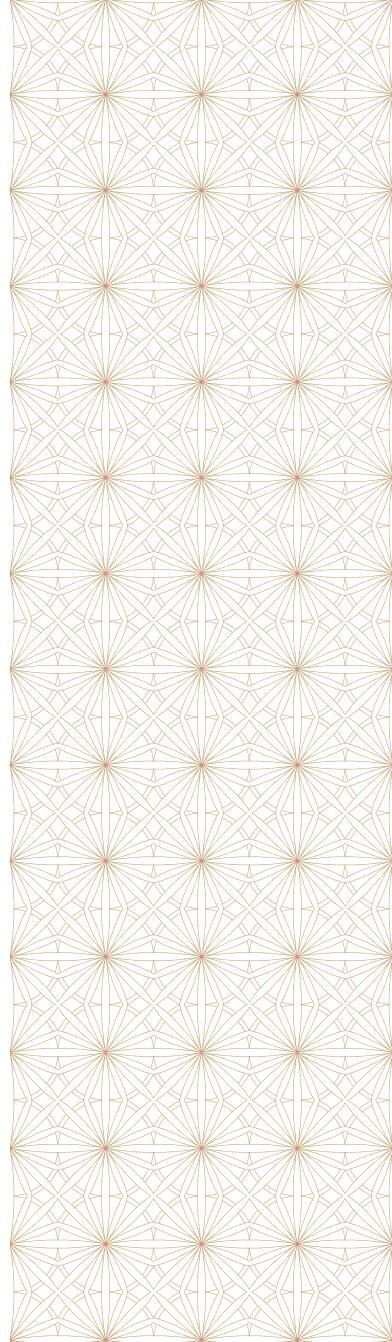


*english*



*Cookery is naturally  
the most ancient of the arts,  
as of all arts it is the most  
important!*

George Ellwanger, "Pleasures of the Table" (1902)

FLOW DINE  
& WINE

## S T A R T E R S



### THE SOUP / 18

#### BEEF TARTAR / 26

with mustard ice cream pickled lemon

#### RED MULLET / 26

"riganada", fermented tomato and smoked "taramosalata"

#### CARPACCIO / 24

fish of the day, grapes, green peas, marinated cucumber and verjus

#### CUTTLEFISH / 22

spinach, fennel, XO sauce and ink

#### SHRIMP PASTA / 26

roasted red pepper butter, cherries, dried olives

#### RISOTTO / 18

acquerello, eggplant, tomato, bitter almond

#### MELON SALAD / 19

seasonal greens, melitino vinaigrette and cured pork

#### TOMATO SALAD / 18

with grilled and raw cherry tomatoes pretza cheese from Zante,  
sun-dried tomato pesto sorbet and watermelon

vegetarian choices vegan choices gluten free choices



## M A I N S



### **WHITE GROPER** / 48

fillet with caramelized celery root pure,  
Zante onions pure, hazelnut and lemon aroma

### **FISH OF THE DAY** / 45

fillet, zucchini textures, smoked mussels beurre blanc  
and rock samphire tempura

