO DE ATUM

# SIDES

PEQUENAS PORÇÕES, MUITO SABOR

- **TARTARE DE SALMÃO SPICY**
  Tartare de *salmão spicy fresco sobre um crocante biscoito oriental, cebolinha e nori. *(41g)*

- **TARTARE DE SALMÃO CREAM CHEESE**
  Tartare de *salmão cream cheese sobre um crocante biscoito oriental, cebolinha e nori. *(41g)*

- **TARTARE DE ATUM SPICY**
  Tartare de *atum spicy fresco sobre um crocante biscoito oriental, cebolinha e nori. *(41g)*

- **AMENDOIM E ERVILHA DE WASABI**
  Porção meio a meio de amendoim e ervilha de wasabi. *(120g)*

- **PORÇÃO DE SHIMEJI**
  Shimeji temperado e grelhado com cebolinha. *(150g)*

- **CEVICHE**
  Refrescante ceviche de *peixe branco com camarão. Acompanha chips de batata doce. *(130g)*

TARTARE DE SALMÃO SPICY



CAMARÃO TROPICAL



# PORÇÕES

MAIS SABOR, MAIS PRA COMPARTILHAR!

- **CRUDO DE ATUM** ☆ Novo
  Atum marinado sobre uma porção generosa de nachos cobertos por nori e maionese hara hara. *(130g)*

- **DADINHO DE SALMÃO**
  Dadinhos de salmão com arroz japonês temperado, empanados e fritos. Acompanha molho tarê. *(350g)*

- **CAMARÃO TROPICAL**
  Camarões marinados, empanados e fritos. Acompanha maionese spicy. *(350g)*

- **CHIPS DE BATATA DOCE**
  Porção de chips de batata doce. Acompanha maionese spicy. *(120g)*

# POKES DO CHEF

SUGESTÕES DE COMBINAÇÕES
CRIADAS PELO CHEF BOHUS

## SUNSET

*__Atum marinado e maçaricado__, arroz japonês temperado (shari), manga, sunomono, tomate sweet grape, coquinho caramelizado, edamame e nacho. Molho shoyu Umami com menos sódio *(490g)*

☆ Novo

## NORTH SHORE *by Filipe Toledo*

*__Salmão marinado e maçaricado__, arroz japonês temperado *(shari)*, sunomono, cenoura, castanha de caju caramelizada, cream cheese, crispy de alho poró, chips de batata doce e raspas de limão siciliano. Molho shoyu trufado. *(507g)*

Sugestão




## ALOHA

*__Salmão__, arroz japonês temperado (shari), manga, sunomono, cenoura, castanha de caju caramelizada com gergelim, crispy de couve e tempurá de legumes. Molho Let's Poke. *(490g)*

Mais vendido




## ALOHA TUNA

*__Atum__, arroz japonês temperado (shari), manga, sunomono, cenoura, castanha de caju caramelizada com gergelim, crispy de couve e tempurá de legumes.
Molho Let's Poke. *(490g)*

## OAHU

*__Salmão e shimeji,__ arroz japonês temperado (shari), cream cheese, kani, cenoura, amendoim, crispy de couve e chips de batata doce. Molho ponzu. *(465g)*

## CEVICHE

__Ceviche de *peixe branco com camarão__, arroz japonês temperado (shari), abacate, cenoura, sunomono, manga, tomate sweet grape e biscoito oriental. Molho ponzu. *(520g)*

## TRADICIONAL HAVAIANO SALMÃO

A receita tradicional havaiana! __150g de *salmão marinado__, arroz japonês temperado (shari) com furikake, cebolinha e alga nori. Molho tradicional. *(490g)*




## TRADICIONAL HAVAIANO ATUM

A receita tradicional havaiana! __150g de *atum marinado__, arroz japonês temperado (shari) com furikake, cebolinha e alga nori. Molho tradicional. *(490g)*

# MONTE SEU POKE

SEU POKE DO SEU JEITO!

