



INSULA
BEACH CLUB
MENFI

FOCACCE **

<i>Focaccia con Burrata pomodoro fresco e basilico</i>	10 €
<i>Focaccia con avocado, pomodoro, cipolla e peperoncino</i>	12 €
<i>Focaccia con capocollo di maiale nero dei Nebrodi e Mozzarella di Sambuca di Sicilia</i>	12 €
<i>Focaccia con Burrata e acciughe di Sciacca</i>	10 €
<i>Focaccia con Bresaola artigianale e insalatine</i>	10 €
<i>Focaccia con olio e origano</i>	5 €

DOLCI

GELATI E SORBETTI	8 €
PESCHE AL VINO <i>Pesche al vino con sorbetto mandorla</i>	8 €
FRUTTA	8 €
MOUSSE DI YOGURT <i>Sfoglie croccanti, mousse di yogurt e frutta di stagione</i>	8 €

<i>Caffè</i>	2 €
<i>Amaro</i>	5 €
<i>Distillati</i>	5 €

Benvenuti!

Dalle 12:00 scopri la cucina di Insula: una proposta fresca e leggera all'ombra dei pini.

Piatti dalla cucina, crudi di pesce, Sandwich e Insalate per un pranzo all'insegna dell'Estate.

PRANZO

È possibile su richiesta avere opzioni vegane, senza lattosio e senza glutine.

Richiedi il menu allergeni, se necessario.



Ogni giorno selezioniamo il miglior pesce della costa meridionale della Sicilia. Tutto il pesce è abbattuto e cambia quotidianamente a seconda del tempo e del mare.



Il Kamado è un antico BBQ in terracotta giapponese con cui si cuoce riso, carne e verdure. Per la cottura e per il servizio al tavolo abbiamo creato un "Kamado siciliano", con dei vasi di terracotta di Burgio fatti a mano. Tutto gli "Spiedi" in carta sono serviti su Kamado.



La nostra Focaccia è un impasto di grani siciliani e Tumminia, Perciasacchi e Senatore Cappelli, è soffice e morbida e può essere mangiata da sola o "cunzata".

INSULA CRUDI

COMPONI IL TUO PLATEAU

Scampi	2 unità 8 €
Gambero rosso I	2 unità 10 €
Cozze	6 unità 4 €
Ostriche Fin de claire	a conchiglia 4 €
Ostriche Belon	a conchiglia 5 €

GRAVLAX DI OMBRINA 18 €
Carpaccio di ombrina marinato alla barbabietola con cetrioli e lattuga

CEVICHE 15 €
Pesce bianco marinato al lime con spezie

SELEZIONE DI CRUDI 28 €
Quattro tipologie di pesce crudo

INSULA INSALATE

PANTESCA 15 €
Tonno sott'olio artigianale, pomodoro Kamarino, capperi, fagiolini, patate, olive di Castelvetro, cipolla rossa di Partanna

CAPRESE 15 €
Mozzarella di bufala di Sambuca con pesto di basilico e pomodori dell'Orto

MEDITERRANEA 15 €
Ceci di Serra Ferdinanda, ravanelli, cipolla rossa, sommacco, origano, peperoni alla griglia, acciughe di Sciacca e sedano

ORTO 13 €
Insalata di foglie e ortaggi dell'Orto

INSULA CUCINA

FISH & CHIPS 20 €
Pesce bianco panato e fritto con patatine e maionese agli agrumi

FALAFEL 10 €
Polpette di ceci e erbe aromatiche con salsa Harissa e salsa Tahina

KATSU SANDO 20 €
Il classico panino giapponese, in versione siciliana: cotoletta di pesce bianco panata con ketchup di nespole

CLUB SANDWICH INSULA 20 €
Versione marina del panino multistrato newyorkese con spada affumicato, pomodoro, maionese e insalata con patatine

SFINCE INSULA 10 €
Soffice pasta di pane fritta con alghe di mare

CALAMARO * 15 €
Calamari freschi alla griglia con salmoriglio al capperi

POLLO E ANANAS* 18 €
Spiedo di pollo ruspante marinato con salsa Teriaki e ananas

GAMBERI ROSSI AL BBQ* 22 €
Spiedo di gamberi con salsa Sweet & Chili



INSULA
BEACH CLUB
MENFI

Benvenuti!

