



Ticino Veg Vegan Rassegna Gastronomica 2022

dal 30 settembre al 10 ottobre

Bellinzone

Snack Bar Airö

Via Poncione di Vespero 36, 6780 Airola

077 529 81 61

snackbarairo@gruppoairo.ch

www.gruppoairo.ch/snack-bar-airo/

Anche take-away

Piatti singoli:

- Pane nero al carbone vegetale, burger ai ceci, steak di melanzana e salsa allo yogurt
- Pane multicereale, Burger alla melanzana e legumi misti, pesto estivo
- Pane alla birra, tofu affumicato, cipolla caramellata, steak di melanzane e salsa BBQ

-*-

Locanda Marco

Via Nocca 20, 6500 Bellinzona

091 290 84 97

luca.merlo@locandamarco.ch

www.locandamarco.ch

Menu e piatti singoli:

- Uovo cotto a 63 gradi, spuma di patate e Parmigiano
- Crema di zucca Tofu BIO spadellato con il suo jus di verdure
- Panna cotta al miele BIO ticinese

-*-

Hotel Ristorante Unione

Via Henri Guisan 1, 6500 Bellinzona

091 825 55 77

info@hotelunione.ch

www.hotelunione.ch

Anche take-away

Menu vegano

- Insalata autunnale, tofu spadellato, funghi di bosco, noci pecan, vinaigrette
- Spiedone alla zucca
- Polpetta di ceci su vellutata di cavolfiore
- Cheesecake con coulis ai fichi

*

De'Gusto Ristorante Pizzeria

Prati Grandi 23, 6593 Cadenazzo

076 478 52 62

risto@de-gusto.ch

www.de-gusto.ch

Anche take-away

Menu vegetariano:

- Millefoglie di melanzane gratinate al cioccolato
- Gnocchi di patate viola alla Sorrentina di datterino giallo
- Polpette di zucchine con hummus di ceci

*

Ristorante Ostello Curzútt

Via I Fracc 1, 6513 Monte Carasso

091 835 57 23

curzutt@gastrosos.ch

www.curzutt.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Millefoglie di verdura con crema aivar e formaggio di anacardi
- Risotto verde con spinaci ed erbe
- Tomino alla griglia con verdure grigliate
- Insalata Curzútt

*

Locarnese

Monte Carlo Living

Via Bartolomeo Papio 1, 6612 Ascona

091 791 00 10

montecarlo@livingascona.ch

www.livingascona.ch

Anche take-away

Menu vegetariano:

- Bruschetta con funghi porcini, formaggio alle erbe e riduzione ai lamponi
- Risotto al Castelmagno, mirtilli e nocciole del Piemonte / opzione con porcini
- Veggy burger 100% Swiss made
- Vellutata di porri, patate e latte di cocco
- Pinsa vegana
- Veggy bowl

._*_._

Caesar's Restaurant

Via Gabbietta 3, 6614 Brissago

091 793 27 66

brissago@sunstar.ch

www.brissago.sunstar.ch/it/

Piatti singoli:

- Composizione con barbabietola rossa, gialla e bianca su salsa alle mandorle e ravanella marinata
- Tartare di verdure con zenzero, rafano e salsa alle mandorle
- Risotto agli agrumi e Prosecco con polvere di liquirizia
- Sminuzzato di soia con rösti e verdura di stagione
- Panna cotta vegana con salsa ai frutti di bosco

._*_._

Ristorante San Bernardo

Via Contra 725, 6646 Contra

091 745 19 49

info@albergo-san-bernardo.ch

www.albergo-san-bernardo.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- "La Melodia" Büscion di capra gratinato su sasso caldo con pepe della Valle Maggia e verdure grigliate
- "L'Armonia" tempura di verdure servita con le sue salsine
- "Il Preludio" tagliolini al tartufo nero
- Arancino ripieno di verdure
- "La Sinfonia" del risotto nella forma di Gottardo ai porcini o al tartufo