## 1 ESCOLHA O TAMANHO DO SEU POKE

**CLÁSSICO**
*(100g de proteína)*

**GRANDE**
*(130g de proteína)*
+ Proteína

## 2 ESCOLHA 1 OU 2 BASES *(meio a meio)*

- **Shari**
  *(arroz japonês temperado)*
- **Shari com furikake**
  *(tempero japonês)*
- **Arroz negro**
- **Quinoa**
- **Bifum**
  *(macarrão de arroz)*
- **Mix de repolho**
- **Mix de folhas**

## 3 ESCOLHA 1 OU 2 PROTEÍNAS *(meio a meio)*

### PROTEÍNAS ESPECIAIS

- ***Atum marinado havaiano**
- ***Atum spicy**
- ***Ceviche com camarão**
- **Camarão empanado**
- **Camarão grelhado**
- ***Salmão spicy**
- ***Salmão marinado havaiano**
- ***Salmão com cream cheese**
- **Tofu grelhado**

### PROTEÍNAS TRADICIONAIS

- ***Atum**
- **Shimeji**
- ***Salmão**
- **Salmão grelhado**
- **Frango**

## 4 ESCOLHA 3 ACOMPANHAMENTOS

- **Abacate**
- **Abacaxi grelhado**
- **Cebola roxa**
- **Cenoura**
- **Dadinho de salmão**
- **Ervilha de wasabi**
- **Kani**
- **Manga**
- **Moyashi temperado**
  *(brotinho de feijão)*
- **Sunomono**
  *(pepino estilo asiático)*
- **Tofu temperado**
- **Tomate sweet grape**
- **Wakame**
  *(alga marinha)*

## 5 ESCOLHA 3 TOPPINGS

- **Amendoim**
- **Biscoito oriental**
- **Castanha de caju**
  *(caramelizada com gergelim)*
- **Chips de batata doce**
- Novo **Coquinho caramelizado**
- **Cream cheese**
- **Crispy de couve**
- **Crispy de alho poró**
- **Crispy de cebola**
- **Edamame**
- **Gengibre**
- **Nachos**
- **Nori**
  *(alga cortadinha)*
- **Tempurá de legumes**

## 6 ESCOLHA 1 MOLHO

- **Let's Poke**
  *(Shoyu com toque especial de limão siciliano e wasabi.)*
- **Tradicional**
  *(Shoyu e óleo de gergelim.)*
- **Molho Asiático Gochujang**
  *(Shoyu com pimenta gochujang, levemente picante.)* Novo
- **Maracujá e coco**
  *(Maracujá fresco, leite de coco e toque suave de mel.)*
- **Shoyu trufado**
  *(Shoyu temperado com azeite trufado.)*
- **Shoyu Umami** Novo
  *(Shoyu Kikkoman com dashi e óleo de gergelim. Menos sódio e rico em umami.)*
- **Tarê**
  *(Shoyu agridoce.)*
- **Ponzu**
  *(Shoyu, limão, óleo de gergelim, gengibre, alho e pimenta sriracha.)*

## 7 ESCOLHA SUAS FINALIZAÇÕES

- **Cebolinha**
- **Gergelim**
- **Pimenta dedo de moça**
- **Creme de wasabi**
- **Maionese spicy**
- **Molho tarê**
- **Raspas de limão siciliano**
- **Azeite trufado**
- **Maionese Japonesa Suave** Novo

Vegano · Levemente apimentado · Apimentado



# HOT BOWLS




- **HOT MAUI**

**Camarão empanado** com molho de laranja, arroz negro, edamame, cenoura refogada, abacaxi grelhado e crispy de alho poró. Molho de laranja. *(445g)*

- **HOT TUNA** *by Filipe Toledo*

**Atum selado com crosta de gergelim,** arroz negro, moyashi e crispy de alho poró. Molho tarê. *(405g)*

- **HOT SALMON**

**Salmão havaiano empanado,** arroz negro, shimeji, cenoura refogada e acelga refogada. Molho tarê ou maionese spicy. *(480g)*

- **HOT TOFU**

**Tofu grelhado, shimeji grelhado,** arroz negro, edamame e crispy de alho poró. Molho asiático à base de shoyu. *(435g)z*




