



EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

COMIDA / CENA

lunes a domingo
De 13:30h a 16:00h
y de 20:00h a 00:00h

LUNCH / DINNER

Monday to Sunday
From 1:30pm to 4:30pm
and from 8:00pm to 12:00pm

Descarga la carta en tu móvil



www.tranco.es

Si usted es alérgico o intolerante a cualquier tipo de alimento,
por favor, notifíquelo.

If you're allergic or intolerant to any kind of food,
please notify us immediately.

ESP

EL TRANCO es un restaurante de comida típica de la Sierra de Segura. Todos los platos están diseñados pensando no sólo en el mero placer gastronómico, sino también en su valor nutricional.

Pocas dudas existen hoy en día respecto a la correlación entre una alimentación sana y un estado de salud óptimo. Una buena proteína serrana, sumada a las hortalizas y frutas extraídas de la zona serán el mejor complemento de tu dieta.

Queremos alimentarte mejor para que tú seas como nuestros lugareños y logres vivir más años con una salud de hierro.

Todos los platos de esta carta están marcados con alguno de los **14 alérgenos** si los contienen.



GLUTEN



LÁCTEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



GRANOS DE SÉSAMO



CRUSTÁCEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



ALTRAMUCES



MOSTAZA



SOJA



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



APIO



MOLUSCOS



Este establecimiento no puede garantizar por completo la ausencia de gluten en los siguientes productos: **bacalao gratinado y ciervo en salsa de aromáticas.**

EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

Si usted es alérgico o intolerante a cualquier tipo de alimento, por favor, notifíquelo.

PARA PICAR Y ENTRANTES

  **Salmorejo** | 9€
salmorejo + cecina de ciervo
+ pistachos + brotes

Gazpacho andaluz | 7€
gazpacho andaluz + guarnición de la
huerta

  **Sandía a la parrilla** | 14€
 sandía a la parrilla + queso de cabra +
rúcula + frutos secos + mermelada +

 **Parrillada de verduras** | 14€
parrillada de verduras según mercado
y temporada

  **Risotto** | 11,5€
 setas + boletus + lascas de atún
+ espárragos verdes + parmesano

  **Sopa o crema del día** | 7€
 verduras de temporada

  **Paté de perdiz** | 12€
  paté de perdiz + fruta de temporada +
mermelada + frutos secos + AOVE

  **Carpaccio de vaca** | 14€
solomillo de vaca + tomate seco rúcula
+ parmesano + AOVE + vinagreta

  **Galianos segureños** | 12€
tortas galianeras + pollo + conejo + frutos secos
+ ajo + tomate + pimienta verde + AOVE

 **Ajopringue** | 10€
hígado de cerdo + pan + especias
+ AOVE

  **Carpaccio de gamo** | 14€
 solomillo de gamo + pistachos
+ parmesano + rúcula + AOVE

Lomo de orza | 12€
150 gr aprox. de lomo de orza

Tabla de orza | 14€
150gr aprox. de chorizo de ciervo + chorizo
de jabalí + lomo de ciervo + ajoatao

  **Tabla de quesos** | 15€
200gr aprox. de quesos variados
+ variedad de mermeladas + pan tostado

Jamón ibérico | 18€
200 gr aprox. de jamón ibérico de
cebo + pan con tomate

 **Huevos de corral con
boletus** | 12€
boletus + huevo + jamón frito
+ boletus



GLUTEN



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



HUEVOS



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



APIO



PESCADO

EL TRANCO

—• COCINA SERRANA •—

10% IVA incluido

ENSALADAS

¡De la huerta a la mesa!



Tomate negro sureño aliñado | 13€

tomate negro sureño aliñado + caballa + orégano + comino + ajo + AOVE



Pipirrana | 11€

tomate + melva + pimiento + ajo + cebolla + comino + AOVE



Ensalada con pimientos asados y sardinas | 14€



pimiento rojo + sardina + frutos secos + fruta de temporada + tomate



Ensalada de queso de cabra | 12€



tomate + queso de cabra + hojas verdes + frutos secos + crujiente de jamón + fruta de temporada



Ensalada Montemar | 15€

faisán escabechado + pimiento asado + bacalao ahumado + naranja + rabanitos + frutos secos



Ensalada de fruta fresca | 16€



fruta fresca según mercado y temporada + tomate + queso de oveja + miel + pasas + frutos secos



Ensalada de aguacate y tomate | 13€

aguacate + tomate + orégano + AOVE + polvo de pistacho



Milhojas de tomate con queso de cabra | 15€



tomate + pepino + paté de perdiz + mermelada + queso de cabra + frutos secos



GLUTEN



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



E-X
DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



PESCADO

EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

10% IVA incluido

ESPECIALIDADES DEL TRANCO

 **Trucha de la Sierra de Segura a la brasa** | 15€

250 gr aprox. trucha fresca de la Sierra de Segura braseada + jamón serrano + guarnición del día

  **Tataki de atún** | 15€

150 gr aprox. de atún rojo + sésamo + guarnición del día + dulce de cebolla

  **Tartar de atún** | 16€

tartar de atún + aguacate + cebolla morada + sésamo + brotes + guarnición del día

  **Bacalao gratinado** | 15,5€

180 gr de bacalao gratinado + crujiente de jamón + pisto + ali-oli

  **Hamburguesa casera de ternera** | 12€

hamburguesa casera de ternera + tomate + rúcula + queso + bacon + huevo + patatas fritas