._*_._

Grotto Sassello

Via Prato Maggiore 3, 6635 Gerra Verzasca

091 746 13 08

info@grottosassello.com

www.grottosassello.com

Piatti singoli:

- Risotto alla zucca e crema di Gorgonzola
- Hamburger vegano
- Bruschetta con crema di zucca e cipolla caramellata

-* -

Govinda

Via della Motta 10, 6600 Locarno

091 752 38 52

radhakanta16@yahoo.com

www.govinda-locarno.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Dhal (zuppa di lenticchie)
- Vegetable curry
- Samosa
- Raita di verdure
- Hummus di ceci
- Gazpacho

-* -

Isolino Ristorante Wine Bar

Via della Posta 24, 6600 Locarno

091 223 47 47

info@isolino.ch

www.isolino.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Medaglioni di Seitan ai ceci BIO (fatto in casa), salsa al timo e Cognac, polenta BIO di Pianezzo, spinaci freschi
- Riso rosso integrale della Camarga al Tofu BIO ticinese, spinaci freschi, verdure dell'orto, nocciole nostrane
- Pizzoccheri ticinesi, verdure dell'orto, salvia, patatine novelle, formaggi misti della Vallemaggia
- Vitello non tonnato e felice - carpaccio di Seitan ai ceci BIO fatto in casa, salsa non tonnata, pomodorini datter, capperi, prezzemolo
- Polenta e funghi BIO - polenta mista BIO di Pianezzo arrostita, cardoncelli e champignons bruni BIO trifolati, olio extra vergine di oliva
- Risotto Carnaroli "Acquerello" all'ortolana con verdure e spinaci freschi dell'orto

-* -

Ristorante Fiorentina

Via S. Antonio 10, 6600 Locarno

091 751 50 50

info@ristorantefiorentina.ch

www.ristorantefiorentina.ch

Piatti singoli:

- Bruschetta di polenta croccante ai funghi porcini (vegano)
- Gnocchi di patate e Farina Bona con verdure, olio d'oliva e salvia (vegano)
- Polenta gratinata al Bluecheese della Valle Maggia, radicchio e castagne (vegetariano)
- Vellutata di zucca con i suoi semi tostati e polvere di amaretti (vegetariano)

.*_

Tesoro 25.75.14.41

Piazza Grande 16, 6600 Locarno

091 752 14 14

messaggi@tesoro.cafe

www.tesoro.cafe

Anche take-away

Piatti singoli:

- Club Sandwich Tesoro Vegano
- Crocchette di zucca al mais con salsa di mandorle piccante
- Carpaccio di rape e barbabietole marinate, funghi scottati, scaglie di sformaggino vegano al pepe della Vallemaggia fatto in casa, noci e salsa all'arancia

.*_

Ristorante della Posta

Via Cantonale 2, 6662 Russo Valle Onsernone

091 797 11 97

ristorantedellapostarusso@gmail.com

Anche take-away

Piatti singoli:

- Crema di barbabietole con crostini all'olio extra vergine di oliva
- Gnocchetti di semola e zucca ai semi di sesamo
- Pizzoccheri vegani con tofu grattugiato

.*_

Ristorante Charme Hotel t3e Terre

Via Vecchia Stazione 2, 6652 Tegna

091 743 22 22

info@3terre.ch

www.3terre.ch

Piatti singoli:

- Variazione vegetariana: tre differenti antipasti
- Tortelloni di magro al burro e salvia
- Risotto ai funghi
- Spaghetti al pomodoro fresco e basilico
- Dadolata di tofu con salsa al curry dolce, mango, papaya e riso venere
- Risotto allo zafferano e Parmigiano

*

Luganese

Amore Di

Via Stazione 80, 6987 Caslano

091 606 77 77

info@amoredi.ch

www.amoredi.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Amplia scelta di brioches
- Pizza pantasca
- Insalata di humus
- Piadina vegetariana

*

Ristorante Miramonti

Piazza Dra Stazzion 6, 6967 Dino

091 943 19 51

info@ristorantemiramonti.ch

www.ristorantemiramonti.ch

Piatti singoli:

- Entrecôte di soia ai funghi porcini e verdure scottate al Kafir
- MiraVeganBurger - hamburger di piselli, cipolle caramellate, pomodori confit e finta maionese al wasabi con patate fritte
- Orecchiette (fatte in casa) tiepide con salsa guacamole e verdure croccanti.

