

# MENÚ DEL DÍA – LUNES

- El menú es abierto. Puedes componerlo a tu gusto pidiendo los platos que quieras.
- El consumo mínimo por comensal debe ser de 7,50e.
- Todos los menús incluyen jarra de agua vitalizada y pan.

## ENTRANTES CLÁSICOS: 3,60e.

### 👁️ **Crema de boniato y kale al enebro.** 🌱🚫

Cebolla, puerro, batata, kale, enebro y aceite de oliva.

### 👁️ **Ensalada de quinoa con remolacha y manzana.** 🌱🚫

Quinoa, remolacha, uvas pasas, manzana, brotes de soja, cherry, achicoria, zanahoria, pimiento rojo, aceite de oliva, perejil y lima.

### 👁️ **Frijoles con repollo y boletus.** 🌱🚫

Frijoles, cebolla, puerro, tomate, repollo, nabo, boletus, zanahoria, acelga, ajo, pimentón dulce y aceite de oliva.

## ENTRANTES GOURMET: 6,50e.

### 👁️ **Sopa thai con curry, tofu y noodles de huevo.**

Cebolla, ajo, jengibre, limón, cilantro, curry, leche de coco, tofu, pak choi, cebolleta, shiitake, noodles, germinados finos y semillas de sésamo.

### 👁️ **Tartare de aguacate con crema de nueces, chips de batata y salsa de queso cabrales.** 🚫

Aguacate, cremette, nueces, nata, queso cabrales, batata, rúcula y germinados finos.

### 👁️ **Milhoja de berenjena con salsa romescu de avellana y cherry marinados.** 🌱

Berenjena, harina de trigo, avellana, ñora, cebolla roja, tomate, pimiento rojo, rúcula, cherry, ajo, jengibre, salsa de soja, azúcar integral y vinagre de manzana.

# MENÚ DEL DÍA – LUNES

## PRINCIPALES CLÁSICOS: 6,50e.

### 🍷 Canelones de brócoli y requesón con bechamel de parmesano.

Pasta integral, brócoli, tomate seco, requesón, albahaca, tomate passata, leche, mantequilla nuez moscada, maicena y parmesano. Servido con nuestra salsa de tomate a las finas hierbas.

### 🍷 Champiñones rellenos de cebolla roja y pistacho con hummus de calabaza. 🌱🚫

Champiñones, cebolla roja, perejil, pistacho, calabaza, garbanzo, tahine, limón, cominos y sésamo.

### 🍷 Tofu al limón con arroz integral. 🌱🚫

Tofu, limón, azúcar integral, ciruelas, piña, judías verdes, zanahoria, cebolleta, arroz integral y aceite de oliva.

## PRINCIPALES GOURMET: 10,50e.

### 🍷 Raviolis veganos de espinaca con setas y salsa de trufa. 🌱

Harina de trigo, aceite de oliva, setas, espinaca, crema de soja, aceite de trufa, trufa, sésamo y aceite de oliva.

### 🍷 Albóndigas de seitán con avena, salsa thai sobre espaguetis de calabacín y hummus de wasabi. 🌱

Seitán, calabaza, cebolla nuez moscada, cúrcuma, avena, sésamo, zanahoria, tomate, cebolla, curry, calabacín, germinados finos, garbanzos, tahini, limón, perejil wasabi y cominos.

### 🍷 Tempeh con champiñones, salteado sobre crema de guisantes y pera cocida con jengibre. 🌱🚫

Tempeh, romero, ajo, pimentón dulce, vinagre de manzana, champiñones, guisantes, hierbabuena, ajo, limón, aceite de oliva, pera jengibre, germinados finos y sésamo.

## MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

13,90 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.



### 🍷 Crema de boniato y kale al enebro. 🌱🚫

### 🍷 Ensalada de quinoa con remolacha y manzana. 🌱🚫

### 🍷 Champiñones rellenos de cebolla roja y pistacho. 🌱🚫

### 🍷 Tofu al limón con arroz integral. 🌱🚫

Todos los precios incluyen IVA

 Plato vegano.  
 Plato crudivegano.