 **Mollejas de cordero** | 14€

350 gr aprox. de mollejas de cordero salteadas en su propio jugo

Ciervo en salsa de aromáticas | 16€

400 gr aprox. de ciervo en salsa de aromáticas

Choto al ajillo | 18€

400 gr aprox. de choto + ajo + romero + pimiento + cebolla

 **Andrajos serranos** | 10,5€

masa de harina + conejo + pollo + pimiento seco + morcilla + hierbabuena

 **Papas a lo pobre** | 11€

patatas + cebolla + huevo + pimientos

 **Chorizos de monte** | 14€

chorizos de ciervo + huevos de corral + pimiento frito + ajoatao



GLUTEN



LÁCTEOS



SOJA



HUEVOS



E-X
DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



PESCADO



GRANOS
DE SÉSAMO

EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

10% IVA incluido

AL HORNO DE CARBÓN

Chuletón de vaca gallega | 46€

1 kg aprox. de chuletón de vaca gallega + guarnición del día

Chuletilas de cordero segureño | 16€

5 chuletilas de cordero segureño + guarnición del día

Entrecot de vaca gallega | 18€

300 gr aprox. de entrecot de vaca gallega + guarnición del día

Secreto ibérico | 16€

300 gr aprox. de secreto ibérico + guarnición del día

Pluma ibérica | 18€

300 gr aprox. de pluma ibérica + guarnición del día

Solomillo de vaca gallega | 20€

200 gr aprox. de solomillo de vaca gallega + guarnición del día

Chuleta de vaca gallega | 23€

500 gr aprox. de chuleta de vaca gallega + guarnición del día

Paletilla de cordero segureño | 19,5€

500 gr aprox. de paletilla de cordero segureño + guarnición del día



Costillar de cerdo ibérico | 19€

400 gr aprox. de costillar de cerdo ibérico + guarnición del día + salsa miel y mostaza

Chuleta de ciervo | 25€ (300 gr aprox. + guarnición del día)

Muslo de pollo a la parrilla | 12€

200 gr aprox. de muslo de pollo + guarnición del día

Pulpo a la parrilla | 20€

200 gr aprox. de pulpo a la parrilla + guarnición del día



LÁCTEOS



MOSTAZA

Salsas

pimienta  | sweet chili | roquefort  | alioli 

EL TRANCO

—• COCINA SERRANA •—

10% IVA incluido

PARA NIÑOS



Hamburguesa casera de pollo | 6€

hamburguesa casera de pollo + verduras de la huerta + patatas fritas



Filetes de pechuga de pollo a la brasa o empanada | 8€

filetes de pechuga de pollo a la brasa/ empanada + patatas fritas



Pasta del día carbonara / boloñesa | 7€

pasta + nata + cebolla + bacon / pasta + tomate + carne picada



Pizza Margherita | 9€

tomate segureño + mozzarella + orégano



Pizza barbacoa | 11€

tomate + mozzarella + cebolla + carne picada + BBQ



Pizza Piolín | 11€

tomate + mozzarella + jamón york



Pizza carbonara | 11€

nata + mozzarella + cebolla + champiñón + bacon

* Si es empanada contiene gluten



GLUTEN



LÁCTEOS

EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

10% IVA incluido

AGUAS

Agua 0,5l | 1€

Agua con gas | 2€

Agua 1,5l | 1,5€

Agua 1l cristal | 2,5€

CERVEZAS

ARTESANALES

El Alcázar | 3€

1925 | 3€

1906 | 3€

El Águila (sin filtrar) | 3€

PREMIUM

Alhambra especial | 2,5€

Alhambra 1925 | 3€

Heiniken | 2,8€

Cruzcampo especial | 2,5€

SIN GLUTEN

Cruzcampo sin gluten | 3€

SIN ALCOHOL

Mahou tostada sin | 2,5€

Heiniken 0,0 | 2,5€

OTROS

Tinto de verano XL | 3€

Vermut | 3€

Jarra de sangría | 12€

Jarra de rebujito | 10€

EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

10% IVA incluido

CAFÉS

Confiamos en Cafés Sierra de Segura por su selección de los mejores granos de café arábica

Si no tomas leche de vaca, también tenemos bebidas vegetales. ¡Pide la que más te guste!

Combina el café con tu bebida vegetal preferida



café solo



leche de vaca



leche sin lactosa



leche de almendras



leche de soja



leche de coco

Expresso o Americano	1,3€	---	---	---	---	---
Cortado	---	1,4€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€
Café con leche	---	1,5€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€
Capuccino	---	2€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€
Latte macchiato	---	2,2€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€	+ 0,20€

Café bombón | 1,5€
café + leche condensada

Carajillo | 1,8€
café + coñac/anís/baileys/whisky

INFUSIONES Y TÉS

Confiamos en Stevia del Condado, otra compañía de la provincia de Jaén, por su cuidada selección de tés e infusiones, todos ecológicos y certificados



* **Menta poleo silvestre** | 1,9€
con sello de calidad de P.N. de Andalucía

Hoja de olivo con sauco y vainilla | 1,8€

Manzanilla | 1,8€

Té blanco frutal | 1,8€

Té verde con menta | 1,8€

Moringa con melocotón | 1,8€

Té pakistaní | 1,8€

Frutas del bosque con fresa | 1,8€

Rooibos | 1,8€
manzana + mora

Tomate y Tomillo | 1,8€
tomate + tomillo + pimienta negra + albahaca + tulsí



EL TRANCO

• COCINA SERRANA •

10% IVA incluido