



SUSHI
CHEF

HORARIOS DE REPARTO:

SUSHI CHEF - GAVÁ MAR
AVDA. DEL MAR, 1
TEL. 93 633 15 00

LUNES CERRADO
MARTES, MIÉRCOLES, JUEVES Y DOMINGO
de 13,00 a 15,30H. Y DE 20,00 a 23,00H.
VIERNES, SÁBADOS Y FESTIVOS
de 13,00 a 15,30H. Y DE 19,30 A 23,30H.

SUSHI CHEF - CASTELLDEFELS
AVDA. SANTA MARÍA, 23
TEL. 93 665 74 32

LUNES, MARTES, MIÉRCOLES, JUEVES Y DOMINGO
de 13,00 a 15,30H. y de 20,00 a 23,00H.
VIERNES, SÁBADOS Y FESTIVOS
de 13,00 a 15,30H. Y DE 19,30 A 23,30H.

SUSHI CHEF - VILANOVA I LA GELTRÚ
AVDA. FRANCESC MACIÀ, 38
TEL. 93 173 96 74

LUNES, MARTES, MIÉRCOLES, JUEVES Y DOMINGO
DE 20,00 A 23,00H.
VIERNES, SÁBADOS Y FESTIVOS
DE 19,30 A 23,30H.

PAGO EN EFECTIVO
TARJETA VISA
TICKET RESTAURANT

PEDIDO MÍNIMO 15,00€
SERVICIO A DOMICILIO 3,00€
(POBLACIONES DE ALREDEDOR,
CONSULTAR TARIFA DE ENVÍO)



www.sushi-chef.eu

SUSHI CHEF

LOS BENEFICIOS DEL SUSHI EN LA DIETA

El delicioso y exótico sabor que tiene el sushi, junto a sus propiedades nutritivas, han conseguido que esta comida japonesa sea una de las opciones más demandadas tanto en los restaurantes especializados como en su versión fast good (comida rápida de alta calidad y saludable). Y es que el sushi, cuyo ingrediente principal es el arroz aliñado, sobre todo con vinagre, y acompañado por marisco, pescado o verduras, aporta numerosos beneficios a nuestra dieta. Precisamente, el arroz es un cereal que nos otorga una buena ración de proteínas e hidratos de carbono de absorción lenta al organismo.

Estas sustancias proporcionan energía al cuerpo, pero no grasas. De ahí que el sushi sea un aliado perfecto en las dietas para controlar el peso. El pescado es otro de los ingredientes fundamentales del sushi. Entre sus muchas virtudes, está la de ayudar a prevenir las enfermedades cardiovasculares, así como distintos tipos de cáncer y enfermedades pulmonares y de la piel. Y es que, sobre todo el pescado azul (salmón, atún, caballa, etc.), es rico en omega-3. El alga nori, que se utiliza para hacer el maki, contiene vitamina A, niacina, vitamina C y complejo B y minerales. Las algas son una fuente de proteínas e hidratos, pero están libres de grasas, por lo que no aportan calorías a la dieta. La soja también forma parte del sushi. Esta planta leguminosa se asocia con la mejora de los síntomas de la menopausia y con la disminución del riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y osteoporosis. La globalización de la comida japonesa y su elevación casi a la categoría de 'icono pop' ha llevado a que se pueda disfrutar de sus platos en todo el planeta.

POSTRES

MOCHI	3,95€
(fresa, té verde, vainilla, chocolate, arándano)	
DORAYAKI	3,95€
(chocolate, té verde, judía roja)	
BOLSITA DE 9 TRUFAS	7,95€
(té verde, sake, cava)	
BROWNIE	3,25€
HELADO DE TÉ VERDE	4,50€
MACARON	4,95€



APERITIVOS



058-EDAMAME - 4,00€



063-GYOZA DE LANGOSTINO - 5,50€



064-GYOZA DE POLLO - 5,50€

PRIMEROS PLATOS



057-SOPA DE MISO
3,50€



076-SOPA DE KIMUCHI
4,50€



062-ARROZ AVINAGRADO/BLANCO
2,00€



059-ENSALADA DE ALGAS
4,00€



060-ENSALADA DE LA CASA
4,50€



061-TRIÁNGULO DE ARROZ
3,20€



065-YAKISOBA
4,50€

TIENDA



SOJA KIKKOMAN (botella 150ml)	4,50€
SOJA KIKKOMAN -43% sal (botella 150ml).....	4,50€
TUBO WASABI (45 gr).....	3,25€
WASABI GREEN PEAS (100 gr).....	4,95€
(guisantes recubiertos de wasabi)	