# MENÚ DEL DÍA – LUNES

## POSTRES MENÚ: 2,50e.

☛ **Bebida fría de calabaza y coco.** 🌱 🚫

Calabaza, leche de coco, cardamomo, azúcar integral, citronela y semillas de amapola.

☛ **Kiwi a la naranja.** ☀️ 🚫

☛ **Mousse crudivegano de mango y plátano.** ☀️ 🚫

Mango, plátano, limón, dátiles y semillas de chía.

☛ **Empanada vegana de remolacha y ciruelas.** 🌱

Harina, frutos secos, cacahuete, leche de soja, fructosa, canela y ciruelas pasas.

## TARTAS CASERAS

☛ **Tarta de dulce de leche con frutos rojos.** **4,50e./porción**

Harina, mantequilla, huevo, limón, fructosa, levadura, dulce de leche, nata y frutos rojos.

☛ **Tarta de chocolate y avellana con ganache de chocolate.** **5,40e./porción**

Harina, huevo, impulsor, fructosa, cacao, mantequilla, puré de avellana, chocolate, nata y amaretto.

☛ **Tarta de queso con confitura de arándanos.** **5,00e./porción**

Galleta integral, mantequilla, queso crema, huevo, leche, fructosa y confitura de arándanos.

☛ **Tarta crudivegana de remolacha con chantillí de mango.** ☀️ **4,90e./porción**

Remolacha, mango, anacardos, almendra, manteca de coco, limón, sirope de agave y semillas de chía.

## 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.**

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.  
☀️ Plato crudivegano.

# MENÚ DEL DÍA – MARTES

- El menú es abierto. Puedes componerlo a tu gusto pidiendo los platos que quieras.
- El consumo mínimo por comensal debe ser de 7,50e.
- Todos los menús incluyen jarra de agua vitalizada y pan.

## ENTRANTES CLÁSICOS: 3,60e.

### 🍷 **Crema de calabaza con jengibre.** 🌱🚫

Calabaza, cebolla, puerro, jengibre, cúrcuma y aceite de oliva.

### 🍷 **Ensalada de pera con queso fresco.** 🚫

Espinaca, pera, queso fresco, cebolla roja, nueces, cherry, yogur de soja, salvia, lima, aceite de oliva, pipas calabaza y germinados finos.

### 🍷 **Lentejas verdes con arroz integral.** 🌱🚫

Lenteja verde, cebolla, puerro, zanahoria, coliflor, calabacín, tomate natural, nabo, arroz integral, acelga, pimentón dulce, ajo, cominos, perejil y aceite de oliva.

## ENTRANTES GOURMET: 6,50e.

### 🍷 **Sopa thai con curry, tofu y noodles de huevo.**

Cebolla, ajo, jengibre, limón, cilantro, curry, leche de coco, tofu, pak choi, cebolleta, shiitake, noodles, germinados finos y semillas de sésamo.

### 🍷 **Tartare de aguacate con crema de nueces, chips de batata y salsa de queso cabrales.** 🚫

Aguacate, cremette, nueces, nata, queso cabrales, batata, rúcula y germinados finos.

### 🍷 **Milhoja de berenjena con salsa romescu de avellana y cherry marinados.** 🌱

Berenjena, harina de trigo, avellana, ñora, cebolla roja, tomate, pimiento rojo, rúcula, cherry, ajo, jengibre, salsa de soja, azúcar integral y vinagre de manzana.

# MENÚ DEL DÍA – MARTES

## PRINCIPALES CLÁSICOS: 6,50e.

🍷 **Milhoja de verduras gratinado con queso de soja, sobre cama de romesco de pimientos.** 🌱🚫

Berenjena, calabacín, tomate, zanahoria, calabaza, orégano, aceite de oliva, ricota de soja, crema de soja, cebolla roja, pimiento rojo, tomate, almendra, ajo, aceite de oliva y ñora.

🍷 **Multicereales a lo oriental con huevo.**

Centeno, arroz integral, trigo, quinoa, cebolleta, huevo, apio, maíz dulce, zanahoria, nori, brotes de soja y aceite de oliva.

🍷 **Seitán al tandoori con papas al eneldo y ensalada de pepino.** 🌱

Seitán, achiote, pimentón dulce, yogur de soja, tandoori masala, curry, aceite vegetal, guindilla, cebolla, tomate, papas, eneldo, aceite de oliva, pepino, cebolla roja, lima y aceite de oliva.

## PRINCIPALES GOURMET: 10,50e.

🍷 **Raviolis veganos de espinaca con setas y salsa de trufa.** 🌱

Harina de trigo, aceite de oliva, setas, espinaca, crema de soja, aceite de trufa, trufa, sésamo y aceite de oliva.

🍷 **Albóndigas de seitán con avena, salsa thai sobre espaguetis de calabacín y hummus de wasabi.** 🌱

Seitán, calabaza, cebolla nuez moscada, cúrcuma, avena, sésamo, zanahoria, tomate, cebolla, curry, calabacín, germinados finos, garbanzos, tahini, limón, perejil wasabi y cominos.

🍷 **Tempeh con champiñones, salteado sobre crema de guisantes y pera cocida con jengibre.** 🌱🚫

Tempeh, romero, ajo, pimentón dulce, vinagre de manzana, champiñones, guisantes, hierbabuena, ajo, limón, aceite de oliva, pera jengibre, germinados finos y sésamo.

## MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

13,90 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.

🍷 **Crema de calabaza con jengibre.** 🌱🚫

🍷 **Ensalada de pera con queso fresco.** 🚫

🍷 **Milhoja de verduras gratinado con queso de soja.** 🌱🚫

🍷 **Seitán al tandoori con papas al eneldo y ensalada de pepino.** 🌱

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.

☀️ Plato crudivegano.

# MENÚ DEL DÍA – MARTES

## POSTRES MENÚ: 2,50e.

### 👉 **Horchata de arroz.** 🌱🚫

Leche de arroz, arroz, fructosa, canela, limón y naranja.

### 👉 **Peras cocidas con jengibre y sirope.** 🌱🚫

Pera, jengibre, canela y sirope de agave.

### 👉 **Mousse de queso batido con arándanos.** 🚫

Queso batido, yogur natural, arándanos, limón, azúcar integral y agar agar.

### 👉 **Flan de zanahoria con mascarpone y crema de toffee.** 🚫

Zanahoria, leche, mascarpone, huevo, fructosa, vainilla y nata.

## TARTAS CASERAS

### 👉 **Tarta vegana de cookie con chocolate y crema de vainilla.** 🌱 4,50e./porción

Harina, levadura, azúcar integral, chocolate, margarina, nata de soja, vainilla y fructosa.

### 👉 **Tarta de chocolate y avellana con ganache de chocolate.** 5,40e./porción

Harina, huevo, impulsor, fructosa, cacao, mantequilla, puré de avellana, chocolate, nata y amaretto.

### 👉 **Tarta de queso con confitura de arándanos.** 5,00e./porción

Galleta integral, mantequilla, queso crema, huevo, leche, fructosa y confitura de arándanos.

### 👉 **Tarta crudivegana de remolacha con chantillí de mango.** 🌞 4,90e./porción

Remolacha, mango, anacardos, almendra, manteca de coco, limón, sirope de agave y semillas de chía.

## 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.**

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.  
🌞 Plato crudivegano.



# MENÚ DEL DÍA – MIÉRCOLES

- El menú es abierto. Puedes componerlo a tu gusto pidiendo los platos que quieras.
- El consumo mínimo por comensal debe ser de 7,50e.
- Todos los menús incluyen jarra de agua vitalizada y pan.

## ENTRANTES CLÁSICOS: 3,60e.

### 🍷 Crema de calabacín a la hierbabuena. 🌿🚫

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

### 🍷 Ensalada de judías boby con huevo y espárragos blancos. 🚫

Judías boby, tomate, olivas verdes, espárragos blancos, huevo, cebolla roja, germinados finos y aceite de oliva.

### 🍷 Garbanzos con tomate al curry. 🌿🚫

Garbanzos, cebolla, tomate, ajo, aceite de oliva, leche de coco, curry de madrás y laurel.

## ENTRANTES GOURMET: 6,50e.

### 🍷 Sopa thai con curry, tofu y noodles de huevo.

Cebolla, ajo, jengibre, limón, cilantro, curry, leche de coco, tofu, pak choi, cebolleta, shiitake, noodles, germinados finos y semillas de sésamo.

### 🍷 Tartare de aguacate con crema de nueces, chips de batata y salsa de queso cabrales. 🚫

Aguacate, cremette, nueces, nata, queso cabrales, batata, rúcula y germinados finos.

### 🍷 Milhoja de berenjena con salsa romescu de avellana y cherry marinados. 🌿

Berenjena, harina de trigo, avellana, ñora, cebolla roja, tomate, pimiento rojo, rúcula, cherry, ajo, jengibre, salsa de soja, azúcar integral y vinagre de manzana.

# MENÚ DEL DÍA – MIÉRCOLES

## PRINCIPALES CLÁSICOS: 6,50e.

### 🍴 Espaguetis a la putanesca. 🌱

Espagueti integral, cebolla, puerro, champiñones, olivas negras, alcaparras, albahaca y aceite de oliva.

### 🍴 Pastel de brócoli y manzana con ensaladilla vegana. 🚫

Brócoli, manzana, tomate seco, leche, mantequilla, maicena, huevo, curry de madrás, patata, zanahoria, maíz dulce, leche de soja, sésamo y germinados finos.

### 🍴 Brochetas de tempeh con verduras en alioli de aguacate. 🌱 🚫

Tempeh, cebolla roja, pimiento rojo, calabacín, cherry, aguacate, aceite de oliva, ajo y germinados finos. Acompañado de batata asada.

## PRINCIPALES GOURMET: 10,50e.

### 🍴 Raviolis veganos de espinaca con setas y salsa de trufa. 🌱

Harina de trigo, aceite de oliva, setas, espinaca, crema de soja, aceite de trufa, trufa, sésamo y aceite de oliva.

### 🍴 Albóndigas de seitán con avena, salsa thai sobre espaguetis de calabacín y hummus de wasabi. 🌱

Seitán, calabaza, cebolla nuez moscada, cúrcuma, avena, sésamo, zanahoria, tomate, cebolla, curry, calabacín, germinados finos, garbanzos, tahini, limón, perejil wasabi y cominos.

### 🍴 Tempeh con champiñones, salteado sobre crema de guisantes y pera cocida con jengibre. 🌱 🚫

Tempeh, romero, ajo, pimentón dulce, vinagre de manzana, champiñones, guisantes, hierbabuena, ajo, limón, aceite de oliva, pera jengibre, germinados finos y sésamo.

## MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

13,90 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.

### 🍴 Crema de calabacín a la hierbabuena. 🌱 🚫

### 🍴 Ensalada de judías boby con huevo y espárragos blancos. 🚫

### 🍴 Espaguetis a la putanesca. 🌱

### 🍴 Brochetas de tempeh con verduras en alioli de aguacate. 🌱 🚫

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.

☀️ Plato crudivegano.



# MENÚ DEL DÍA – MIÉRCOLES

## POSTRES MENÚ: 2,50e.

👉 **Yogur vegano de mango.** 🌱🚫

Yogur natural soja, mango y azúcar integral.

👉 **Macedonia de frutas de temporada.** ☀️🚫

👉 **Mousse de turrón con glasé de chocolate.** 🌱🚫

Nata de soja, almendra, cacahuete, avellana, nata de soja, chocolate, agar agar y glucosa.

👉 **Manzana asada sobre crema de vainilla.** 🌱🚫

Manzana, fructosa, leche de soja, vainilla, harina de tapioca y limón.

## TARTAS CASERAS

👉 **Tarta vegana de fresa y chocolate.** 🌱

Harina, fructosa, yogur de soja, cerveza, nata de soja, chocolate, fresa, agar agar, avellana, aceite vegetal, margarina y vainilla.

**4,50e./porción**

👉 **Tarta de chocolate y avellana con ganache de chocolate.**

Harina, huevo, impulsor, fructosa, cacao, mantequilla, puré de avellana, chocolate, nata y amaretto.

**5,40e./porción**

👉 **Tarta de queso con confitura de arándanos.**

Galleta integral, mantequilla, queso crema, huevo, leche, fructosa y confitura de arándanos.

**5,00e./porción**

👉 **Tarta crudivegana de remolacha con chantillí de mango.** ☀️

Remolacha, mango, anacardos, almendra, manteca de coco, limón, sirope de agave y semillas de chía.

**4,90e./porción**

## 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.**

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.  
☀️ Plato crudivegano.

# MENÚ DEL DÍA – JUEVES

- El menú es abierto. Puedes componerlo a tu gusto pidiendo los platos que quieras.
- El consumo mínimo por comensal debe ser de 7,50e.
- Todos los menús incluyen jarra de agua vitalizada y pan.

## ENTRANTES CLÁSICOS: 3,60e.

### 🍷 Crema de tomate con coco y jengibre. 🌱🚫

Tomate, cebolla, puerro, raíz de hinojo, apio nabo, leche de coco, grama masala, jengibre, aceite de oliva y tomillo.

### 🍷 Ensalada de champiñones marinados con berros y queso emmental. 🚫

Champiñones, ajo, jengibre, limón, aceite de oliva, berros, zanahoria, nueces, queso emmental y aceite de oliva.

### 🍷 Curry dhal. 🌱🚫

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

## ENTRANTES GOURMET: 6,50e.

### 🍷 Sopa thai con curry, tofu y noodles de huevo.

Cebolla, ajo, jengibre, limón, cilantro, curry, leche de coco, tofu, pak choi, cebolleta, shiitake, noodles, germinados finos y semillas de sésamo.

### 🍷 Tartare de aguacate con crema de nueces, chips de batata y salsa de queso cabrales. 🚫

Aguacate, cremette, nueces, nata, queso cabrales, batata, rúcula y germinados finos.

### 🍷 Milhoja de berenjena con salsa romescu de avellana y cherry marinados. 🌱

Berenjena, harina de trigo, avellana, ñora, cebolla roja, tomate, pimiento rojo, rúcula, cherry, ajo, jengibre, salsa de soja, azúcar integral y vinagre de manzana.

# MENÚ DEL DÍA – JUEVES

## PRINCIPALES CLÁSICOS: 6,50e.

### 🍷 Paella de verduras con alioli vegetal. 🌱🚫

Arroz de calasparra, cebolla, puerro, zanahoria, tomate, judías verdes, calabacín, pock choi, leche de soja, ajo y pimentón dulce.

### 🍷 Buñuelitos de verduras con salsa de tomate verde. 🌱🚫

Verduras variadas, patata, arroz integral, cebolleta, pimiento verde, tomate verde, limón, perejil y aceite de oliva.

### 🍷 Filetes vegetales empanados con patata asada y salsa tzatziki. 🌱

Filetes de soja, harina de garbanzo, pan rallado, perejil, patatín, romero, tomillo, ajo, yogur de soja, eneldo, pepino, vinagre de manzana y aceite de oliva.

## PRINCIPALES GOURMET: 10,50e.

### 🍷 Raviolis veganos de espinaca con setas y salsa de trufa. 🌱

Harina de trigo, aceite de oliva, setas, espinaca, crema de soja, aceite de trufa, trufa, sésamo y aceite de oliva.

### 🍷 Albóndigas de seitán con avena, salsa thai sobre espaguetis de calabacín y hummus de wasabi. 🌱

Seitán, calabaza, cebolla nuez moscada, cúrcuma, avena, sésamo, zanahoria, tomate, cebolla, curry, calabacín, germinados finos, garbanzos, tahini, limón, perejil wasabi y cominos.

### 🍷 Tempeh con champiñones, salteado sobre crema de guisantes y pera cocida con jengibre. 🌱🚫

Tempeh, romero, ajo, pimentón dulce, vinagre de manzana, champiñones, guisantes, hierbabuena, ajo, limón, aceite de oliva, pera jengibre, germinados finos y sésamo.

## MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

13,90 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.

### 🍷 Crema de tomate con coco y jengibre. 🌱🚫

### 🍷 Ensalada de champiñones marinados. 🚫

### 🍷 Paella de verduras con alioli vegetal. 🌱🚫

### 🍷 Filetes vegetales empanados. 🌱

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.

☀️ Plato crudivegano.

# MENÚ DEL DÍA – JUEVES

## POSTRES MENÚ: 2,50e.

👁 **Batido de arándanos y naranja.** 🌿 🚫

Arándanos, naranja, plátano, sirope de agave y leche de arroz.

👁 **Piña asada.** 🌿 🚫

👁 **Geléé de naranja y granada.** 🌿 🚫

Naranja, granada, hierbabuena, azúcar integral y agar agar.

👁 **Empanada vegana de calabaza con ciruelas.** 🌿

Harina de trigo, frutos secos, leche de soja, fructosa, canela, calabaza y ciruelas.

## TARTAS CASERAS

👁 **Tarta vegana de higos.** 🌿

Harina de trigo, frutos secos, leche de soja, fructosa, canela e higos.

4,50e./porción

👁 **Tarta de chocolate y avellana con ganache de chocolate.**

Harina, huevo, impulsor, fructosa, cacao, mantequilla, puré de avellana, chocolate, nata y amaretto.

5,40e./porción

👁 **Tarta de queso con confitura de arándanos.**

Galleta integral, mantequilla, queso crema, huevo, leche, fructosa y confitura de arándanos.

5,00e./porción

👁 **Tarta crudivegana de remolacha con chantillí de mango.** 🌞

Remolacha, mango, anacardos, almendra, manteca de coco, limón, sirope de agave y semillas de chía.

4,90e./porción

## 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.**

Todos los precios incluyen IVA

🌿 Plato vegano.  
🌞 Plato crudivegano.

# MENÚ DEL DÍA – VIERNES

- El menú es abierto. Puedes componerlo a tu gusto pidiendo los platos que quieras.
- El consumo mínimo por comensal debe ser de 7,50e.
- Todos los menús incluyen jarra de agua vitalizada y pan.

## ENTRANTES CLÁSICOS: 3,60e.

### 👉 **Crema de brócoli y zanahoria.**

Brócoli, zanahoria, cebolla, puerro, curry de madrás, salvia y aceite de oliva.

### 👉 **Ensalada griega de patatas con huevo.**

Patata, olivas negras, huevo, leche de soja, yogur de soja, eneldo, pepino, ajo, orégano, vinagre de manzana y aceite de oliva.

### 👉 **Frijoles a la mexicana con nachos, aguacate y salsa agria.**

Frijoles, cebolla, tomate, calabaza, achiote, achiote, nachos, aguacate, limón, perejil y yogur de soja.

## ENTRANTES GOURMET: 6,50e.

### 👉 **Sopa thai con curry, tofu y noodles de huevo.**

Cebolla, ajo, jengibre, limón, cilantro, curry, leche de coco, tofu, pak choi, cebolleta, shiitake, noodles, germinados finos y semillas de sésamo.

### 👉 **Tartare de aguacate con crema de nueces, chips de batata y salsa de queso cabrales.**

Aguacate, cremette, nueces, nata, queso cabrales, batata, rúcula y germinados finos.

### 👉 **Milhoja de berenjena con salsa romescu de avellana y cherry marinados.**

Berenjena, harina de trigo, avellana, ñora, cebolla roja, tomate, pimiento rojo, rúcula, cherry, ajo, jengibre, salsa de soja, azúcar integral y vinagre de manzana.

# MENÚ DEL DÍA – VIERNES

## PRINCIPALES CLÁSICOS: 6,50e.

### 👉 **Revuelto de huevos con trigueros y setas.** 🌳🚫

Huevos de corral, setas de cardo, trigueros y aceite de oliva. Servido con crema ligera de patata al tartufo.

### 👉 **Berenjenas fritas con salsa salmorejo.** 🌳🚫

Berenjenas, harina de arroz, tomate, ajo, pan sin gluten, vinagre de jerez, aceite de oliva y hojas verdes.

### 👉 **Pastel vegano de tofu a la napolitana.** 🌳

Tofu fresco, zanahoria, calabacín, avena, comino, crema de soja, salsa tomate, orégano y queso de soja. Servido con ensalada de rúcula.

## PRINCIPALES GOURMET: 10,50e.

### 👉 **Raviolis veganos de espinaca con setas y salsa de trufa.** 🌳

Harina de trigo, aceite de oliva, setas, espinaca, crema de soja, aceite de trufa, trufa, sésamo y aceite de oliva.

### 👉 **Albóndigas de seitán con avena, salsa thai sobre espaguetis de calabacín y hummus de wasabi.** 🌳

Seitán, calabaza, cebolla nuez moscada, cúrcuma, avena, sésamo, zanahoria, tomate, cebolla, curry, calabacín, germinados finos, garbanzos, tahini, limón, perejil wasabi y cominos.

### 👉 **Tempeh con champiñones, salteado sobre crema de guisantes y pera cocida con jengibre.** 🌳🚫

Tempeh, romero, ajo, pimentón dulce, vinagre de manzana, champiñones, guisantes, hierbabuena, ajo, limón, aceite de oliva, pera jengibre, germinados finos y sésamo.

## MENÚ EQUILIBRADO Combinado de varios platos del menú.

13,90 e.

Incluye postre menú, pan y jarra de agua vitalizada.

### 👉 **Crema de brócoli y zanahoria.** 🌳🚫

### 👉 **Ensalada griega de patatas con huevo.** 🚫

### 👉 **Berenjenas fritas con salsa salmorejo.** 🌳🚫

### 👉 **Pastel vegano de tofu a la napolitana.** 🌳

Todos los precios incluyen IVA

🌳 Plato vegano.

☀️ Plato crudivegano.



# MENÚ DEL DÍA – VIERNES

## POSTRES MENÚ: 2,50e.

👁️ **Yogur vegano de ciruelas.** 🌱🚫

Yogur de soja, ciruelas y azúcar integral.

👁️ **Macedonia de frutas de temporada.** 🌞🚫

👁️ **Natilla de chocolate y praliné de avellana.** 🌱🚫

Leche de almendra, chocolate, avellana, azúcar integral y harina de tapioca.

👁️ **Bocaditos de mousse de maracuyá.**

Harina, huevo, mantequilla, fructosa, puré de maracuyá y nata.

## TARTAS CASERAS

👁️ **Tarta crudivegana de arándanos y plátano.** 🌞🚫

Arándanos, plátano, dátiles, limón, anacardos, harina de almendra y semillas de lino.

4,50e./porción

👁️ **Tarta de chocolate y avellana con ganache de chocolate.**

Harina, huevo, impulsor, fructosa, cacao, mantequilla, puré de avellana, chocolate, nata y amaretto.

5,40e./porción

👁️ **Tarta de queso con confitura de arándanos.**

Galleta integral, mantequilla, queso crema, huevo, leche, fructosa y confitura de arándanos.

5,00e./porción

👁️ **Tarta crudivegana de remolacha con chantillí de mango.** 🌞

Remolacha, mango, anacardos, almendra, manteca de coco, limón, sirope de agave y semillas de chía.

4,90e./porción

## 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.**

Todos los precios incluyen IVA

🌱 Plato vegano.  
🌞 Plato crudivegano.