



PokèFlash

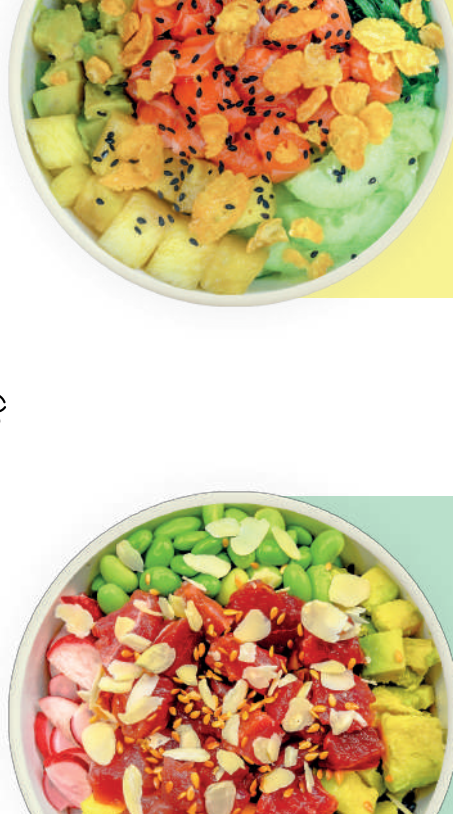
be friendly, be healthy, be Pokè

La nostra Selezione

Our selection

Classic Pokè

Riso sushi / Sushi rice
Salmone / Salmon
Goma Wakame / Goma Wakame
Edamame* / Edamame*
Cetrioli / Cucumbers
Avocado / Avocado
Cipolla Croccante / Crispy Onion
Semi di Sesamo / Sesame seeds
+2 salse a scelta incluse / +2 sauces



REGULAR €10,90
LARGE €13,90

ALLERGENI:

Flash Pokè

Riso sushi / Sushi Rice
Salmone / Salmon
Goma Wakame / Goma Wakame
Ananas / Pineapple
Cetrioli / Cucumbers
Avocado / Avocado
Corn Flakes / Corn Flakes
Semi di sesamo / Sesame seeds
+2 salse a scelta incluse / +2 sauces



REGULAR €10,90
LARGE €13,90

ALLERGENI:

Healthy Pokè

Riso nero / Black rice
Tonno* / Tuna*
Avocado / Avocado
Mango / Mango
Edamame* / Edamame*
Ravanelli / Radishes
Mandorle / Almond
Semi di lino / Flax seed
+2 salse a scelta incluse / +2 sauces



REGULAR €10,90
LARGE €13,90

ALLERGENI:

Gym Pokè

Riso sushi / Sushi Rice
Pollo / Chicken
Pomodori / Cherry tomatoes
Mais / Corn
Cavolo Rosso / Red cabbage
Edamame* / Edamame*
Arachidi / Peanut
Semi di sesamo / Sesame seeds
+2 salse a scelta incluse / +2 sauces



REGULAR €9,90
LARGE €12,90

ALLERGENI:

Green Pokè

Insalata / Green Salad
Gamberetti / Shrimps
Formaggio alla Greca / Greek cheese
Ananas / Pineapple
Cetrioli / Cucumbers
Carote / Carrot
Mandorle / Almond
Semi di lino / Sesame seeds
+2 salse a scelta incluse / +2 sauces



REGULAR €9,90
LARGE €12,90

ALLERGENI:

Vegan Pokè

Riso nero / Black Rice
Tofu / Tofu
Cavolo Rosso / Red cabbage
Ravanelli / Radishes
Cetrioli / Cucumbers
Mais / Corn
Mandorle / Almond
Semi di lino / Flax seed
+2 salse a scelta incluse / +2 sauces



REGULAR €9,90
LARGE €12,90

ALLERGENI:

*Prodotto congelato o surgelato all'origine.
Il pesce destinato ad essere consumato crudo è stato sottoposto a trattamento di bonifica preventiva conforme alle prescrizioni del Reg. CE 853/2004 allegato III, sezione VIII, capitolo 3, lettera D, punto 3.



