



La Tizna

Sevilla



BIENVENIDOS

La Tizná, es nuestra particular casa de comidas andaluza, una apuesta por la tierra, los productos y las personas de este rinconcito al sur de España.

Seleccionamos a personas que con su buen hacer nos suministren productos frescos, orgánicos y de temporada, que generen un impacto positivo en su entorno y trabajen con la filosofía de sembrar modelos de producción más sostenibles.

Con estos alimentos os ofrecemos una carta basada en la honestidad, un recetario transmitido de nuestras abuelas cocinado con cariño y puesto en el plato como si estuvieran vestidos de domingo, guapos y repeinaos listos para una foto de familia.

Deseamos que en nuestra casa te sientas como en la tuya, así que si lo necesitas nos pides la bata y las babuchas.





Sevilla

Sevilla



cocina "non stop"

APERITIVOS

Vermú	3,90
Palo cortado venenciado	4,50
Copa de manzanilla	3,70
Copa de ancestral	5,50
Aperol spritz	7,80
Tinto de verano	3,30
Rebujito Sevillano	3,90
Sangría jarra 750 ml	16,00

MOKTAILS. NO ALCOHOL

LIMONADA	4,50
Zumo de limones ecológicos con hierbabuena	

NARANJADA	4,50
Zumo de naranja ecológica, sirope de jengibre, miel y soda	

FIZZ DE LAVANDA	6,50
Arándanos, rosas, jalea de lavanda, rosas, limón y soda.	

FIZZ KIWI & PEPINO	6,50
Zumo de pepino, kiwi, sirope de jengibre, limón y soda	

CÓCTELES

SUR GINGER SOUR	7,80
Whisky, sirope de jengibre y miel, limón y crema	

ANDALUSIAN	7,80
Jerez, agua de rosas, granizado de fresas y Sprite	

TAPEO

OSTRAS ud	4,50
de acuicultura sostenible en el estero milenario Parque Natural de la Bahía de Cádiz	

BLINIS CAVIAR 15 gr	36,00
ecológico y local, variedad Naccarii origen Riofrío. Granada servido con blinis caseros SG SL	

JAMÓN IBÉRICO	18,00
cortado a cuchillo sobre regañá andaluza 50 gr	

QUESO ARTESANO	15,00
ecológico semicurado de Cabra de raza Payoya 60 gr. El Gazul	

PAN ARTESANO UD

Mollete trigo boleado a mano	3,50
Barra de doble fermentación	4,50

PAN SIN GLUTEN

Picos sin gluten ud	1,50
Mollete sin gluten ud	4,50



CASA DE COMIDA SOSTENIBLE

MIMOSA DE SALMÓN 2 ud

4,90 | 9,80

Huevos rossé rellenos de salmón ahumado, tártara de mostaza, cebolla roja encurtida y alcaparras

EMPANADILLA VAGA

12,00

Mormo de atún rojo de almadraba de Petaca chico guisado en tomate con verduritas bajo crujiente masa fina de empanadilla.

ENSALADILLA DE LA DOLORES

6,50 | 12,00

Tradicional con mayonesa casera de huevos ecológicos, patatas de Sanlúcar, pimientos asados en casa, zanahorias encominás y melva canutera.

ENSALADA ECOLÓGICA

14,50

Ensalada fresca y completa compuesta por hortalizas ecológicas de temporada crudas y aliñadas con proteínas seleccionadas. Hoy tenemos

VERDURAS ECOLÓGICAS DE TEMPORADA

16,00

Verduras de temporada del huerto a tu mesa, cosechadas en su punto y cocinadas con cariño. Pregunte qué han cosechado hoy.





HOY VOY A COMER BIEN

GUISO DEL DÍA 18,00

Olla tradicional Andaluza de verduras y legumbres ecológicas cocinada a fuego lento.

HUEVOS ROTOS ECOLÓGICOS 18,00

De gallinas criadas en libertad, patatas a lo pobre de Sanlúcar, pochado de cebollas dulces, jamón ibérico y tartuffata

POLLO ANDALUSÍ 20,00

Pechuga de pollo local del Viso del Alcor, cocinada a baja temperatura con ajo y jengibre, quinoa salteada a la canela, dátiles, salsa de rass el hanout y crujiente lámina de pastela

ARROZ CAMPERO DE DOÑANA 26,00

Arroz redondo de las marismas de Isla Mayor, guisado con sofrito, pollo de campo y cerdo ibérico de la sierra de Huelva criado en libertad con verduras ecológicas de temporada