### **LOBSTER** / 58

apricot, pistachio, green curry,  
local prosciutto and lemon balm

### **LAMB** / 36

cooked two ways, artichoke, "avgolemono" sauce,  
apple geranium and salicorn

### **HANGING TENDER** / 38

truffle flavored potato puree  
and avgoustiatis wine sauce

### **ROOSTER** / 32

with porcini puree, "pastitsio" dolce  
and rooster jus with spices

### **POTATO** / 24

cooked "giahni", onions with miso,  
kefir cream and zucchini

vegetarian choices vegan choices gluten free choices



## D E S S E R T S



### **CYLINDER** / 18

with bitter chocolate, salty caramel  
and Madagascar vanilla ice cream

### **“FRIGANIA” FROM ZANTE** / 17

with cinnamon ice cream

### **BABA** / 16

pistachio, peach and rosemary

### **PINEAPPLE** / 15

with coriander and vegan coconut sorbet



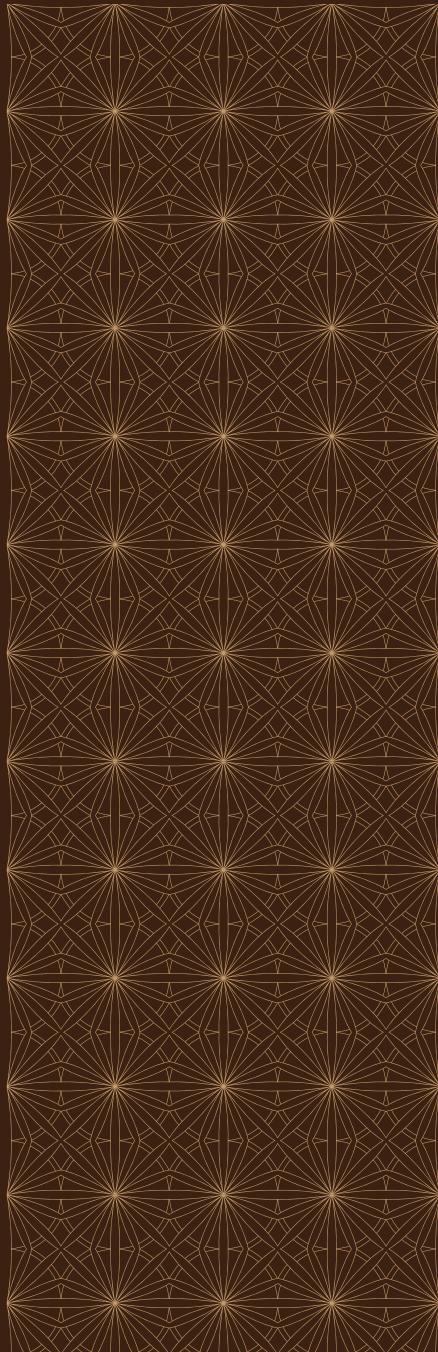
vegetarian choices | vegan choices | gluten free choices

Please refer to our staff  
for more vegan or vegetarian options,  
and in case of any allergies or dietary restrictions.

All prices are in euros. Service and taxes are included.  
The establishment is obliged to have a printed form available in a special location near the exit,  
for the registration of any complaints.  
Market inspector officer: Georgios Xenos.



**FLOW**  
**VEGAN**  
**MENU**  
**120€**



# VEGAN M E N U



## F I R S T   C O U R S E S

### **SOUP OF THE DAY**

#### **BEETROOT TARTAR**

with horseradish and pickled lemon

#### **MELON SALAD**

seasonal greens, melitino vinaigrette and caramelized walnuts

#### **TOMATO SALAD**

with grilled and raw cherry tomatoes,  
sun-dried tomato pesto sorbet and watermelon

## M A I N   C O U R S E S

### **CELERY ROOT**

grilled with caramelized celery root pure,  
zante onions pure and hazelnut and lemon aroma

### **ZUCCHINI**

zucchini textures, herb crumble and jus with marjoram

### **POTATO**

cooked "giahni", onions with miso and zucchini

### **RISOTTO**

acquerello, eggplant, tomato, bitter almond

## D E S S E R T S

### **PINEAPPLE**

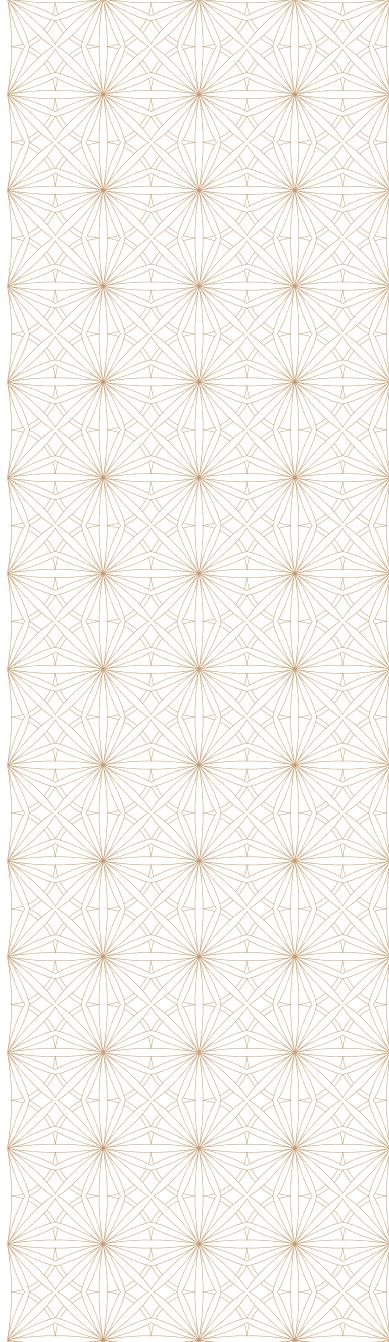
with coriander and vegan coconut sorbet

### **MELON**

carpaccio with lime and strawberry sorbet



*greek*



*Cookery is naturally  
the most ancient of the arts,  
as of all arts it is the most  
important!*