...Oppure crea il Tuo Pokè

Create your own

Snack	Regular	Large
1 base	1 base	1 base
4 condimenti	4 condimenti	4 condimenti
1 proteina	2 proteine	3 proteine
2 topping	2 topping	2 topping
2 salse	2 salse	2 salse
1 tipo di seme	2 tipi di semi	2 tipi di semi
€7,90	€9,90	€12,90

Base

Riso sushi / Sushi rice
Riso nero / Black Rice
Insalata / Salad
Mix Riso / Mix Rice

Condimenti

Edamame / Edamame
Pomodori / Cherry tomatoes
Cavolo Rosso / Red cabbage
Mais / Corn
Ananas / Pineapple
Cipolla Rossa / Red onion
Cetrioli / Cucumbers
Ravanelli / Radishes
Carote / Carrots
Formaggio alla Greca / Greek cheese
Max 4 condimenti, extra + €0,50

Proteine

Salmone / Salmon
Tonno / Tuna
Gamberetti / Shrimp
Pollo / Chicken
Tofu / Tofu
Extra proteine + €1,00

Extra Special

Avocado / Avocado + €0,50
Mango / Mango + €0,50
Goma Wakame / Goma Wakame + €0,50

Topping

Cipolla croccante / Crispy Onion
Mandorle / Almond
Arachidi / Peanut
Corn Flakes / Corn Flakes
Nachos / Nachos
Max 2 Extra topping + €0,50

Salse

Olio Extravergine / Evo
Aceto Balsamico* / Balsamic vinegar*
Salsa Yogurt* / Yogurt Sauce*
Maionese* / Mayonnaise*
Maionese Piccante* / Spicy Mayonnaise*
Soia (senza glutine)* / Soy (Gluten Free)*
Salsa Agrodolce* / Sweet and Sour Sauce*
Salsa Teriyaki* / Teriyaki Sauce*
Salsa Mango-Habanero* / Mango-Habanero Sauce*
Salsa Flash* / Flash Sauce*
(Maionese, aglio, prezzemolo, aceto di mele, limone)
Max 2 Extra salsa + €0,50

Semi

Semi di sesamo / Sesame seeds
Semi di lino / Flax seed

*I prodotti contrassegnati possono contenere direttamente o avere contaminazioni di: Latte e prodotti derivati, Cereali contenenti glutine cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut (o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati; Uova e prodotti derivati; Pesce e prodotti derivati; Arachidi e prodotti derivati; Soia e prodotti derivati; Latte e prodotti derivati; (compreso il lattosio); Frutta a guscio, cioè mandorle (Amigdalus communis L.), nocciolo (Corylus avellana), noci comuni (Juglans regia), noci di acagiù (Anacardium occidentale), noci pecan (Carya illinoensis (Wangenh) K. Koch), noci del Brasile (Bertholletia excelsa), pistacchi (Pistacia vera), noci del Queensland (Macadamia ternifolia) e prodotti derivati; Senape e prodotti derivati; Semi di sesamo e prodotti derivati; Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/l espressi come SO2; lupino e prodotti a base di lupino; molluschi e prodotti a base di molluschi;

La nostre Bevande

Our beverages

Acqua naturale (50 cl)	€1,00
Acqua frizzante (50 cl)	€1,00
Coca Cola (33cl)	€2,00
Coca Cola Zero (33cl)	€2,00
Fanta (33cl)	€2,00
Estathe pesca (33cl)	€2,50
Estathe limone (33cl)	€2,50

SPECIAL DRINKS

Arizona Mucho Mango (50cl) €3,50
Succosa bevanda con un intenso sapore di Mango, ideale da abbinare al Pokè per renderlo ancora più esotico!

Arizona Green Tea w. Honey (50cl) €3,50
Thè verde naturale senza zuccheri aggiunti, con la giusta quantità di ginseng e un tocco di delizioso miele di Arancio Premium

Acqua di Cocco (33cl) €3,50
Bevanda dolce al cocco senza zuccheri aggiunti e arricchita con vitamine e minerali

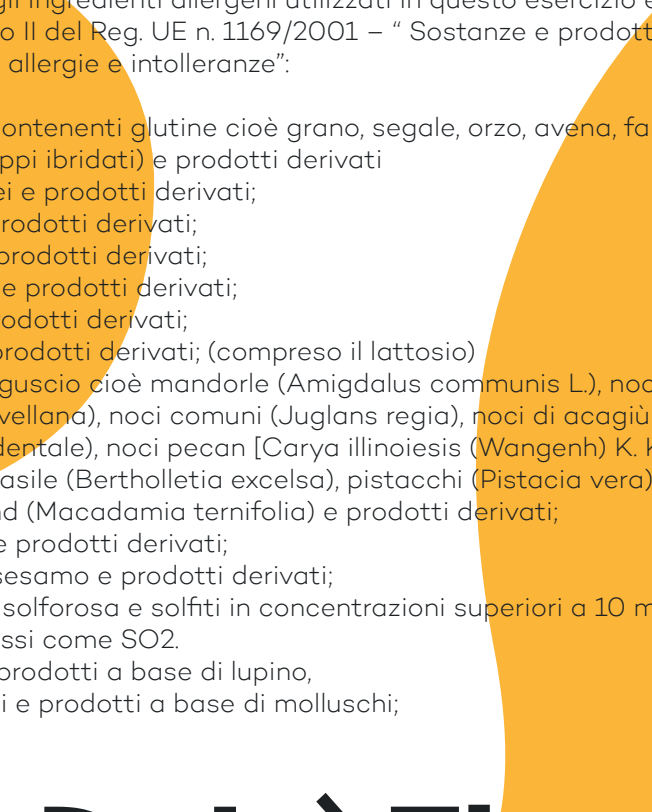
LE NOSTRE BIRRE

Corona (33cl)	€3,00
Ichnusa non filtrata (33cl)	€3,00
Lisa - Birra del Borgo (33cl)	€3,50

BOLLICINE

Privè Lounge Glera €10,00
Extra Dry 75 cl
Vino spumante con una nota di profumo di fiori bianchi, frutta fresca e agrumi.

Spumante Dry Luxury €15,00
Kingdom Gold Astoria 75 cl
Vino spumante molto fine, persistente e delicato.



Servizio delivery + €1,00



PokèFlash DELIVERY



+39 3517177624 SOLO TAKE AWAY

CROSTACEI	ARACHIDI
LATTE E DERIVATI	UOVA
PESCE	CEREALI
FRUTTA A GUSCIO	SOIA

INFORMAZIONE ALLA CLIENTELA INERENTE LA PRESENZA NEGLI ALIMENTI DEGLI INGREDIENTI O COADIUVANTI TECNOLOGICI CONSIDERATI ALLERGENI O DEI LORO DERIVATI

Si avvisa la gentile clientela che nei piatti preparati e somministrati in questo esercizio, e nelle bevande, possono essere contenuti ingredienti o coadiuvanti considerati allergeni.

Elenco degli ingredienti allergeni utilizzati in questo esercizio e presenti nell'allegato II del Reg. UE n. 1169/2011 - " Sostanze e prodotti che provocano allergie e intolleranze":

- Cereali contenenti glutine cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut (o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati
- Crostacei e prodotti derivati;
- Uova e prodotti derivati;
- Pesce e prodotti derivati;
- Arachidi e prodotti derivati;
- Soia e prodotti derivati;
- Latte e prodotti derivati; (compreso il lattosio)
- Frutta a guscio, cioè mandorle (Amigdalus communis L.), nocciolo (Corylus avellana), noci comuni (Juglans regia), noci di acagiù (Anacardium occidentale), noci pecan (Carya illinoensis (Wangenh) K. Koch), noci del Brasile (Bertholletia excelsa), pistacchi (Pistacia vera), noci del Queensland (Macadamia ternifolia) e prodotti derivati;
- Senape e prodotti derivati;
- Semi di sesamo e prodotti derivati;
- Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/l espressi come SO2
- lupino e prodotti a base di lupino,
- molluschi e prodotti a base di molluschi;

PokèFlash

Piazza Luigi Orlando 1 / 57126 Livorno (LI) / TEL: +39 3517177624

WEB: www.pokeflash.it / FB & INSTAGRAM: @pokeflash.official