

FOODIES

MENU DEL DIA

ENTRANTE + PLATO PRINCIPAL + BEBIDA + POSTRE O CAFE €11,50

ENTRANTE 4,00
Entrante del día

PLATO PRINCIPAL 8,00
SUGERENCIAS

Plato, vegetariano o cárnico propuesto por nuestro chef según productos de temporada.

BOWL DE LA CASA
Seleccionar de la carta

POSTRES
Postre del día 3,00
Brownie sin gluten
(en menú suplemento de +1,20) 3,50

BEBIDAS
Agua 1,80
Agua con gas 1,80
Refresco 2,00
Té frío casero de flor de hibisco 3,00
Limonada casera 3,00
Cerveza 3,00
Cerveza sin gluten 2,00
(en menú suplemento de +1,00) 3,00
Copa de vino ecológico blanco o tinto 2,50

BOWLS DE LA CASA

BOWL ORIENTAL CON TOFU 8,50
Col kale, arroz integral, champiñones confitados, remolacha asada, tofu marinado a la plancha, brotes de soja, albahaca, semillas de calabaza picantes y vinagreta de miso, soja y jengibre. **G, F, S**

BOWL DE SALMON Y COCO 10,50
Espinaca fresca, salmón fresco a la plancha, arroz basmati con coco, boniato asado, brócoli con soja, semillas de sésamo, vinagreta de leche de tigre un poco picante (en menú suplemento de +2,00) **G, F, Se, A, S**

BOWL VEGANO CON TORTITAS SOCCA 8,50
Col Kale, quinoa, garbanzos con tomillo, remolacha asada, coliflor raw con cúrcuma perejil y lima, tortitas socca de zanahoria, nueces, vinagreta de mostaza con leche vegetal, **F, M, S**

BURRITO BOWL CON POLLO 9,50
Espinaca, alubias rojas con balsámico y menta, arroz integral, aguacate, boniato asado, tomates cherry, pollo de corral, queso de cabra, vinagreta balsámica con miel (en menú suplemento de +1,50) **L, G**

HOT BOWL 8,00
Bowl caliente con una base de legumbres, cereales o pasta, verduras de temporada y topping vegetal o animal. Cambia cada semana, consultar con camarero

HAZ TU PROPIO BOWL 8,00
Selecciona los ingredientes de tu bowl (pedir impreso en la barra)

AÑADE UN INGREDIENTE EXTRA A TU BOWL

Salmón a la plancha (+2,00), Tofu marinado a la plancha (+1,00), Huevo pochado (+1,00), Tortitas socca de zanahoria (+1,50), Nueces (+0,50) Semillas de sésamo (+0,50) Queso de cabra (+1,00), Champiñones confitados (+0,50), Remolacha asada (+0,50), boniato asado (+0,50), brócoli con soja (+0,50), coliflor raw con perejil y lima (+0,50), Aguacate (+1,50), Tomato cherry (+0,50), brotes de soja (+0,50), semillas de calabaza picantes (+0,50)

FOODIES

CARTA BRUNCH DIARIO

QUESADILLA DE CALABAZA 5,50
Calabaza asada, pimiento rojo salteado, queso cheddar, tortilla de maíz, con salsa pico de gallo y ensalada de temporada. **L**

BOWL DE HUEVOS REVUELTOS 12,00
Huevos revueltos frescos de corral, espinaca fresca, boniato asado, cebolla roja en pickle, brócoli con soja, tomate al horno y tostada de pan de espelta. **L, H, G, S**

HUEVOS ROYALE 13,00
Dos huevos frescos de corral escalfados, salmón ahumado, salsa holandesa, sobre tostada de pan de masa madre. Ensalada de temporada. **G, H, L**

BURGER DE TERNERA ECOLÓGICA 14,90
Hamburguesa 200 grs de carne ecológica de Pirineos en pan de brioche, con tomate, lechuga, lactonesa de mostaza, pepinillo, queso cheddar, cebolla confitada, rúcula. Con patatas rústicas gajo, ketchup casera. **G, L, M, S**

BURGER VEGGIE 12,50
Hamburguesa 200 grs de legumbres y verduras en pan de brioche, con tomate, lechuga, pepinillo, mayonesa vegana de mostaza, cebolla confitada, rúcula. Con patatas rústicas gajo, ketchup casera. **G, M, S**

OPEN SANDWICH TINGA DE POLLO 7,50
Pollo deshebrado, mayonesa de chipotle, espinaca, coleslaw, en pan de pita griego, **G, H**

BAGEL DE PULLED PORK 9,00
Pulled pork, cebolla roja en pickle, zanahoria, mayonesa de chipotle, hojas verdes, con patatas rústicas gajo. **G, H**

BAGEL DE SALMON 8,50
Salmón ahumado, queso crema, pepinillo en pickle, cebolleta japonesa y rúcula, con patatas rústicas gajo. **G, P, L**

BAGEL VEGANO 8,00
Hummus, remolacha raw, aguacate, tomate seco, semillas de sésamo, hojas verdes, con patatas rústicas gajo. **G, Se**

ALGO DULCE

BOWL DE YOGUR
Yogur griego, fruta, granola casera y chía. **L, F** 6,00

FRUTA FRESCA CON TAHINA Y CANELA 4,50
Fruta de temporada con salsa de tahina, miel, canela y limón. **Se**

PASTEL DEL DIA 5,50
Selección de pasteles caseros. **L, F, G, H**

BROWNIE SIN GLUTEN 4,50
Fudge casero de chocolate sin gluten con helado de vainilla. **L, H**

ALERGENOS
G = GLUTEN **L = LÁCTEOS** **S = SOJA**
M = MOSTAZA **H = HUEVOS** **Se = SÉSAMO**
P = PESCADO **A = APIO** **F = FRUTOS SECOS**

Preguntar por opciones de pan sin gluten