Quando il sole scende, tutto si colora di una luce unica e la spiaggia si anima di nuove energie. Al tramonto Insula propone un Aperitivo, tra vino e cocktail in abbinamento a una sequenza di piatti da condividere e da mangiare senza posate, in libertà.

COCKTAIL

SPRITZ PLANETA	13 €
Brut Planeta, Aperol e Soda	
HUGO	13 €
Brut Planeta, sciroppo di Sambuco e Soda	
GUADALUPE	13 €
Rum scuro, Rum chiaro, Succo d'ananas, Lime, Cannella, zucchero e Peperoncino	
PASSION ISLAND	13 €
Gin Tanqueray, Passion fruit, Lime, Cetriolo, Zucchero e Pepe Nero	
PEACH ON THE BEACH	15 €
Tequila, Succo alla pesca, Basilico Fresco, Aceto di vino, Lime e Sciroppo d'Agave	
STINGER	13 €
Vodka Stolichnaya, Liquore alla menta e Menta fresca	

MOCKTAIL

ITACA	10 €
Sciroppo di sambuco, Limone e Acqua tonica	
ELBA	10 €
Infuso di menta, Miele millefiori di Serra Ferdinanda e The nero	
ISCHIA	10 €
Shrub all'arancia, Marmellata di arancia, The al bergamotto	
PALMARIA	10 €
Basilico fresco, Succo pesca, Succo limone e Cannella	

È possibile su richiesta avere opzioni vegane, senza lattosio e senza glutine.

Richiedi il menu allergeni, se necessario.



Ogni giorno selezioniamo il miglior pesce della costa meridionale della Sicilia. Tutto il pesce è abbattuto e cambia quotidianamente a seconda del tempo e del mare.



Il Kamado è un antico BBQ in terracotta giapponese con cui si cuoce riso, carne e verdure. Per la cottura per il servizio al tavolo abbiamo creato un "Kamado siciliano", con dei vasi di terracotta di Burgio fatti a mano.



La nostra Focaccia è un impasto di grani siciliani e Tumminia, Perciasacchi e Senatore Cappelli, è soffice e morbida e può essere mangiata da sola o "cunzata".

INSULA CRUDI

COMPONI IL TUO PLATEAU

Scampi	2 unità 8 €
Gambero rosso I	2 unità 10 €
Cozze	6 unità 4 €
Ostriche Fin de claire	a conchiglia 4 €
Ostriche Belon	a conchiglia 5 €

GRAVLAX DI OMBRINA	18 €
<i>Carpaccio di ombrina marinato alla barbabietola con cetrioli e lattuga</i>	

CEVICHE	15 €
<i>Pesce bianco marinato al lime con spezie</i>	

SELEZIONE DI CRUDI	28 €
<i>Quattro tipologie di pesce crudo</i>	

INSULA CUCINA

FALAFEL	10 €
<i>Polpette di ceci e erbe aromatiche con Salsa Harissa e Salsa Tahina</i>	

SFINCE INSULA	10 €
<i>Soffice pasta di pane fritta con alghe di mare</i>	

KAKIAGE	10 €
<i>Croccanti polpette di verdure pastellate</i>	

OSTRICHE AL BBQ	16 €
<i>Tre versioni di ostriche alla griglia</i>	

KATSU SANDO	20 €
<i>Il classico panino giapponese, in versione siciliana: cotoletta di pesce bianco panata con ketchup di nespole</i>	

MELONE & MELONE	10 €
<i>Insalata di anguria e cantalupo con yogurt e bottarga</i>	

FOCACCE

Focaccia con Burrata, pomodoro fresco e basilico	10 €
--	------

Focaccia con avocado, cipolla, pomodoro e peperoncino	12 €
---	------

Focaccia con capocollo di maiale nero dei Nebrodi e Mozzarella di Sambuca di Sicilia	12 €
--	------

