



Todos los productos que se indican como crema o que incluyen productos lácteos en sus recetas clásicas se preparan con aceite de oliva, crema de soja y otros productos no lácteos.

Además de este menú, nuestro equipo culinario estará encantado de adaptar los platos del menú diario a sus necesidades dietéticas.

Algunos platos del menú pueden no estar disponibles dependiendo del Itinerario del buque.

*All items which are indicated as cream or which would include dairy products in their classic recipes are prepared with Olive Oil, Soya Cream and other non-dairy products.*

*In addition to the offers on this menu our culinary team will be happy to adjust dishes from the daily menu to your dietary needs,*

*Items on this menu might be temporary not available depending on Itinerary of the Vessel.*



**pullmantur**  
 **cruceros**

## Carta de comida sin gluten y sin lactosa

Gluten and Lactose Free Menu





## Entrantes y Sopas

### Appetizers & Soups

Espárragos verdes templados con sal de roca  
*Warm grilled green asparagus with rock salt*

Carpaccio de ternera con aceite de oliva virgen  
*Beef carpaccio with virgin olive oil*

Ceviche de tilapia  
*Ceviche of tilapia*

Sopa de tomate al estilo italiano con albahaca fresca  
*Italian tomato soup with fresh basil*

Crema de espárragos verdes  
*Cream of green asparagus*

Sopa de lentejas con verduras y aceite de perejil  
*Lentil soup with vegetables and parsley oil*

## Ensaladas

### Salads

Lechuga boston con tomate, aguacate y vinagreta de hierbas  
*Boston lettuce with tomato, avocado and herb vinaigrette*

Ensalada César con pollo a la plancha  
*Cesar salad with grilled chicken*

Ensalada de tomate, cebolla roja y aceitunas negras con hierbas, vinagre y aceite de oliva virgen  
*Salad of tomato, red onions and black olives with herbs, red wine vinegar and virgin olive oil*

Mezcla de lechugas con judías verdes, atún, tomate y cebolla  
*Garden lettuce with green beans, tuna flakes, tomato and onions*

## Platos Principales

### Main Courses

Filete de merluza a la plancha con verduras  
*Grilled hake filet with grilled vegetables*

Filete de salmón a la plancha con puré de guisantes verdes  
*Grilled salmon filet with green peas puree*

Filete de san pedro a la plancha con hierbas y tomates cherry salteados  
*Grilled john dory filet with sautéed cherry tomato and herbs*

Espaguetis sin gluten con tomates frescos y mariscos  
*Gluten free spaghetti with fresh tomato and seafood*

Fusilli sin gluten en aceite de albahaca con tomates cherry, aceitunas negras y orégano  
*Gluten free fussily in basil oil with cherry tomato, black olives and oregano*

Lasaña sin gluten  
*Gluten free classic lasagna*

Pollo asado deshuesado marinado en hierbas mediterráneas y servido sobre una cama de espinacas salteadas  
*Boneless half roast chicken marinated in mediterranean herbs served on a bed of sautéed spinach*

Entrecote de ternera a la plancha con glasé de vino tinto y patata al horno  
*Grilled beef entrecote with red wine glaze and baked potato*

Pierna de cordero lechal asada con berenjena asada y patata al horno  
*Roast baby lamb leg with grilled eggplant and baked potato*

Pechuga de pollo deshuesada a la plancha con pisto y patatas asadas al ajo  
*Grilled boneless chicken breast with pisto and garlic roast potatoes*



## Postres

### Desserts

Ensalada de frutas  
*Fresh fruit salad*

Pastel de vainilla sin gluten con crema de fresas  
*Gluten free vanilla cake filled with a cream of fresh strawberry*

Pastel de chocolate sin gluten con salsa templada de vainilla  
*Gluten free chocolate cake with a warm vanilla sauce*

Crepes sin gluten de plátano y chocolate  
*Gluten free banana and chocolate crepes*

Pera escalfada en vino tinto recubierto con pistacho  
*Poached pear in red wine topped with pistachio*

Crema de tofu y chocolate  
*Chocolate tofu cream*

