

Nuestra Checca (se pronuncia Kekka) no es una ensalada de pasta sino un delicioso plato caliente para comer con cuchara. El origen está en la cocina romana; pasta, tomate queso mozzarella, sal, aceite de oliva y albahaca. Todo sazonado crudo. Y la nuestra es muy buena, porque seleccionamos los mejores ingredientes de las granjas que respetan el medio ambiente, los ciclos de la tierra y de producción, y que no lo hacen nunca con prisa, especialmente en la cocina. Las recetas de Ciao Checca, todas echas en casa y preparadas con amor, tienen el justo equilibrio de fibras, proteínas y carbohidratos. Todo es natural, sin microondas, brebajes químicos ni adulteración. Ciao Checca no apoya la explotación de la mano de obra, la ganadería, los recursos y tierras agrícolas; la comida para nosotros es el respeto, la cultura, la historia, la pasión, la tradición y la imaginación. Pero sobre todo es una cosa honesta.

## *manifesto*

Our very own “Checca” (pronounced Kekka) is not a pasta salad but a warm, scrumptious dish eaten with a spoon. The origins are in Roman cuisine; pasta, vine tomatoes, mozzarella, salt, oil, basil. Mixed fresh on the spot. Ours is particularly delicious because we select only the best ingredients produced by farms respectful of the environment, the surrounding territory and natural production cycles. On top of it, we never rush things, especially in the kitchen. Ciao Checca home recipes, all prepared with love, have the correct balance of fibres, protein and carbohydrates. Everything we cook and serve is natural; we do not use microwaves, chemical agents or food altering additives. Ciao Checca does not support the exploitation of labor, livestock, resources and agriculture. For us food is about respect, culture, history, passion, tradition and creativity. But above all, it’s about honesty.

NUESTRA CHECCA OFRECE LO MEJOR DE SÍ MISMA  
EN LOS PRIMEROS 30 MINUTOS.  
OUR CHECCA BEST PERFORMANCE IS WITHIN  
30 MINUTES OF PURCHASE.



**CIAO CHECCA**  
— SLOW STREET FOOD —