MOGOTE IBÉRICO 22,00

Pieza de cabeza y presa de cerdo ibérico de la sierra de Huelva criada en montanera, asado en su jugo con berenjenas en salsa de vino dulce Abuelo Rafael y jengibre





COMBINADOS

GINEBRA

Roku	9,00
Monkey 47	13,00
Nordes	9,50
Hendrick's	9,00
500 Noches	10,00
Puerto de Indias	9,00

WHISKY

Jack D. Gentleman	10,00
Etiqueta negra	9,50
Glenfiddich 12	11,00
Macallan 12	15,00

VODKA

Greygoose	11,00
Absolut	9,00
Belvedere	13,50

RON

Barceló Imperial	10,00
Heredero	12,00
Diplomático res. 12	11,50
Habana sel Maestros	12,00
Zacapa 23	14,00

LICOR

Brandy S.G.R ed. Dalí	12,50
Orujo/Pacharán/Anís	5,00
Licor limones verdes	5,00
Bayleis/l. Mostachones	5,00
Tequila reposado	7,50

TARTAS Y POSTRES

FRUTA ECOLÓGICA	5,50
plato de fruta preparada	

CHÍA REPOSADA	5,50
arándanos, kiwi y coco SG SL	

PAN PERDIDO	6,50
torrija de leche, crema y frutos rojos	

FLAN CREMOSO	6,50
de huevos ecológicos, receta ancestral de mi abuela, servido con crema y arándanos SG SL	

TARTA DE CHOCOLATE	6,50
negro 70 % con cobertura ganache SG	

TARTA DE QUESO	7,50
al horno SG	

**Sin gluten (SG) Sin Lactosa (SL)*

CAFÉS ECOLÓGICOS

Sólo, leche, manchado	1,80
Capuchino o mokka	3,00
Opera: vainilla & caramelo	3,50

INFUSIONES

Tisana de hierbas & tés	1,80
Chai latte	2,80
Matcha latte	3,50



PROVEEDORES

Con el fin de que el esfuerzo de quienes trabajan la tierra, cultivan y crían productos frescos, saludables y sostenibles para nosotros sea reconocido, les brindamos su espacio y compartimos sus contactos. Agradecemos a todos por contribuir a la siembra de un mundo mejor.

DOMI VELEZ. OBRADOR
C. Suecia, 24, 41740. Lebrija, Sevilla
691 68 78 79. info@domivelezbakery.com

MASA BAMBINI.
OBRADOR DE FIDEL PERNÍA
C. Huelva, local 6-A, 41004 Sevilla
954.906.477

ANTOJO DEL SUR.
ALMAZARA ECOLÓGICA
Ctra. El Saucejo-Osuna, Km. 17, 41560 El
Saucejo. Sevilla. 955143038
juanpr@antojodelsur.com

CAMPOALCOR.
HUEVOS ECOLÓGICOS
41520 El Viso del Alcor, Sevilla. 615540954
campoalcor@hotmail.com

DIETA ECOLÓGICA.
HUERTA CESÁREO
C. Vereda de Alcaudete s/n., 41520 Viso
del Alcor. Sevilla. 687 56 39 79.
ventas@dietaecologica.com

MÁS QUE LECHUGAS.HUERTO
ECOLÓGICO
C. Butrón, 7. 41003 Sevilla. 954532578
cestasecologicas@masquelechugas.com

RADIKAL LAB. SETAS ECOLÓGICAS
Calle Horizonte, 7, C-2 NAVE 11, 41927
Mairena del Aljarafe, Sevilla .681 92 75 09
hola@radikalzlab.com

EL CERCADO DE LA ERA.
VACUNO ECOLÓGICO
C. Trabajadores, 28. 41907 Valencina de la
Concepción, Sevilla. 685 26 04 52
info@agroartillo.bio

CAMPOS CARNES ECOLÓGICAS
Av. el Aljarafe, 29, 41840 Pilas, Sevilla
955 75 25 21
consultas@camposcarneecologica.com

CAVIAR DE RIOFRÍO ECOLÓGICO.
Av. del Río, 8, 18313 Riofrío, Granada
958 32 26 21.
info.caviarderiofrio@osborne.es

ACUICULTURA LEVANTE Y AGUA.
OSTRAS DE CULTIVO SOSTENIBLE
C. Santo Domingo, 11510 Salinas, Cádiz
679 70 41 01
levanteyagua@gmail.com

PETACA CHICO. ALMADRABA
Poligono industrial La Lobita, s/n, 11140
Conil de la Frontera, Cádiz
956 44 26 90. info@petacachico.com

BIOLES. LEGUMBRES ECOLÓGICAS
C. Enmedio, 8, 29530 Alameda, Málaga
952 71 01 99. bioles@ahimsav.com

RANCHO CORTESANO.
MIEL ECOLOGICA
Desviación el Torno, CA-3111, Km 2, 11593
Jerez de la Frontera, Cádiz. 956 23 75 28
info@ranchocortesano.com



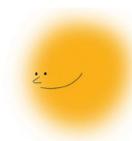
WELCOME

La Tizná is our own Andalusian restaurant, a commitment to the land, products and people of this little corner of southern Spain.

