

MENÚ SÁBADO

Incluye primer y segundo plato, postre, pan y jarra de agua vitalizada.

17,90 e.

ENTRANTES

👉 Crema de espinaca y coliflor. 🌱🚫

Espinaca, coliflor, cebolla, puerro, raíz de hinojo, nabo y aceite de oliva.

👉 Taboulé de quinoa con garbanzo y remolacha. 🌱🚫

Quinoa, garbanzo, tomate, remolacha cocida, zanahoria, uvas pasas, semillas de sésamo, lombarda, azúcar integral, vinagre de manzana, aceite de oliva y germinados finos.

👉 Curry dhal. 🌱🚫

Lenteja roja, cebolla, puerro, apio, zanahoria, tomate, limón, ajo, jengibre, perejil, cilantro, curry de madrás, pimentón dulce, cominos y aceite de oliva.

PRINCIPALES

👉 Patatas aliñadas con pisto de verduras y huevo de corral. 🚫

Patatas, ajo, perejil, vinagre de manzana, aceite de oliva, puerro, pimiento rojo, calabacín, berenjena, pimiento verde, passata, albahaca, perejil y huevo de corral.

👉 Udón en salsa verde con verduras. 🌱

Pasta udón, brócoli, champiñones, calabacín, guisantes, ajo, perejil, aceite de oliva, germinados finos y kuzu.

👉 Nuggets de tempeh con polenta sobre crema de guisantes. 🌱🚫

Tempeh, calabaza, mostaza, cebolla, polenta, guisantes, yogur de soja, ajo, hierbabuena, limón, aceite de oliva, leche de soja, rúcula y germinados finos.

MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

19,50 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.


👉 Crema de espinaca y coliflor. 🌱🚫

👉 Taboulé de quinoa con garbanzo y remolacha. 🌱🚫

👉 Udón en salsa verde con verduras. 🌱

👉 Nuggets de tempeh con polenta sobre crema de guisantes. 🌱🚫

Todos los precios incluyen IVA

 Plato vegano.
 Plato crudivegano.

MENÚ DOMINGO

Incluye primer y segundo plato, postre, pan y jarra de agua vitalizada.

17,90 e.

ENTRANTES

👉 **Crema de calabacín a la hierbabuena.** 🌿 🚫

Calabacín, cebolla, puerro, patata, hierbabuena y aceite de oliva.

👉 **Ensalada de berenjena asada con naranja y vinagreta de mostaza.** 🚫

Rúcula, berenjena, naranja, cherry, mostaza, sirope de maíz, mozzarella y brotes de soja.

👉 **Garbanzos al curry con tomate.** 🌿 🚫

Garbanzos, cebolla, puerro, tomate, ajo, limón, perejil, curry de madrás, leche de coco y aceite de oliva.

PRINCIPALES

👉 **Croquetas caseras de zanahoria con queso de cabra y alioli de ajo negro.**

Zanahoria, queso de cabra, cebolla, leche, mantequilla, maicena, harina, huevo, pan rallado, leche de soja, ajo negro, tomate, guindilla, perejil y aceite de oliva.

👉 **Lasaña vegana de verduras estofadas.** 🌿

Pasta integral, cebolla roja, pimiento rojo, pimiento verde, calabacín, tomate, passata, albahaca, orégano, leche de soja, maicena, nuez moscada y aceite de oliva. Servido sobre salsa de pimientos con almendra.

👉 **Buñuelos de tofu, brócoli, queso de soja y alioli de pimentón.** 🌿 🚫

Tofu, brócoli, cebolla, nuez moscada, queso de soja, harina de arroz, leche de soja, ajo, pimentón, olivas negras y aceite de oliva.

MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

19,50 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.

👉 **Crema de calabacín a la hierbabuena.** 🌿 🚫

👉 **Ensalada de berenjena asada con naranja y vinagreta de mostaza.** 🚫

👉 **Lasaña vegana de verduras estofadas.** 🌿

👉 **Buñuelos de tofu, brócoli, queso de soja y alioli de pimentón.** 🌿 🚫

Todos los precios incluyen IVA

🌿 Plato vegano.
☀️ Plato crudivegano.

POSTRES MENÚ FIN DE SEMANA

EL POSTRE LÍQUIDO DEL DÍA

👉 Crema fría de manzana con cúrcuma y chía. 🌱🚫

Manzana, limón, jengibre, cúrcuma, chía y sirope de maíz.

EL POSTRE DIETÉTICO DEL DÍA

👉 Macedonia de fruta. ☀️🚫

EL POSTRE DE CUCHARA DEL DÍA

👉 Flan de calabaza con mascarpone y crema de chocolate. 🚫

Calabaza, miel, huevo, mascarpone, azúcar integral, nata y chocolate.

EL POSTRE DE LA CARTA

👉 Baklavas. 🌱

Pasta kataifi, pistacho, nueces, fructosa, miel y agua de azahar.

LA TARTA DEL DÍA (Suplemento de 2,50 e).

👉 Tarta sacher de albaricoque.

Harina, huevo, maicena, fructosa, cacao, impulsor, albaricoque, nata, fructosa y chocolate.

BEBIDAS DEL MENÚ: (Suplemento de 2,00 e.)

Refrescos biológicos: naranja, limón, cola, cola sin azúcar, ginger-ale y tónica.

Vino blanco: Mureda (d.o. Ciudad Real).

Vino tinto: Mureda (d.o. Ciudad Real).

Cerveza San Miguel Eco.