*

Osteria degli Amici

Via Casoro 14, 6918 Figino

091 980 10 72

info@osteriadegliamici.ch

www.osteriadegliamici.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Cavolfiore arrosto, crema di cavolfiore, salvia fritta
- Risotto con crema di finferli e il suo ragù
- Minestra di zucca e patate con ditalini
- Tartare di barbabietola, semi di senape, erba cipollina e salsa tartara

-* -

Locanda Gandriese

Piazza Niscör, 6978 Gandria

091 971 41 81

infolocandagandriese@gmail.com

www.locandagandriese.com

Menu vegetariano:

- Millefoglie di Carasau, verdure e fondue di pecorino
- Culurgiones, gazpacho di pomodoro, crema acida
- Fainè Sassarese alle verdure d'autunno

-* -

Argentino Bistrot & Pizza

Piazza Riforma, 6900 Lugano

091 922 90 49

info@ristoranteargentino.ch

www.ristoranteargentino.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Dobu Jorim (Tofu brasato)
- Il V-Bao
- Paccheri alla vegatriciana

-* -

Buddha Bar Experience

Quartiere Maghetti, 6900 Lugano

091 921 44 77

buddhaloungelugano@gmail.com

www.buddhaloungelugano.com

Anche take-away

Piatti singoli:

- Fajitas vegeariana
- Mix sushi vegetariano
- Pokè vegetariana

._*_._

Gelateria Veneta

Via al Chioso 30, 6900 Lugano

079 357 37 20

gelateriavenetalugano@gmail.com

Anche take-away

Gusti gelato:

- Pistacchio vegan
- Nocciola vegan
- Extra dark

._*_._

Hotel Pestalozzi Lugano

Piazza Indipendenza 9, 6900 Lugano

091 921 46 46

info@pestalozzi-lugano.ch

www.pestalozzi-lugano.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Strudel di zucchine fatto in casa con patate lesse
- Polpettine di soia e verdure con riso e verdura del giorno
- Timballo di melanzane alla parmigiana
- Risotto alla paesana (con verdure)
- Polenta ai porcini
- Tagliatelle alla mediterranea con olio d'oliva, cubetti di pomodori e basilico

._*_._

Ristorante Commercio

Via Ariosto 4, 6900 Lugano

091 923 43 64

info@ristorantecommercio.ch

www.risorantecommercio.ch

Anche take-away

Piatti singoli

._*_._

Ristorante Grand Café Al Porto

Via Pessina 3, 6900 Lugano

091 910 51 30

info@grand-cafe-lugano.ch

www.grand-cafe-lugano.ch

Piatti singoli:

- Zucca marinata all'anice stellato, caprino e miele di mille fiori
- Risotto carnaroli "acqua & sole", barbabietole, pinoli e timo
- Parmigiana di melanzane e zucchine, coulis di pomodori datterini e basilico

-* -

Ristorante Stadio

Via Trevano 93, 6900 Lugano

091 971 13 61

ristorante.stadio@bluewin.ch

www.ristantestadiolugano.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Casarecce rosa fatte in casa, aglio olio e peperoncino su crema di cavolfiori e coriandoli di pane al rosmarino
- Hamburger di ceci gourmet con insalata verde, pomodori e fontina con panino al carbone fatto in casa
- Tagliata di tofu con salsa di soia al miele, rucola e germogli croccanti