We select people who, with their good work, supply us with fresh, organic and seasonal products, which generate a positive impact on their environment and work with the philosophy of sowing more sustainable production models.

With these foods we offer you a menu based on honesty, a recipe book passed down from our grandmothers, cooked with love and served on the plate as if they were dressed for Sunday, handsome and combed, ready for a family photo.

We want you to feel at home in our house, so if you need it, we will lend you slippers.



SOLETE
Guía Repsol





non stop cooking

APPETIZERS

Vermú	3,90
Palo cortado venenciado	4,50
Glass of manzanilla	3,50
Glass of ancestral	5,50
Aperol spritz	7,80
Tinto de verano	3,30
Sevillian Rebutito	3,90
Sangría jar 750 ml	16,00

MOKTAILS NON ALCOHOL

LIMONADE	4,50
Homemade with organic lemons and mint	

NARANJADA MOCK	4,50
Organic orange juice, ginger syrup, honey, and soda	

LAVENDER FIZZ	6,50
Blueberries, roses, lavender jelly, roses, lemon, and soda.	

KIWI & CUCUMBER FZ	6,50
Cucumber juice, kiwi, ginger syrup, lemon, and soda	

COCKTAILS

SUR GINGER SOUR	7,80
Whisky, ginger syrup and honey, lemon and cream	

ANDALUSIAN	7,80
Jerez, rose water, strawberry slush, and Sprite	

TAPEO

OYSTERS ud	4,50
sustainable aquaculture of the Bay of Cádiz Natural Park	

BLINIS CAVIAR 15 gr	36,00
Organic and local, Naccarii variety from Riofrío. Granada. Served with homemade blinis. SG SL	

IBERIAN HAM	18,00
& Andalusian regañá 50 gr	

ARTISAN CHEESES	15,00
Organic semi-cured Payoya goat cheese. El Gazul 60 gr	

SOURDOUGH BREAD

ARTESIAN BREAD UD	
Hand-rounded wheat bun	3,50
Double-fermented loaf	4,50

NON GLUTEN

Gluten-free breadsticks 1 unit	1,50
Gluten-free muffins 1 unit	4,50



SUSTENTABLE HOME MADE MENÚ

SALMON MIMOSA 2 ud

4,90 | 9.80

Smoked salmon, boiled rossé eggs, and capers

RED TUNA & TOMATOES

12,00

Wild red tuna, sustainably caught using ancestral fishing techniques.
Petaca Chico stew with vegetables and tomatoe

DOLORES SALAD

6,50 | 12,00

Traditional with homemade mayonnaise made from free-range eggs,
Sanlúcar potatoes, roasted peppers, pickled carrots, and mackerel.

ORGANIC SALAD

14,50

A fresh and complete salad made with raw, seasonal organic
vegetables dressed with selected proteins. Today we have prepared

ORGANIC SEASONAL VEGETABLES

16,00

Seasonal vegetables from the garden to your table, harvested
at the right time and cooked with care. Ask what they have harvested
today.





TODAY I'M GOING TO EAT WELL

STEW OF THE DAY 18,00

Traditional Andalusian pot of organic vegetables and legumes cooked slowly.

ORGANIC BROKEN EGGS 18,00

Fried eggs from free-range hens, potatoes from Sanlúcar, poached sweet onions, Iberian ham, and tartuffata.

ANDALUSIAN CHICKEN 20,00

Chicken breast cooked at low temperature with ginger and garlic, quinoa sautéed with cinnamon, rass el hanout sauce, dates and "pastela".

DOÑANA COUNTRY-STYLE RICE 26,00

Local rice from the marshlands of Isla Mayor, slow-cooked with a traditional tomatoe sofrito, free-range farm chicken, and free-range Iberian pork from Huelva, with seasonal organic vegetables.