Focaccia con Burrata, e acciughe di Sciacca	10 €
---	------

Focaccia con Bresaola artigianale e insalatine	10 €
--	------

Focaccia con olio di oliva e origano	5 €
--------------------------------------	-----

FOCACCE **

<i>Focaccia con Burrata e pomodoro fresco e basilico</i>	10 €
<i>Focaccia con avocado, pomodoro, cipolla e peperoncino</i>	12 €
<i>Focaccia con capocollo di maiale nero dei Nebrodi e Mozzarella di Sambuca di Sicilia</i>	12 €
<i>Focaccia con Burrata e acciughe di Sciacca</i>	10 €
<i>Focaccia con Bresola artigianale e insalatine</i>	10 €
<i>Focaccia semplice</i>	5 €

DOLCI

GELATI E SORBETTI	8 €
PESCHE AL VINO <i>Pesche al vino con sorbetto mandorla</i>	8 €
FRUTTA	8 €
MOUSSE DI YOGURT <i>Sfoglie croccanti, mousse di yogurt e frutta di stagione</i>	8 €

<i>Caffè</i>	2 €
<i>Amaro</i>	5 €
<i>Distillati</i>	5 €



CENA

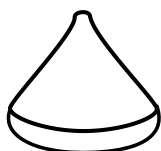
È possibile su richiesta avere opzioni vegane, senza lattosio e senza glutine. Richiedi il menu allergeni, se necessario.



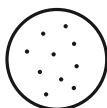
Ogni giorno selezioniamo il miglior pesce della costa meridionale della Sicilia. Tutto il pesce è abbattuto e cambia quotidianamente a seconda del tempo e del mare.



Il Kamado è un antico BBQ in terracotta giapponese con cui si cuoce riso, carne e verdure. Per la cottura e per il servizio al tavolo abbiamo creato un "Kamado siciliano", con dei vasi di terracotta di Burgio fatti a mano. Tutto gli "Spiedi" in carta sono serviti su Kamado.



La Sicilia è da sempre terra di scambio e incontri. Tra le più belle eredità arabe restate sull'isola, il cous cous certamente primeggia. Ci piace omaggiare questo incredibile piatto con un cous cous alla nostra maniera con grano spezzato siciliano, verdure, pesce e profumo di mare.



La nostra Focaccia è un impasto di grani siciliani e Tumminia, Perciasacchi e Senatore Cappelli, è soffice e morbida e può essere mangiata da sola o "cunzata".

INSULA CRUDI

COMPONI IL TUO PLATEAU

Scampi	2 unità 8 €
Gambero rosso I	2 unità 10 €
Cozze	6 unità 4 €
Ostriche Fin de claire	a conchiglia 4 €
Ostriche Belon	a conchiglia 5 €

GRAVLAX DI OMBRINA	18 €
Carpaccio di ombrina marinato alla barbabietola con cetrioli e lattuga	

CEVICHE	15 €
Pesce bianco marinato al lime con spezie	

SELEZIONE DI CRUDI	28 €
Quattro tipologie di pesce crudo	

INSULA CUCINA

per iniziare

TATAKI	18 €
Ricciola alla plancia con salsa mandarino e colatura di alici	

VEGETALE	15 €
Selezione di ortaggi dell'orto crudi, marinati e grigliati	

MELANZANA	12 €
Melanzana croccante con sesamo e miso	

KAKIAGE	10 €
Croccanti polpette di verdure pastellate	

FRITTO INSULA	18 €
Pesce del giorno e verdura in tempura con salsa di colatura e mandarino	

PEPERONI E STRACCIATELLA	15 €
Peperoni alla griglia e stracciatella di bufala	

COUS COUS & BBQ **

COUS COUS INSULA	25 €
Semola di grano duro siciliano incocciata a mano con mandorle e spezie, "crudo e cotto" di pesce e crostacei, zuppa di pesce e ortaggi	

POLLO E ANANAS*	18 €
Spiedo di pollo ruspante marinato con salsa Teriyaki, ananas e peperoni al BBQ	

GRANCHIO BLU *	20 €
Granchio al BBQ con burro all'aglio, limone, erbe e patata al BBQ	