-* -

La Taverna del Pittore

Via Ai Grotti 3, 6900 Lugano Paradiso

091 993 15 88

info@latavernadelpittore.ch

www.latavernadelpittore.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Cappellacci toscani farciti di ricotta ed erbe con burro, salvia e pomodoro giallo
- Gnocchetti di patate e barbabietola al Guttus toscano, pere e tartufo nero
- Formaggio pecorino bio Rosa di Maremma passato al grill con concassé di pomodori e guarniture di verdure stagionali
- Selezione di formaggi Toscani Antica Fattoria La Parrina con confetture e frutta di stagione
- Tagliolini artigianali toscani
- Caponi con burro di montagna e tartufo fresco di stagione

-* -

Ristorante Beirut

Via Guisan 15, 6900 Lugano Paradiso

076 568 31 99

connymajed@gmail.com

Anche take-away

Piatti singoli:

- Mussakaa
- Fatayer
- Hommos diversi
- Batata Harra
- Rakayek
- Ocra

-* -

Osteria Calprino

Via Carona 28, 6900 Lugano Paradiso

078 240 33 33

contatto@osteria-calprino.ch

www.osteria-calprino.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Gnocchi di polenta fatti in casa con Funghi chanterelle
- Risotto con spinaci e il "PENZ" (formaggio erborinato del Caseificio di Rita)
- Tagliatella fatta in casa con zucchine e menta fresca

-* -

Grotto dell'Ortiga

Strada Regina 35, 6928 Manno

091 605 16 13

ortiga@bluewin.ch

www.ortiga.ch

Piatti singoli:

- Humus leggero con crudité e crostini (vegano)
- Sformato agli spinaci con salsa ai funghi porcini (vegetariano)
- Risotto di stagione (vegetariano)
- Parmigiana di melanzane (vegetariana)
- Ribollita toscana (vegana)
- Polenta e lenticchie (vegana)

-* -

Ristorante Tabla

Via ai Canvetti 15, 6926 Montagnola

091 968 19 00

info@tablalugano.ch

www.tablalugano.ch

Anche take-away

Menu vegetariano o vegano:

- Paneer bhurji Burger (vegetariano): disco di ricotta indiana strapazzata, pomodoro, pan brioche, chutney di melanzana
- Ragda Patties (vegetariano, possibile anche vegano su richiesta): polpette di patate e panno, aromatizzate allo zenzero, chutney al tamarindo, yoghurt salsa piccante e guazzetto di ceci
- Matki Cha Kahambar (vegano): insalata fresca di germogli di lenticchie verdi, pomodori, cipolla, mais, patate e arachidi, condita con chaat masala, peperoncino e lime
- Daal makhani e paneer tikka masala (vegetariano): cremose lenticchie nere e borlotti accompagnate da ricotta indiana in una salsa di pomodoro speziata servite con riso basmati
- Vegan platter (vegano): piatto completo con lenticchie gialle, ocra saltata con patate al cumino, purea di melanzana speziata e riso basmati
- Vegetable biryani (vegano): piatto tipico di Hyderabad; riso basmati cotto insieme con ceci, mais e verdure miste in una miscela di spezie piccanti servito con yogurt di soia.

-* -

Ristorante Della Torre

Riveta da La Tor 1, 6922 Morcote

091 996 26 36

info@ristorantedellatorre.ch

www.ristorantedellatorre.ch

Piatti singoli:

- Lasagne vegetariane fatte in casa
- Burger vegetariano
- Hummus di cannellini, falafel alla barbabietola

*

Swiss Diamond Hotel

Riva Lago Olivella, 6921 Vico Morcote

091 735 00 00

info@swissdiamondhotel.com

www.swissdiamondhotel.com

Piatti singoli:

- Risotto con crema di piselli, caprino e polvere di cipolla
- Crema di carote e zenzero con crostoni alla curcuma
- Giardino di verdure croccanti, crema di crescione e uova poché

*

Ristorante La Serra

Via Pian Scairolo 12, 6915 Pambio-Noranco

091 980 31 04

info@laserra.ch

www.laserra.ch

Anche take-away

Piatti singoli:

- Piatto mediterraneo: falafel, hummus, muhammara, il nostro pane L.A., cavolo rosso, verdure sottaceto e salsa yogurt e menta.
- Veggie Burger: panbrioche vegano fatto in casa, burger di fagioli neri, patata dolce e spezie, nostra maionese vegana alla curcuma, lattuga e cetriolo.
- Tacos: patate dolci bio arrosto, crema al limone, chimichurri alle erbe fresche, crunch di noici piccantine, scalogno croccante e lime

*

Baia Ristorante Panoramico

Via Lugano 18, 6988 Ponte Tresa

091 611 27 00

info@tresabay.ch

www.baia.ch

Piatti singoli:

- Sformatino di zucca e carote con fonduta di caprino e grissino al timo
- Lasagne verdi alle lenticchie
- Sedano rapa al forno con salsa al formaggio fresco spinaci spadellati e patate
- Curry di verdure e ananas al forno con lenticchie beluga

.*_

Ristorante Santabbondio

Via Fomelino 10, 6924 Sorengo

091 993 23 88

info@santabbondio.ch

www.santabbondio.ch

Piatti singoli

- Fiori di zuccina fritti in pastella alla birra, maionese e bagnetto verde piemontese
- Tagliolini di semola di grano duro con chanterelles fresche, burro d'alpeggio e veli di "Belper Knolle"
- Selezione di formaggi affinati, serviti con marmellate e miele della Capriasca
- Melanzana arrostita al forno con pesto di basilico, falde di peperone e tofu scottato al timo

.*_

NonLoSo

Piazza Lepori 1, 6950 Tesserete

076 296 07 87

tesserete@osterianonloso.com

www.osterianonloso.com

Anche take-away

Piatti singoli:

- Vellutata di broccolo, blu di capra semi tostati
- Taglierini, crema di zucchine, Buscion di pecora e scorza di limone
- Sformato di patate e funghi gratinato

.*_

Mendrisiotto

Crotto dei Tigli

Via Attilio Tarchini 53, 6828 Balerna

091 683 30 81

crottodeitigli@bluewin.ch

www.crottodeitigli.ch

Anche take-away

Menu vegano:

- Tartare di ceci, noci e barbabietola acidificato
- Tofu prodotto a Balerna in agrodolce, Riso Loto
- Vegan "Tiramisù"

-* -

Alchimia Restaurant & Lounge

Via Livio 20, 6830 Chiasso

091 210 34 05

alchimia@vmogroup.ch

www.alchimiarestaurant.com

Anche take-away

Menu e piatti singoli:

- Lollipop allo sbrinz, fichi e limone candito
- Crema di ceci di Capitignano, passion fruit e gallette di cipolla rossa al Merlot del Ticino
- Lingotto di sedano rapa, castagne al mou salato, chip di porcini in salsa all'arancia
- Barbabietola cotta al sale marinata alla Bloody Mary, terra di patate, salsa al cavolfiore e fava tonka
- Verza candita, insalata russa con mayo di soja, mela verde, capperi, olio al prezzemolo e cipollotto
- Consistenze di cioccolato e lamponi

-* -

Aquafaba Restaurant & TakeAway

Via Alfonso Turconi 9, 6850 Mendrisio

091 646 04 04

aquafaba.ch@gmail.com

www.aquafaba-restaurant.ch

Anche take-away

Menu e piatti singoli:

- Carbonara, pasta di mais bianco bio, crema di anacardi alla curcuma e Kalanamak, muscolo di grano bio alla paprika affumicata
- Pizzoccheri fatti in casa con patate verze, fondente di anacardi e stagionato di ceci grattugiato
- Tartare di ceci, con cetriolini, senape, ketchup, cipolla, tuorlo di carote, capperi e nocciole
- Burger di soia e barbabietola fatto in casa, pane fatto in casa, cipolle caramellate, insalata, maionese di soia della casa, patate al forno
- Risotto al vino rosso con manteca di anacardi, castagne, cranberries, salsa di spinacino e trito di nocciole
- Chickfish & chips, versione vegan del fish & chips: panella alle alghe impastellata e fritta, crema di piselli alla menta, patate fritte, maionese di soia ai capperi

-* -