George Ellwanger, "Pleasures of the Table" (1902)

FLOW DINE  
& WINE

## O P E K T I K A



### Η ΣΟΥΠΑ / 18

#### ΤΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΤΑΡΤΑΡ / 26

με παγωτό μουστάρδα και ντόπια λεμόνια τουρσί

#### ΤΟ ΜΠΑΡΜΠΟΥΝΙ / 26

ριγανάδα, ντομάτα σε ζύμωση και καπνιστή ταραμοσαλάτα

#### ΤΟ CARPACCIO / 24

ψάρι ημέρας, σταφύλι, αρακάς, μαριναρισμένο αγγούρι και αγουρίδα

#### Η ΣΟΥΠΑ / 22

σπανάκι, φινόκιο, ΧΟ μάραθου και μελάνι

#### Η ΓΑΡΙΔΟΜΑΚΑΡΟΝΑΔΑ / 26

βούτυρο ψητής πιπεριάς, κεράσι και αφυδατωμένη ελιά

#### ΤΟ PIZOTO / 18

acquerello, μελιτζάνα, ντομάτα, πικραμύγδαλο

#### ΣΑΛΑΤΑ ΠΕΠΟΝΙ / 19

σαλατικά εποχής, βινεγκρέτ από κρασί μελίτινο  
και χοιρομέρι δικής μας παραγωγής

#### ΣΑΛΑΤΑ NTOMATA / 18

με ψημένα και ωμά ντοματίνια, πρέτζα Ζακύνθου,  
sorbet από πέστο λιαστής ντομάτας και καρπούζι

vegetarian επιλογές | vegan επιλογές | χωρίς γλουτένη επιλογές



## Κ Υ Ρ Ι Α Π Ι Α Τ Α



### Η ΣΦΥΡΙΔΑ / 48

φιλέτο με πουρέ καραμελωμένης σελινόριζας,  
βελούτε από ζακυνθινά νεροκρέμμιδα  
και άρωμα από φουντούκι και λεμόνι