IBERIAN MOGOTE 22.00

Iberian pork from Huelva, roast in its own juices, served with eggplants stewed in Abuelo Rafael sweet wine sauce and ginger





DISTILLED SPIRITS

GIN

Roku	9,00
Monkey 47	13,00
Nordes	9,50
Hendrick's	9,00
500 Noches	10,00
Puerto de Indias	9,00

WHISKY

Jack D. Gentleman	10,00
Etiqueta negra	9,50
Glenfiddich 12	11,00
Macallan 12	15,00

VODKA

Greygoose	11,00
Absolut	9,00
Belvedere	13,50

RON

Barceló Imperial	10,00
Heredero	12,00
Diplomático res. 12	11,50
Habana sel Maestros	12,00
Zacapa 23	14,00

LIQUOR

Brandy S.G.R ed. Dalí	12,50
Orujo/Pacharán/Anís	5,00
Green lemons liquor	5,00
Bayleis/l. Mostachones	5,00
Tequila reposado	7,50

DESSERTS AND CAKES

ORGANIC FRESH FRUIT	5,50
prepared fruit plate SG SL	

CHÍA PUDDING	5,50
berries, kiwi, coconut, vanilla	

FRENCH TOAST	6,50
milk torrija, cream and red fruits	

CRÉME CAMEL	6,50
Made with organic eggs, using my grandmother's ancestral recipe, served with cream and blueberries SG SL	

CHOCOLAT CAKE	6,50
black 70 % SG	

CHESSE CAKE	7,50
baked in the oven SG	

**gluten free (SG) Lactosa free (SL)*

ECOLOGIC COFFEE

Black, milk, Americano	1,80
Capuchino or mokka	3,00
Opera: vanilla & caramel	3,50

INFUSIONS

Herbal tea & eco tea	1,80
Chai latte	2,80
Matcha latte	3,50



SUPPLIERS

So that the work of the people who work the land, who grow and raise fresh, healthy and sustainable products for us, does not go unnoticed, we give them their space and leave you their contacts. Thank you to all of them for helping us sow a better world.

PAN DE ÁNGEL PUCHI

C. Mimbres 11, 4100 Coria del río, Sevilla
691 68 78 79.

MASA BAMBINI.

OBRADOR DE FIDEL PERNÍA

C. Huelva, local 6-A, 41004 Sevilla
954.906.477

ANTOJO DEL SUR.

ALMAZARA ECOLÓGICA

Ctra. El Saucejo-Osuna, Km. 17, 41560 El
Saucejo. Sevilla. 955143038
juanpr@antojodelsur.com

CAMPOALCOR.

HUEVOS ECOLÓGICOS

41520 El Viso del Alcor, Sevilla. 615540954
campoalcor@hotmail.com

DIETA ECOLÓGICA.

HUERTA CESÁREO

C. Vereda de Alcaudete s/n., 41520 Viso
del Alcor. Sevilla. 687 56 39 79.
ventas@dietaecologica.com

MÁS QUE LECHUGAS.HUERTO

ECOLÓGICO

C. Butrón, 7. 41003 Sevilla. 954532578
cestasecologicas@masquelechugas.com

RADIKAL LAB. SETAS ECOLÓGICAS

Calle Horizonte, 7, C-2 NAVE 11, 41927
Mairena del Aljarafe, Sevilla .681 92 75 09
hola@radikalzlab.com

EL CERCADO DE LA ERA.

VACUNO ECOLÓGICO

C. Trabajadores, 28. 41907 Valencina de la
Concepción, Sevilla. 685 26 04 52
info@agroartillo.bio

CAMPOS CARNES ECOLÓGICAS

Av. el Aljarafe, 29, 41840 Pilas, Sevilla
955 75 25 21
consultas@camposcarneecologica.com

CAVIAR DE RIOFRÍO ECOLÓGICO.

Av. del Río, 8, 18313 Riofrío, Granada
958 32 26 21.
info.caviarderiofrio@osborne.es

ACUICULTURA LEVANTE Y AGUA.

OSTRAS DE CULTIVO SOSTENIBLE

11100 San Fernando , Cádiz
679 70 41 01
levanteyagua@gmail.com

PETACA CHICO. ALMADRABA

Poligono industrial La Lobita, s/n, 11140
Conil de la Frontera, Cádiz
956 44 26 90. info@petacachico.com

BIOLES. LEGUMBRES ECOLÓGICAS

C. Enmedio, 8, 29530 Alameda, Málaga
952 71 01 99. bioles@ahimsav.com

RANCHO CORTESANO.

MIEL ECOLOGICA

Desviación el Torno, CA-3111, Km 2, 11593
Jerez de la Frontera, Cádiz. 956 23 75 28
info@ranchocortesano.com



Sevilla

Sevilla



Sevilla