

ENSALADAS

	PRECIO (€)
 BROTOS VERDES   	9,90
<i>Hojas verdes, brotes de soja, manzana, nueces, pasas, queso vegano, vinagreta balsámica o con miel</i>	
 NARANJA & REMOLACHA 	9,10
<i>Espinacas, naranja, remolacha, orejones, almendras, vinagreta balsámica</i>	
 TABULEH CON ARÁNDANOS 	6,90
<i>Cuscus, tomate, cebolla, perejil, arándanos, vinagreta de limón</i>	
QUINOA & DATILES  	9,50
<i>Hojas verdes, tomate, dátiles, queso azul, croutons, quinoa, vinagreta balsámica. Opción V y SG</i>	

COMPARTIR

 PATATAS Y CHIPS CON SALSAS DE COLORES 	5,50
<i>Patatas, yuca, zanahoria, alioli vegano de perejil, soyanesa de remolacha y de zanahoria</i>	
 CROQUETAS VERDES CON TORTA DEL CASAR   	8,90
<i>Torta del Casar, espinacas, bechamel sin gluten (harina de maíz), huevo, kikos en polvo</i>	
 CROQUETAS DE CALABAZA  	8,50
<i>Calabaza, puerro, bechamel vegana (leche de soja), pan rallado</i>	
 BERENJENAS CON MIEL 	5,50
<i>Berenjenas, miel de las Hurdes (o de caña), almendras. Opción V</i>	
 ALBÓNDIGAS DE FALAFEL 	8,90
<i>Garbanzos, cebolla, ajo, perejil, cilantro, comino, levadura, pimienta Salsa: yogur de soja, aceite, limón, pimienta, hierbabuena.</i>	
 HUMMUS  	4,90
<i>Garbanzos, sésamo, aceite, ajo, especias. Acompañado de panes para untar. Opción SG</i>	

INFANTILES (preguntar alérgenos)

Filetito ruso o de no-pollo con patatas fritas y ensalada	3,50
Pasta o arroz con tomate y queso	2,50
Sandwich de tortilla con queso y champis	3,00

Por favor, indícanos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria

ESPECIALIDADES

- CALABACÍN DORADO**  9,50
 Calabacín, cebolla, patatas paja, huevo, aceitunas negras, tomate
- TORRE DE VERDURAS A LA PLANCHA**  8,90
 Calabacín, cebolla, berenjena, tomate, pimiento, zanahoria, tofu, chutney
- MUSAKA**  9,90
 Berenjena, pisto extremeño (cebolla, pimiento, tomate), bechamel vegana sin gluten
- STROGONOFF**    8,90
Seitán, cebolla, champiñones, nata, limón, mostaza, Pimentón de la Vera, arroz
- CALDERETA DE SETAS CON PRUEBA DE SOJA**   8,50
Soja texturizada, setas, patatas, ajo, Pimentón de la Vera, vino blanco, aceite, pimienta
- ESPAGUETIS CRUDIVEGANOS CON PESTO ROJO**  7,90
 Calabacín, zanahoria, tomate seco, almendra, albahaca, aceite
- RISOTTO DE VATATERA**   7,90
 Vatatera, arroz, ajo, cebolla, vino blanco, queso vegano

MENUS DEGUSTACION

MIX DE CROQUETAS Y FALAFEL 9,90

- 2 Croquetas Verdes
- 2 Croquetas de Calabaza
- 2 Croquetas de Setas
- 2 Albondigas de Falafel y salsa de yogur

MININIX 4,90

- 1 Croqueta Verdes
- 1 Croqueta de Calabaza
- 1 Croqueta de Setas
- 1 Albondiga de Falafel y salsa

MENÚ SIN GLUTEN

- Ensalada Brotes Verdes
- 2 Croquetas Verdes
- Berenjenas con miel
- Hamburguesa de lentejas
- Soyanesa de remolacha

MENÚ VEGANO

13,50



- Ensalada de Naranja y Remolacha
- 2 Croquetas de Calabaza
- 2 Albóndigas de Falafel
- Hamburguesa de aceitunas
- Salsa de yogur

Por favor, indícanos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria

TAPAS y BURGUERS

✓ HAMBURGUESA DE LENTEJAS	   	7,50
Lentejas, verduras, semillas de sésamo y lino. Con queso vegano, tomate, lechuga y soyanesa. Acompañado de patatas fritas. Opción SG		
✓ HAMBURGUESA DE ACEITUNAS NEGRAS	 	7,50
Aceitunas negras, soja texturizada, pan rallado y ajo. Con espinacas, manzana y salsa de yogur. Acompañado de chips de yuca		
✓ SANDWICH DE TOFU	  	4,50
Tofu, espinacas, alioli vegano, zanahoria, almendras. Opción SG		
SANDWICH DE VATATERA	    	4,50
Vatatera, queso de cabra, huevo frito, miel Opción V: Vatatera, queso vegano, calabacín, miel de caña		
ENSALADA BROTES VERDES		4,90
CROQUETAS VERDES CON TORTA DEL CASAR		4,60
CROQUETAS DE CALABAZA		4,30
ALBÓNDIGAS DE FALAFEL		4,60
CALABACÍN DORADO		5,20

POSTRES

Porción de tarta (preguntar disponibilidad)	2,50	
- Pastel de zanahoria y nueces		✓
- Tarta de queso		
- Tarta de manzana		
- Bizcocho de cerveza negra		
Helado o copa de chía (preguntar disponibilidad)	2,00	
Fruta	1,00	
Zumo de la semana	3,00	

Pan: 50 cent.

Todos los precios de la carta tienen el IVA incluido.

Plato Vegano ✓

Plato Sin Gluten 

Por favor, indícanos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria

BEBIDAS

BEBIDAS

Caña	1,20
Tubo de cerveza	1,50
Refresco	2,00
Copa de vino	2,00
Agua 1/2 l.	1,00
Agua 1,5 l.	2,50
Mosto	1,30
Tercio cerveza	2,00
Tinto de verano	1,50
Cerveza sin alcohol	1,30
Sandy	1,30
Cerveza artesana	2,50
Zumo de naranja	1,50
Combinado	5,00
Chupito	1,50

CAFÉS / TÉS

Solo	0,90
Cortado	1,00
Con leche	1,10
Descafeinado	1,20
Bombón	1,20
Solo doble	1,20
Con hielo	1,20
Americano	1,20
Té/infusión (bolsa)	1,20
Colacao	1,30
Té/infusión (granel)	2,00

TÉS E INFUSIONES A GRANEL

Brotos Verdes: verde, hierbabuena, limón, azahar

Rojo (Pu Erh)

Verde (Gunpowder)

Negro pakistaní: pimienta, canela, cardamomo, jengibre, clavo

Blanco: vainilla, lavanda y té verde

Rooibos con frutas

Manzanilla

Menta poleo

ALÉRGENOS

Gluten



Huevos



Cacahuete



Soja



Lácteos



Frutos secos



Mostaza



Sésamo



VINOS

Primavera Blanco	9,90
Señorio de Orán Blanco	10,50
Entremares Blanco	10,50
Entremares Rosado	10,50
Palacio Quemado	12,90
Habla de la Tierra	12,90
Nadir	12,50
Malauva (ecológico)	14,90

Por favor, indícanos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria