



Welcome to Sos Nidos

THE CENTENARIAN'S OF THE BLUE ZONE MENU

Starters

Selection of Cured Meats from Oliena
Variety of Cheeses from Barbagia
Homemade Marinated Vegetables

First Course

Salty Cheese "Frughe" Typical Soup
Green Lasagna with Zucchini and Thyme

Main Course & Side

Beef with Nepente's Sauce
Our Farmer's Potatoes

Dessert

Wild Fennel Ice cream



Benvenuti a Sos Nidos

IL NOSTRO MENÙ DEI CENTENARI

Antipasti

Selezione di Salumi di Oliena
Formaggi del Territorio
I nostri Sottoli Fatti in Casa

Primi

Minestra di Frughe con Patate
Sfogliata Verde con Zucchine e Timo

Secondo & Contorno

Brasato di Manzo al Nepente
Patate all'Olianese

Dessert

Gelato al Finocchietto Selvatico