### ΤΟ ΨΑΡΙ ΗΜΕΡΑΣ / 45

φιλέτο, υφές κολοκύθι, beurre blanc  
από καπνιστά μύδια και tempura κρίταμο

### Ο ΑΣΤΑΚΟΣ / 58

βερίκοκο, φιστίκι Αιγίνης, πράσινο κάρυ,  
χοιρομέρι Ζακύνθου και μελισσόχορτο

### ΤΟ ΑΡΝΙ / 36

μαγειρεμένο με δύο τρόπους, αγκινάρα,  
αυγολέμονο, αρμπαρόριζα και salicorn

### ΤΟ ΔΙΑΦΡΑΓΜΑ / 38

με πουρέ πατάτας αρωματισμένο με τρούφα  
και σάλτσα κρασιού Αυγουστιάτη

### Ο ΚΟΚΟΡΑΣ / 32

με πουρέ porcini, παστίτσιο dolce  
και σάλτσα από το ψήσιμό του με μπαχαρικά

### Η ΠΑΤΑΤΑ / 24

μαγειρεμένη γιαχνί, ζακυνθινά κρεμμύδια,  
miso, κρέμα κεφίρ και κολοκύθι

vegetarian επιλογές | vegan επιλογές | χωρίς γλουτένη επιλογές



## Ε Π Ι Δ Ο Ρ Π Ι Α



### Ο ΚΥΛΙΝΔΡΟΣ / 18

από bitter σοκολάτα, αλμυρή καραμέλα  
και παγωτό βανίλια Μαδαγασκάρης

### Η ΖΑΚΥΝΘΙΝΗ ΦΡΥΓΑΝΙΑ / 17

με παγωτό κανέλα

### Ο “ΜΠΑΜΠΑΣ” / 16

με φιστίκι Αιγίνης, ροδάκινο και δεντρολίβανο

### Ο ΑΝΑΝΑΣ / 15

με κόλιανδρο και vegan sorbet καρύδα



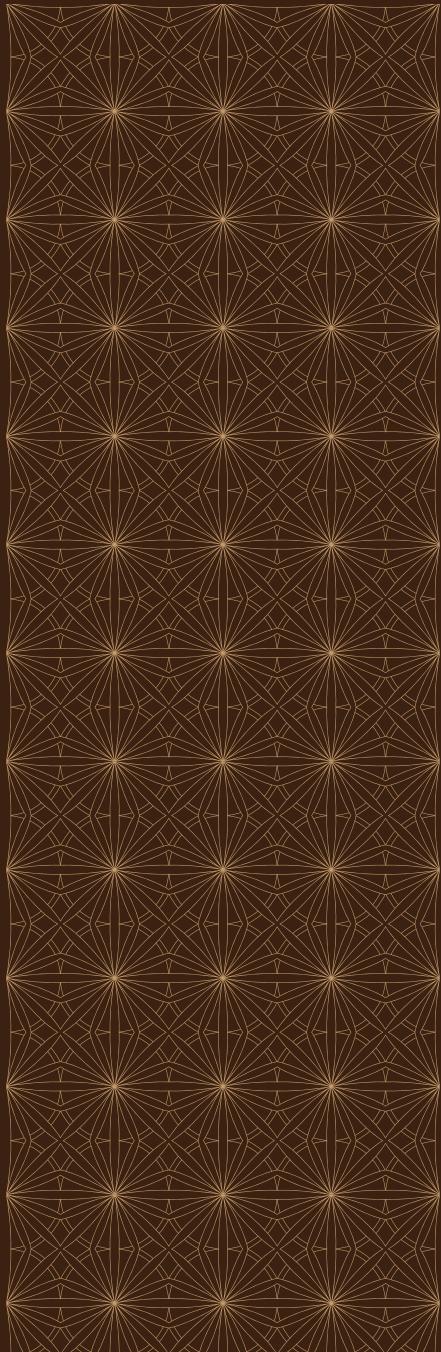
vegetarian επιλογές | vegan επιλογές | χωρίς γλουτένη επιλογές

Παρακαλούμε ρωτήστε το προσωπικό μας  
για περισσότερες vegan ή vegetarian επιλογές.  
Ενημερώστε μας σε περίπτωση αλλεργιών ή διατροφικών περιορισμών.

Οι τιμές είναι σε ευρώ και συμπεριλαμβάνουν όλες τις νόμιμες επιβαρύνσεις.  
Η επιχείρηση είναι υποχρεωμένη να διαθέτει έντυπα δελτία σε ένα ειδικό χώρο κοντά στην έξοδο,  
για την καταγραφή τυχόν παραπόνων.  
Αγορανομικός Υπεύθυνος: Γιώργος Ξένος



**FLOW**  
**VEGAN**  
**MENU**  
**120€**



# VEGAN MENU



## ΠΡΩΤΑ ΠΙΑΤΑ

### ΣΟΥΠΑ ΗΜΕΡΑΣ

#### ΤΟ ΠΑΝΤΖΑΡΙ ΤΑΡΤΑΡ

με αγριοράπανο και ντόπια λεμόνια τουρσί

#### ΣΑΛΑΤΑ ΠΕΠΟΝΙ

σαλατικά εποχής, βινεγκρέτ από κρασί μελίτινο  
και καραμελωμένα καρύδια

#### ΣΑΛΑΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑ

με ψημένα και ωμά ντοματίνια,  
sorbet από πέστο λιαστής ντομάτας και καρπούζι

## ΚΥΡΙΑ ΠΙΑΤΑ

### Η ΣΕΛΙΝΟΡΙΖΑ

ψητή, με πουρέ καραμελωμένης σελινόριζας,  
βελούτε από ζακυνθινά νεροκρέμμυδα και άρωμα από φουντούκι και λεμόνι

#### ΤΟ ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙ

με υφές κολοκυθιού, κράμπλ μυρωδικών  
και jus λαχανικών με μαντζουράνα

#### Η ΠΑΤΑΤΑ

μαγειρεμένη “γιαχνί”, κρεμμύδια με miso και κολοκύθι

#### ΤΟ ΡΙΖΟΤΟ

acquerello, μελιτζάνα, ντομάτα, πικραμύγδαλο

## ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ

### Ο ΑΝΑΝΑΣ

με κόλιανδρο και vegan sorbet καρύδα

#### ΤΟ ΠΕΠΟΝΙ

καρπάτσιο με άρωμα μοσχολέμονο και σορμπέ φράουλα

