







ALANA  
—•••••—  
restaurant





-  χωρίς γλουτένη
-  vegetarian
-  best seller
-  κατεψυγμένο
-  τηγανητό σε σπορέλαιο

## Κρύα Ορεκτικά & Ωμά

### ΟΛΗ Η ΚΡΗΤΗ ΣΕ ΕΝΑ ΠΙΑΤΟ

ντάκος, ντολμαδάκια, γραβιέρα, τζατζίκι, χούμους μελιτζάνας, ταραμοσαλάτα  
(για δυο άτομα) €16,50

#### ΚΑΡΠΑΤΣΙΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟΥ ΦΙΛΕΤΟΥ

ρόκα, αγκινάρες άγριες τουρσί, ελαιόλαδο, χοντρό αλάτι, φρεσκοσπασμένο πιπέρι  
€13,80

#### ΣΕΒΙΤΣΕ ΛΑΥΡΑΚΙ

εσπεριδοειδή, πιπέρι, ελαιόλαδο, πράσινο τσίλι, αγγούρι, ροδάκινο €13,50

#### ΤΑΡΤΑΡ ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ

βουβαλίσια μοτσαρέλα, μυρωδικά, λάδι βασιλικού, βινεγκρέτ πετιμέζι €8,50

#### ΤΖΑΤΖΙΚΙ

γιαούρτι, αγγούρι, σκόρδο, άνηθος, λάδι μυρωδικών, ελιές, σπιτικό κρουτόν €5,00

#### ΚΟΠΑΝΙΣΤΗ

φέτα, πιπεριά, μπούκοβο, ελαιόλαδο, τραγανό ψωμάκι €5,00

#### ΤΑΡΤΑΡ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ

βοδινό φιλέτο, κρόκος αυγού, μουστάρδα dijon, φρέσκα αρωματικά, πάστα αντζούγιας, τραγανή μπρουσκέτα, άχυρο πατάτας €14,40

#### ΤΑΡΤΑΡ ΤΟΝΟΥ

κρέμα αβοκάντο, σόγια, ραπανάκι, ντομάτα, σουσάμι, τσίλι, ελαιόλαδο, λεμόνι . €15,00

#### ΝΤΑΚΟΣ

κρίθινο παξιμάδι παραγωγής μας, τριμμένη ντομάτα, φέτα, ρίγανη, ελαιόλαδο, ελιές €7,00

#### ΧΟΥΜΟΥΣ ΜΕΛΙΤΖΑΝΑΣ

ρεβύθια, καπνιστή μελιτζάνα, ελαιόλαδο, τσιπς τορτίγιας €5,00

### ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΟ ΨΩΜΙ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΜΑΣ & ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ

δύο είδη ψωμιου, παξιμάδια, μαυρομάτικα φασόλια, ελιές, ελαιόλαδο €1,80 // άτομο



## Σαλάτες

### ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ●

ντομάτα, αγγούρι, κρεμμύδι, ελιές, πιπεριά πράσινη, κάπαρη, φέτα, κρίθινο παξιμάδι παραγωγής μας, ρίγανη, ελαιόλαδο €8,00

### ΧΟΡΤΑ 🌿 ●

χόρτα εποχής, κολοκύθι, βινεγκρετ ντομάτας, κρεμμύδι πίκλα, πατάτα, γαλοмуζηθρα €8,50

### ΠΑΝΔΑΙΣΙΑ 🌿 ● ● B

ανάμεικτα baby φύλλα, ντοματίνια, φουντούκια, φρούτα εποχής, ψητό μανούρι, dressing απο χαρουπόμελο €10,20

### ΚΙΝΟΑ

πράσινο μήλο, φινόκιο, κρουτόν, φρέσκο κρεμμύδι, γλυκό λαδολέμονο €9,00

### ΚΑΝΤΑΙΦΙ ● ● B

ανάμεικτη σαλάτα, κανταϊφι, μούς φέτας, τσάτνει σύκου, παγωτό χαλβά €10,50

### ΠΡΑΣΙΝΗ 🌿 ●

ανάμεικτα μαρούλια, αγγούρι, αβοκάντο, ραπανάκι, ψιλή σταφίδα, λάιμ, ελαιόλαδο, αγουρίδα, άνηθος, κολοκυθόσπορος €8,00

## Ζεστά Ορεκτικά

### ΦΕΤΑ ΣΑΓΑΝΑΚΙ ● ● B ●

κρούστα δημητριακών και ξηρών καρπών, μαρμελάδα σύκο και κριτσίνια €9,80

### ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ●

πληγούρι Σερρών, σταφίδα, σκόρδο, ελιά, λεμόνι, καρύδι, ξίγαλο €8,00

### ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ

χοιρινός κιμάς, σταμναγκάθι, κρέμα σπετζοφάι, μους φέτας, πίτα €11,00

### ΝΤΟΛΜΑΔΑΚΙΑ 🌿

αμπελλόφυλλο, κιμάς μοσχαρίσιος, ρύζι, αυγολέμονο, μυρωδικά €8,00

### ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΣΩΤΕ ● ● B ●

σκόρδο, θυμάρι, λαδολέμονο, σάλτσα τσιμιτσούρι €8,50

### ΓΑΡΙΔΕΣ ΤΕΜΠΟΥΡΑ ● ● B ● ●

μους ταραμά, μελανί σουπιάς, κράκερ γαρίδας, αγιολί, κρόκος Κοζάνης €14,50

### ΜΥΔΙΑ ΑΧΝΙΣΤΑ 🌿

κρεμμύδι, πράσο, σέλινο, άνηθο, ούζο, λαδολέμονο €10,50

### ΠΑΤΑΤΕΣ ΟΦΤΕΣ

αυγό ποσέ, κρέμα στάκας, χαμόν Κερμές, τραγανό κρεμμύδι €8,00

### ΑΠΑΚΙ ΧΟΙΡΙΝΟ

φρυγανισμένο ψωμί, κρέμα γραβιέρας, λιαστό κρασί, άχυρο πατάτας €9,00

### ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ 🌿 ● ● B ● ●

ανθός αλατιού, ρίγανη €6,00

### ΣΚΟΡΔΟΨΩΜΟ

προζυμένιο ψωμί παραγωγής μας με σκородοβούτυρο και παρμεζάνα €2,00



# Κυρίως πιάτα

## ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΙΑΟΥΡΤΙ B

γλυκό κρασί, γιαούρτι, εστραγκόν, σταφίδες, κινόα, σουσάμι, κολοκυθόσπορος €16,00

## ΡΙΖΟΤΟ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ B ●

ποικιλία μανιταριών, φλούδες παρμεζάνα, τσιπς μανιταριού, λάδι τρούφας €14,50

## ΧΟΙΡΙΝΟ ΦΙΛΕΤΟ

πουρές κρεμμύδι σάλτσα κρασιού, ψητή πατάτα, τσάνει σύκο €17,00

## ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΦΙΛΕΤΑΚΙΑ ΚΑΠΟΝΑΤΑ

μελιτζάνα, κάπαρη, σταφίδες, κουκουνάρι, ελιές €20,00

## ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΩΝ

γαρίδες, μύδια, ντοματα, φέτα, λαχανικά, βασιλικός, μελάνι σουπιάς €17,00

## ΣΙΓΟΜΑΓΕΙΡΕΜΕΝΟ ΑΡΝΙΣΙΟ ΚΟΤΣΙ B

πουρές πατάτας, σάλτσα ψητού €21,00

## ΜΠΟΥΤΑΚΙΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ

πληγούρι Σερρών, ψητό κρεμμύδι, γιαούρτι, σκόρδο €13,50

## ΧΟΙΡΙΝΑ ΜΠΡΙΖΟΛΑΚΙΑ

ψητή πίτα, πατάτα τηγανητή, σάλτσα BBQ €13,00

## ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ

πατάτες τηγανητές, πίτα, πικάντικο γιαούρτι €12,50

## ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ BURGER B

μοσχάρισιος κιμάς, iceberg, ντομάτα, αρσενικό Νάξου, παστράμι, καραμελωμένα κρεμμύδια, πικάντικη μαγιονέζα, πατάτες τηγανητές €15,00

## ΦΙΛΕΤΟ ΛΑΥΡΑΚΙ B

κολοκυθάκια σωτέ, baby φύλλα, αρακάς βουτουρου και σάλτσα φρούτων €20,50

## ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΦΙΛΕΤΑΚΙΑ ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ B

παπαρδέλες, σάλτσα ραγού, μπεσαμέλ, γραβιέρα €19,50

## ΓΑΡΙΔΕΣ ΣΠΕΤΣΙΩΤΑ ❄️

σάλτσα ψητής ντομάτας, πικάντικο κους κους, λαχανικά, ζωμός από όστρακα, φινόκιο €17,00

## ΠΕΝΝΕΣ ΜΕ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ

κοτόπουλο, απάκι χοιρινό, μανιτάρια, ντοματίνια, θυμάρι, γραβιέρα €14,00

## ΑΡΝΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΜΕ ΣΚΙΟΥΦΙΚΤΑ

ντομάτα, κρεμμύδι, μέλι, παραδοσιακά ζυμαρικά, ξηρός ανθότυρος €18,50

## ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΜΑΓΟΥΛΑ 'ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ'

ντομάτα, κριθαράκι, γραβιέρα €15,50

## ΣΥΚΩΤΙ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ

μαρινάδα κρητικών βοτάνων, λαδολέμονο πατάτες τηγανητές €12,50

## ΑΡΝΙΣΙΑ ΠΙΚΑΝΙΑ

πατάτες τηγανητές, λαχανικά, σάλτσα ψητού €18,00

## VEGAN BURGER BEYOND ❄️ ●

iceberg, καραμελωμένο κρεμμύδι, μανιτάρι, μαγιονέζα τρούφα, κρέμα αβοκάντο, σαλάτα ανάμεικτη €14,00



## Κρέατα

Το ψήσιμο που προτείνουμε είναι μέτριο, μέτριο / ωμό και ωμό για το ιδανικό αποτέλεσμα

### LIMOUSINE

**ΦΙΛΕΤΟ ΜΟΣΧΑΡΙ ΓΙΑ ΔΥΟ**    
Ελληνικής εκτροφής. Με σάλτσες πιπεράτη και μπεαρνέζ, **€56,00 // 450γρ**

**ΚΟΝΤΡΑ ΜΠΡΙΖΟΛΑ**   
Ελληνικής εκτροφής. **€23,50 // 300γρ**

### BLACK ANGUS

**RIB - EYE AUSTRALIA**    
Aberdeen Black farm, Αυστραλίας.  
**€45,50 // 300γρ**

**PICANHA USA**    
Creekstone farms, ΗΠΑ.  
**€29,00 // 300γρ**

### WAGYU

**STRIPLOIN A5 JAPAN**   
Kobe, Ιαπωνία. (από 170 έως 240 γρ.)  
**€48,50 // 100γρ**

...σερβίρονται με πατάτα ψητή και λαχανικά

**ΦΙΛΕΤΟ ΜΟΣΧΑΡΙ**   
Ελληνικής εκτροφής. **€26,00 // 200γρ**  
**€35,00 // 300γρ**


**RIB - EYE**   
Ελληνικής εκτροφής. **€30,00 // 300γρ**

...σερβίρονται με ανάμεικτη σαλάτα, λαχανίδες και ψητά κρεμμύδια

**RIB - EYE NEW ZEALAND**   
Ocean Beef, Νέα Ζηλανδία.  
**€39,50 // 300γρ**


**STRIPLOIN CHILE**   
Mollendo Beef, Χιλή.  
**€33,50 // 300γρ**

...σερβίρονται με ψητά σπαράγγια καιμανιτάρια shimeji


**RIB - EYE MS 4-5 AUSTRALIA**   
Jack's creek farm, Αυστραλία.  
**€57,50 // 200γρ**

**ΣΑΛΤΣΕΣ:** Πιπεράτη // Μπεαρνέζ // Gorgonzola // Chimichurri  
BBQ // Gravy **€2,50**

## Θάλασσινά - Ψάρια

**ΦΙΛΕΤΟ ΤΟΝΟΥ**   
λιαστή ντομάτα, κρέμα αγκινάρας, ταμπουλέ κινόα, αγκινάρα τουρσί **€21,50**






**ΧΤΑΠΟΔΙ ΨΗΤΟ**   
σαλάτα φασόλια, χούμους, μελιτζάνας **€18,00**

**ΓΑΡΙΔΕΣ JUMBO ΣΧΑΡΑΣ**   
σαλάτα κινόα, λεμόνι, αγιολί  
(1 τεμάχιο) **€27,00 // (2 τεμάχια) €48,00**

**ΑΣΤΑΚΟΣ ΣΧΑΡΑΣ**   
custard αστακού, σπαράγγια, λαχανίδες, γλυκό λαδολέμονο, **€110,00 // 1000γρ**

Οι τιμές συμπεριλαμβάνουν 13% ΦΠΑ. Δεχόμαστε μετρητά, Visa, Mastercard, Amex, Maestro. Παρακαλούμε ενημερώστε μας για τυχόν αλλεργίες, το προσωπικό μας θα σας συμβουλεύσει για εναλλακτικά πιάτα. Ο καταναλωτής δεν έχει υποχρέωση να πληρώσει εάν δεν λάβει το νόμιμο παραστατικό (απόδειξη - τιμολόγιο). Το κατάστημα διαθέτει υποχρεωτικά φύλλα διαμαρτυρίαςγια τους πελάτες σε ειδική θέση δίπλα στην έξοδο.



-  gluten free
-  vegetarian
-  best seller
-  frozen
-  fried in sunflower oil

## Cold appetizers and raw food

---

### CRETAN APPETIZER PLATTER

dakos, vine leaf rolls, graviera cheese, tzatziki, aubergine humus, fish roe spread  
(for 2 persons) €16,50

### VEAL FILLET CARPACCIO

rocket, pickled artichokes, olive oil, coarse salt, fresh ground pepper €13,80

### SEA BASS CEVICHE

citrus flavors, salt, pepper, olive oil, green chilli, cucumber, peach, €13,50

### CHERRY TOMATO TARTARE

buffalo mozzarella, herbs, basil olive oil, grape molasses vinaigrette €8,50

### TZATZIKI

yogurt, cucumber, garlic, dill, house made croutons, olive oil €5,00

### KOPANISTI

feta cheese, chilli, olive oil, crispy bread €5,00

### BEEF TARTARE

beef tenderloin, egg yolk, dijon mustard, fresh herbs, anchovies paste, crispy bruschetta, potato straws €14,40

### TUNA TARTARE

avocado, cucumber, soya, sesame, radish, chilli, olive oil €15,00

### DAKOS

house made barley rusks, grated fresh tomato, feta cheese, oregano, olive oil and olives €7,00

### AUBERGINE HUMMUS

chickpeas, smoked aubergine, olive oil, tortilla chips €5,00

### HOUSE MADE SOURDOUGH BREAD & ACCOMPANIMENTS

Two types of bread, rusks, black eyed beans, olives, olive oil 1,80 // person



## Salads

---

### GREEK SALAD ●

tomato, cucumber, onion, olives, capers, house made barley rusk, oregano, feta and olive oil €8,00

### BOILED GREENS 🌿●

seasonal greens, zucchini, tomato vinaigrette, pickled onion, sour cheese 'galomyzithra' €9,50

### VEGETABLE BANQUET 🌿●●B

mixed baby leaves, cherry tomato, walnuts, seasonal fruits, grilled cheese 'manouri', carob-honey dressing €10,20

### QUINOA ●

green apple, fennel, croutons, fresh onion, sweet oil-lemon sauce €9,00

### KANTAIFI ●●B

mixed green salad, traditional pastry base (kantaifi), feta cheese mouse, fig chutney, halva ice cream €10,50

### GREEN 🌿●

mixed lettuce, cucumber, avocado lime, radish, raisin, verjuice, pumpkin seeds, dill €8,00

## Hot appetizers

---

### FETA CHEESE SAGANAKI ●●B●

cereals and nuts crust, fig marmalade, breadcrumbs €9,80

### GRILLED AUBERGINE ●

bulgur, raisins, garlic, olive, lemon, walnut, sour cream cheese €8,50

### ORGANIC PORK SAUSAGE

spiny chicory, pepper and tomato sauce, feta mousse, pitta bread €11,00

### VINE LEAF ROLLS 🌿

stuffed vine leaves, mince meat, rice, herbs, egg-lemon sauce €8,00

### SAUTEED MUSHROOMS ●B

garlic, thyme, olive oil, lemon, chimichurri sauce €8,50

### SHRIMP TEMPURA ●●B●

fish roe spread, cuttlefish ink, shrimp cracker, saffron aioli €14,50

### STEAMED MUSSELS 🌿

onion, leek, celery, dill, ouzo, oil and lemon sauce €10,50

### BAKED POTATOES

poached egg, staka-butter cream, jamon iberico, crispy onion €8,00

### BIO PORK 'APAKI' (CURED PORK TENDERLOIN)

toasted bread, graviera cheese cream, sun-dried wine, potato straws €9,00

### FRIED POTATOES 🌿●●

sea salt blossom, oregano €6,00

### GARLIC BREAD

sourdough house made bread with garlic butter and parmesan €2,00 // person



# Main Dishes



## YOGURT CHICKEN B

sweet wine, tarragon, raisins, quinoa, sesame, pumpkin seed €16,00

## MUSHROOM RISOTTO B ●

wild mushroom variety, parmesan flakes, mushroom chips, truffle oil €14,50

## PORK TENDERLOIN

onion puree, wine sauce, baked potato, fig chutney €17,00

## BEEF FILLETS CAPONATA

aubergine, capers, raisins, pine-nut, tomato, olives €20,00

## SEA FOOD SPAGHETTI CHITARA

shrimps, mussels, tomato, feta cheese, vegetables, basil, cuttlefish ink €17,00

## SLOW COOKED LAMB SHANK B

potato mash, gravy sauce 21,00

## GRILLED CHICKEN THIGHS

bulgur wheat, grilled onion, yogurt, garlic 13,50

## GRILLED PORK CHOP

fried potatoes, pita bread, house made bbq sauce €13,00

## BEEF PATTIES

fried potatoes, pita bread, spicy yogurt €12,50

## BEEF BURGER B

ground beef, iceberg, tomato, cheese from Naxos 'arseniko', pastrami, caramelised onions, spicy mayo €15,00

## SEA BASS FILLET B

sautés zucchini, baby leaves, butter peas, citrus sauce €20,50

## BEEF FILLETS PASTICCIO B

papardelle, ragu sauce, cheese 'graviera' bechamel €19,50

## SHRIMPS 'SPETSIOTA'

roasted tomato, spicy couscous, vegetables, shellfish broth €19,50

## CHICKEN PENNE

mushrooms, tomato, thyme, smoked pork "apaki", cheese 'graviera' €14,00

## SUCKLING LAMB WITH "SKIOUFICHTA"

tomato, onion, honey, traditional pasta grated 'anthotyro' cheese €19,00

## BEEF CHEEKS 'YOUVETSI'

tomato, orzo pasta, cheese 'graviera' €16,50

## LAMB PICANHA (RUMP CAP)

fried potatoes, vegetables, gravy sauce €18,00

## GRILLED VEAL LIVER

Cretan herbs marinade, olive oil and lemon sauce, fried potatoes €12,50

## VEGAN BURGER BEYOND ● ●

iceberg, mushrooms, caramelised onions, truffle mayo, avocado cream €14,00





## Steaks...

We suggest **medium, medium rare and rare** for optimum results

### LIMOUSINE

#### CHATEAUBRIAND FOR TWO

Greek breeding. With pepper and bearnaise sauce €56,00 // 450gr

#### SIRLOIN STEAK

Greek breeding €23,50 // 300gr

### BLACK ANGUS

#### RIB - EYE AUSTRALIA

Aberdeen Black farm, Australia  
€45,50 // 300gr

#### PICANHA USA

Creekstone farms, USA  
€29,00 // 300gr

### WAGYU

#### STRIPLOIN A5 JAPAN

Kobe, Japan (170min. - 250max.)  
€48,50 // 100gr

served with baked potatoes and vegetables

#### TENDERLOIN STEAK

Greek breeding €26,00 // 200gr  
€35,00 // 300 gr

#### RIB - EYE

Greek breeding €30,00 // 300gr

served with mixed salad and grilled onions

#### RIB - EYE NEW ZEALAND

Ocean Beef, New Zealand  
€39,50 // 300g

#### STRIPLOIN CHILE

Creekstone farms, USA  
€33,50 // 300gr

served with grilled asparagus and shimeji mushrooms

#### RIB - EYE MS 5-6 AUSTRALIA

Jack's creek farm, Australia  
€57,50 // 200gr

**SAUCES:** Pepper // Bearnaise // Gorgonzola // Chimichurri  
BBQ // Gravy €2,50

## Seafood - Fish

#### TUNA FILLET

sun dried tomato, artichoke cream, quinoa tabuleh, pickled artichoke €21,50

#### GRILLED OCTOPUS

beans salad, aubergine hummus €18,00

#### GRILLED JUMBO SHRIMPS

quinoa salad, lemon, aioli  
(1 piece) €27,00 // (2 pieces) €48,00

#### GRILLED LOBSTER

lobster custard, asparagus, sweet oil 'n'  
lemon sauce €110,00 // 1000gr

Prices are inclusive of 13% I.V.A. We accept cash, Visa, Mastercard, Amex, Maestro.  
Please inform us of any food allergies you may have and we can suggest alternative dishes. The consumer is not obliged to pay if the notice of payment has not been received. The restaurant is obliged to have special complain form next to the entrance