# LOW PRICE

NOSSOS POKES EXECUTIVOS

- **ALOHA LOW PRICE**

*Salmão marinado havaiano, arroz japonês temperado (shari), cenoura, manga, sunomono e crispy de couve. Molho Let's Poke. *(440g)*

- **OAHU LOW PRICE**

*Salmão com cream cheese, arroz japonês temperado (shari), shimeji, cenoura, crispy de couve e kani. Molho ponzu. *(420g)*

- **VEGAN LOW PRICE**

**Shimeji,** arroz japonês temperado (shari), tofu temperado, tomate sweet grape, sunomono e crispy de couve. Molho tradicional. *(470g)*

- **POKE KIDS**

Monte seu poke kids com 1 proteína, 1 base e 4 acompanhamentos. Base 100g | Proteína 65g.
*(Para crianças de até 12 anos ou para quem quer comer menos)*

# MENU DEGUSTAÇÃO

EXPLORE O LET'S POKE NESSE TOUR PELAS NOSSAS MELHORES RECEITAS.
*(inclui os 4 mini pokes abaixo)*



- **MINI ALOHA**

*Salmão, shari, crispy de couve, cenoura, castanha de caju e sunomono. Molho Let's Poke. *(160g)*

- **MINI CAMARÃO**

**Camarão,** shari, kani, cream cheese, sunomono e crispy de alho poró. Molho tradicional. *(155g)*

- **MINI CEVICHE**

**Ceviche,** shari, manga, tomate sweet grape e cenoura. Molho ponzu. *(160g)*

- **MINI TRADICIONAL**

*Atum marinado, shari e furikake. Molho tradicional. *(140g)*

# SOBREMESAS

- **TORTA DE CHOCOLATE** *by Carole Crema* ☆ Novo
  Base de bolo amanteigado, seguida por uma mousse assada elaborada com leite e finalizada com ganache intensa de chocolate meio amargo. *(150g)*
- **PÃO DE MEL BITES** *by Laricas Fitness* ☆ Novo
  Delicioso bites de pão de mel sem açúcar e sem gosto de adoçante. *(45g)*
- **BOLO DE COCO GELADO** *by Carole Crema*
  Uma fatia artesanal, feita com ingredientes selecionados, molhadinha até o centro. *(160g)*
- **CHEESECAKE FRUTAS VERMELHAS**
  Incrível cheesecake com calda de frutas vermelhas. *(150g)*
- **CHEESECAKE DOCE DE LEITE**
  Incrível cheesecake com calda de doce de leite. *(150g)*
- **SORVETES LOS LOS**
  Consulte sabores disponíveis.
- **BROWNIE**
  Brownie de chocolate com nozes. *(50g)*
- **COOKIE**
  Sabores: Red velvet e 3 chocolates. *(70g)*

CHEESECAKE FRUTAS VERMELHAS






# BEBIDAS

## SUCHÁ DO DIA (sucos naturais com base de chá sem açúcar)

**REFIL DE SUCHÁ**
(sirva-se diretamente na suqueira)

**Opções:** (consulte a opção do dia)
Chá de hibisco com frutas vermelhas
Chá verde com frutas amarelas
Chá mate com limão

## SUCOS greenpeople

Laranja, cenoura e beterraba
Caju
Pink limonade
Abacaxi com hortelã
Açaí com banana

## ALCOÓLICAS

Corona *(long neck)*
Corona Cero *(long neck)*
Stella *(long neck)*
Stella Pure Gold *(long neck)*

Água
Água de coco
Pepsi
Pepsi Black
Guaraná
Guaraná zero
Guaraná Fibra
Soda
Soda zero
H2OH! limão

## VAI UM CAFEZINHO AÍ?

Café

# BORA VIVER

SIGA A GENTE
**@lets_poke**

*"Estes itens são crus ou mal cozidos ou podem conter ingredientes crus ou mal cozidos. O consumo de carnes, aves, pescados, mariscos, frutos do mar ou ovos crus ou mal cozidos pode aumentar o risco de Doenças de Transmissão Hídrica e Alimentar (DTHA)".