







ENSALADAS

	PRECIO (€)
 BROTOS VERDES     Hojas verdes, brotes de soja, manzana, nueces, pasas, queso, vinagreta balsámica o con miel Opción V	9,50
 NARANJA & REMOLACHA   Espinacas, naranja, remolacha, orejones, almendras, vinagreta balsámica	9,10
 TABULEH CON ARÁNDANOS  Cuscus, tomate, cebolla, perejil, hierbabuena, arándanos, vinagreta de limón	7,50
CESAR    Lechuga, queso parmesano, croutons, seitan, tomate cherry, salsa cesar	8,90
 MELOCOTÓN & QUESO FRESCO    Hojas verdes, tomate, melocotón, queso fresco, pistachos, vinagreta balsámica Opción V	8,90

COMPARTIR

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

SOPAS

 DE TOMATE  Tomate, ajo, cebolla, pimiento rojo, orégano, laurel, pimentón. Con o sin pan (Opción SG)	3,90
RAMEN     Fideos chinos, setas, huevo, tofu, brotes de soja, sésamo, cilantro, espinacas. Caldo: miso, jengibre, tahini, algas, ajo, puerro, rábano amarillo. Opción V y SG	5,90

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 	8,20
 Calabacín, cebolla, berenjena, tomate, pimiento, zanahoria, manzana, 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 DE CALABACÍN 	7,90
 Calabacín, zanahoria, tomate seco, almendra, albahaca, aceite Opción crudivegana	
 RISOTTO DE VATATERA 	7,90
 Vatatera, arroz, ajo, cebolla, tomate, vino blanco, queso vegano	
FILETES DE ZANAHORIA    	7,90
Zanahoria, avena, huevo, pan rallado, aceite. Acompañados de ensalada con queso y frutos secos	

MENUS DEGUSTACION

MIX DE CROQUETAS Y FALAFEL 9,80

- 2 Croquetas Verdes
- 2 Croquetas de Calabaza
- 2 Croquetas de Setas (sin lactosa)
- 2 Albondigas de Falafel y salsa de yogur

MINIMIX 4,90

- 1 Croqueta Verdes
- 1 Croqueta de Calabaza
- 1 Croqueta de Setas (sin lactosa)
- 1 Albondiga de Falafel y salsa

MENÚ SIN GLUTEN

- Ensalada Brotes Verdes
- 2 Croquetas Verdes
- Hummus&Vatatera
- Hamburguesa de lentejas
- Soyanesa de remolacha

MENÚ VEGANO

13,50

- Ensalada de Naranja y Remolacha
- 2 Croquetas de Calabaza
- 2 Albóndigas de Falafel
- Caldereta de setas
- Salsa de yogur

Por favor, indícanos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria

TAPAS y BURGERS

✓ HAMBURGUESA DE LENTEJAS  	7,50
<i>Lentejas, cebolla, patata, semillas de sésamo y lino. Con tomate, pepino y hummus. En fajita integral. Acompañado de cuscus. Opción SG</i>	
✓ HAMBURGUESA DE ACEITUNAS NEGRAS  	7,50
<i>Aceitunas negras, soja texturizada, perejil, pan rallado y ajo. Con espinacas, manzana y salsa de yogur. Acompañado de chips de yuca</i>	
✓ SANDWICH DE TOFU   	4,00
<i>Tofu, espinacas, alioli vegano, zanahoria, almendras. Opción SG</i>	
SANDWICH DE VATATERA    	4,80
<i>Vatatera, queso de cabra, huevo frito, miel Opción V y SG</i>	
ENSALADA BROTES VERDES	4,50
CROQUETAS VERDES CON TORTA DEL CASAR	4,60
CROQUETAS DE CALABAZA	4,30
ALBÓNDIGAS DE FALAFEL	4,60
CALABACÍN DORADO	5,20

INFANTILES (preguntar alérgenos)

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

POSTRES (Preguntar disponibilidad)

Porción de tarta	2,90
- Carrot cake vegano	
- Tarta Sacher vegana	
- Tarta Guinness	
- Tarta de queso sin gluten	
- Tarta de limón sin gluten	
Choco-chia con fruta y cereales SG	2,00
Fruta	1,00

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
Copa de vino ecológico	2,30
Agua 1/2 l.	1,00
Agua 1,5 l.	2,50
Mosto	1,30
Tercio cerveza	2,00
Tinto de verano	2,00
Cerveza sin alcohol	1,30
Sandy	1,30
Cerveza artesana	3,00
Zumo de naranja	1,50

CAFÉS / TÉS

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

ZUMO / SMOOTHIE 3,00

TÉS E INFUSIONES A GRANEL

Brotos Verdes: verde, menta, melocotón

Rojo (Pu Erh)

Verde (Gunpowder)

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

Negro, limón, menta

Rooibos con frutas del bosque

Manzanilla

Menta poleo

ALÉRGENOS

Gluten

Huevos

Cacahuete

Soja

Lácteos

Frutos secos

Mostaza

Sésamo



VINOS

Primavera Blanco	9,50
Señorio de Orán Blanco	10,50
Entremares Blanco	10,50
A+B Blanco (ecológico)	13,00
Amor del bueno (eco. 1 litro)	15,00
Palacio Quemado	12,00
Malauva (ecológico)	13,00

Pan: 50 cent.

Todos los precios de la carta tienen el IVA incluido.

Plato Vegano

Plato Sin Gluten

Por favor, indicanos si tienes alguna alergia o intolerancia alimentaria