BEBIDAS

REFRESCOS	1,75€
AGUA 0,5L	1,50€
NESTEA	1,95€
RED BULL	2,25€
CERVEZAS ESPAÑOLAS	
ESTRELLA	1,95€
VOLLDAMM	1,95€
FREEDAMM	1,95€
DAMMLEMON	1,95€
BEBIDAS JAPONESAS	
GASEOSA JAPONESA	3,20€
TE VERDE FRIO	3,00€
SAKE	
SAKE OZEKI 300ml	7,90€
SAKE OZEKI 700ml	17,00€
CERVEZAS JAPONESAS	
BOTELLA SPORRO 330ml	
ASAHI 330ml	2,60€
KIRIN 330ml	2,60€
LATA DE SOPORRO 650ml	5,00€



SUSHI
CHEF

RESTAURANTES DE COMIDA JAPONESA

NUESTRA CARTA

MAKI

6 UNIDADES

001-MAKI SALMÓN	4,90€
002-MAKI ATÚN	5,90€
003-MAKI LANGOSTINO	5,90€
004-MAKI AGUACATE	4,80€
005-MAKI ANGIULA	7,20€
006-MAKI PEPINO	4,80€
007-MAKI CANGREJO (Carne de Muslo)	7,00€
008-MAKI TAMACO (Tortilla Japonesa)	4,90€
009-MAKI NABO	4,90€

CALIFORNIA MAKI 6 UNIDADES

009A-TEMPURA DE LANGOSTINO Aguacate, tempura de langostino y sésamo.. ROLL	9,80€
010-CALIFORNIA MAKI SALMÓN Aguacate, salmón y sésamo	7,80€
011-CALIFORNIA MAKI ATÚN Aguacate, atún y sésamo	8,90€
012-CALIFORNIA MAKI CANGREJO Y QUESO Aguacate, cangrejo, queso y sésamo	9,50€
013-CALIFORNIA MAKI SALMÓN Y QUESO Aguacate, salmón, queso i sésamo	9,80€
014-SPICY ROLL SALMÓN Aguacate, salmón y mayonesa picante	7,80€
015-SPICY ROLL ATÚN Aguacate, atún y mayonesa picante	8,90€
016-SPICY ROLL LANGOSTINO Aguacate, langostino y mayonesa picante	9,50€
017-CALIFORNIA ROLL VEGETAL Aguacate, cangrejo, pepino y sésamo	7,80€
018-VEGGI ROLL Lechuga, langostino y roe	9,50€
018A-CALIFORNIA ROLL POLLO REBOZADO Lechuga, pollo rebozado y sésamo ... ROLL	8,90€

FUTOMAKI

6 UNIDADES

019-FUTOMAKI VEGETAL Aguacate, pepino, zanahoria o pimiento rojo, cangrejo y nabo	11,50€
019A-FUTOMAKI TEMPURA SOFT SHELL CRAB Aguacate, pepino y tempura de cangrejo de cáscara blanda	ROLL 16,90€
020-FUTOMAKI SALMÓN Aguacate, salmón y roe	11,50€
021-FUTOMAKI ATÚN Aguacate, atún y roe	13,50€
022-FUTOMAKI CANGREJO Y QUESO Cangrejo, queso y mango	13,50€
023-FUTOMAKI CANGREJO CARNE DE MUSLO Aguacate y carne de muslo de cangrejo...	13,80€
024-SPRING ROLL SALMÓN Aguacate, salmón, lechuga, menta y cilantro	7,80€
024A-SPRING ROLL ATÚN Aguacate, atún, lechuga, menta y cilantro	8,90€

MAKI DE FRUTA

6 UNIDADES

025-MAKI CHOCOLATE Y MANGO Arroz, cacao y mango	5,50€
026-MAKI CHOCOLATE Y PIÑA Arroz, cacao y piña	5,50€
027-MAKI CHOCOLATE Y PLÁTANO Arroz, cacao y plátano	5,50€

GUNKAN

1 UNIDAD

029-ANGUILA CON PEPINO Anguila, pepino, salsa de anguila y sésamo	3,20€
030-IKURA (HUEVAS DE SALMÓN)	3,20€
031-WASABI TOBIKKO Huevas de pez volador con wasabi	3,20€
032-TOBIKKO Huevas de pez volador	3,20€
033-CANGREJO CON MAYONESA Carne de muslo de cangrejo con mayonesa	3,20€
034-SALMÓN, MAÍZ CON MAYONESA	3,20€

TEMAKI

1 UNIDAD

035-TEMAKI SALMÓN Aguacate, salmón y sésamo	5,20€
036-TEMAKI ATÚN Aguacate, atún y sésamo	6,20€
037-TEMAKI LANGOSTINO Aguacate, langostino y sésamo	5,50€
038-TEMAKI ANGIULA Aguacate, anguila y sésamo	6,50€
039-TEMAKI VEGGI Espárragos, tortilla, lechuga y pepino	6,20€

NIGIRI

6 UNIDADES

040-NIGIRI SALMÓN	7,90€
041-NIGIRI ATÚN	11,90€
042-NIGIRI LANGOSTINO	11,90€
043-NIGIRI ANGIULA	12,80€
044-NIGIRI DORADA	9,50€
045-NIGIRI VIEIRA DEL NORTE	11,90€
046-NIGIRI TAMACO	5,50€
047-INARI SUSHI - 2 unidades	2,60€

DRAGÓN ROLL

048-CRUNCH CALI ROLL CON CANGREJO Aguacate, pepino, cangrejo con cebolla crujiente	ROLL 7,20€
048A-CRUNCH CALI ROLL CON SALMÓN Aguacate, pepino, salmón con cebolla crujiente	ROLL 8,20€
049-AVOCADO ROLL Aguacate, pepino y cangrejo	ROLL 6,60€
050-DRAGON ROLL SALMÓN Aguacate, pepino y salmón	ROLL 9,90€
051-DRAGON ROLL ATÚN Aguacate, pepino y atún	ROLL 10,90€
052-DRAGON ROLL LANGOSTINO Aguacate, pepino y langostino	ROLL 10,90€
053-RAINBOW ROLL Aguacate, pepino, salmón, atún, langostino y cangrejo	ROLL 9,90€

SASHIMI

054-SASHIMI SALMÓN	
3 unidades	5,00€
6 unidades	9,00€
9 unidades	13,00€
055-SASHIMI ATÚN	
3 unidades	6,00€
6 unidades	10,00€
9 unidades	15,00€
056-SASHIMI DORADA	
3 unidades	5,50€
6 unidades	9,50€
9 unidades	14,50€
056A-SASHIMI VIEIRA DEL NORTE	
3 unidades	6,00€
6 unidades	10,00€
9 unidades	15,00€
071-SASHIMI VARIADO	22,00€

NUEVA COCINA

073-TERIYAKI DE POLLO	6,80€
075-TARTA DE SALMÓN Y ATÚN Salmón, atún, aguacate, arroz, salsa anguila, cebollino y piñones	12,90€

MAKI VARIADO

MAKI VARIADO 1	14,50€
6 California Maki Salmón	
6 Maki Salmón	
6 Spring Roll Salmón	

MAKI VARIADO 2	14,50€
6 Maki Salmón	
6 Maki Atún	
6 Spicy Roll Salmón	

MAKI VARIADO 3	9,90€
4 Maki Salmón - 4 Maki Aguacate - 4 Maki Atún	

MENÚS

MENÚ 1 - (1 persona)	12,90€
6 Nigiri Salmón / 6 California Maki Salmón	

MENÚ 2 - (1 persona)	16,50€
2 Nigiri Salmón / 2 Nigiri Atún	
2 Nigiri Langostino / 2 Nigiri Dorada	
1 Nigiri Tamaco / 1 Inari Sushi	

MENÚ 3 - (1 persona)	16,50€
2 Nigiri Salmón / 2 Nigiri Atún	
1 Nigiri Langostino / 1 Nigiri Dorada	
2 California Maki Salmón / 2 Maki Salmón	
2 Maki Atún	

MENÚ 4 - (2 personas)	19,50€
2 Nigiri Salmón / 2 Nigiri Atún	
2 Nigiri Langostino / 2 Nigiri Dorada	
2 California Maki Salmón / 2 Maki Salmón	
2 Maki Atún / 2 Maki Langostino	

MENÚ 5 - (2 personas)	18,50€
1 Nigiri Salmón / 1 Nigiri Atún	
1 Nigiri Langostino / 4 Maki Salmón	
4 Maki Atún / 6 Spicy Roll Salmón	

MENÚ 5A - (3 personas)	32,50€
3 Nigiri Salmón / 3 Nigiri Langostino	
3 Nigiri Atún / 3 Sashimi Salmón	
3 Sashimi Atún / 6 Spicy Roll Salmón	

MENÚ 6 - (4 personas)	42,50€
6 Nigiri Salmón / 3 Nigiri Atún	
3 Nigiri Dorada / 4 Sashimi Atún	
6 California Maki Salmón / 6 Maki Salmón	
6 Maki Atún / 4 Sashimi Salmón	
2 Gunkan, Huevas de Salmón	

MENÚ 7 - (5 personas)	62,80€
8 Nigiri Salmón / 6 Nigiri Atún	
6 Nigiri Dorada / 4 Nigiri Langostino	
6 Springs Rolls Salmón / 6 Maki Salmón	
6 Maki Atún / 6 Maki Aguacate	
6 California Maki Salmón / 6 Spicy Roll Salmón	