CARTA

ecocentro

BIOVEGETARIANO CON ALMA

ecocentro

· DESDE 1993 ·

CARTA
ecocentro



Menú del día, de lunes a viernes.....14,95€
Crema del día.....6,20€
Legumbre del día.....6,20€

Ensalada clásica..... 13,20€
Mix hojas verdes, mix tomates, mix cebollas, aguacate, trigueros, rulo de cabra, huevo duro, maíz cocido, zanahoria rallada cruda y zanahoria al vapor.

Ensalada de burrata..... 13,80€
Hojas verdes, espinaca, rúcula, grosellas, fresas, physalis, mango, piña, pistacho, almendra, nueces, queso burrata, mostaza, miel de milflores, vinagre de manzana, naranja, semillas de calabaza y aceite de oliva virgen extra.

Ensalada Poppy seed..... 13,90€
Mix hojas verdes, berro, tomate cherry, maíz, alcachofa, cebolla frita, bolitas de queso de cabra con nueces y aderezo de poppy seed (cebolla, aceite de oliva, vinagre de manzana, azúcar moreno y mostaza en polvo)

PLATOS

Croquetas caseras de boletus con salsa de tomate a las finas hierbas.....9,00€
Boletus, cebolla, leche, harina, maicena, mantequilla, nuez moscada, huevo, pan rallado, puerro, tomate, albahaca, tomillo, romero y orégano.

Rollitos orientales de tofu con algas y dos salsas..... 11,90€
Harina de trigo, puerro, calabacín, zanahoria, algas, col china, tofu, cilantro, perejil, curry madrás, cúrcuma, semillas de sésamo, semillas de girasol, limón, mango, pipas de calabaza, guindilla, aceite de oliva y tamari.

Huevos rotos de granja..... 11,20€
Huevos, patatas fritas, láminas de tomate deshidratado y yema cocida a baja temperatura.

Falafel de garbanzos con pan de pita y salsa de yogur de soja..... 10,20€
Garbanzos, ajo, cebolla, apio, pimiento verde, perejil, cilantro, orégano, canela, yogur de soja y limón.

Mousakka..... 12,50€
Berenjena, queso feta, queso mozzarella, yogur griego, soja texturizada, salsa de tomate casera, ajo, cebolla, hierbabuena, canela, perejil y aceite de oliva.

Vegano Sin gluten Frutos secos

PLATOS

Milhojas de berenjena crujientes a la parmesana ..... 12,50€

Berenjena, tomate, mozzarella, pan rallado, cebollas caramelizadas, albahaca, parmesano, ajo, lactonesa, balsámico sal y pimienta.

Risotto verde con peras confitadas y reducción de naranja y balsámico ..... 14,20€

Arroz arborio, cebolla, ajo, tomillo, espinacas, trigueros, guisantes, fructuosa, mantequilla trufada, romero, vino blanco, caldo de vegetales, peras confitadas con fructosa, mantequilla y queso grana padano.

Risotto de hongos con tomate seco y rúcula ..... 14,20€

Arroz arborio, cebolla, setas variadas, mantequilla, parmesano, tomate seco, tomillo, romero, rúcula y aceite de oliva.

Albóndigas de jackfruit con arroz negro, boletus, semillas de calabaza y espinaca ..... 14,20€

Arroz negro, sémola de arroz, semillas de calabaza, ajo, perejil, espinaca, uvas pasas, cebolla, jackfruit, pan sin gluten, harina de garbanzo, leche de soja, guindilla, zanahoria, tomate y germinados finos.

Pad thai oriental con tofu ahumado ..... 14,20€

Pasta de arroz, pad choi, vainitas, cebolleta, brotes de soja, cacahuete, huevo (**opción vegana**, sin huevo), tamarindo, azúcar integral, kuzu, tamari, tofu ahumado, lima y aceite de oliva.

Raviolis de espinaca rellenos de boletus y requesón con pesto genovés ..... 14,20€

Harina, sémola de maíz, ricota, parmesano, setas, espinaca, huevo, aceite vegetal, almendra, albahaca, parmesano, ajo y aceite de oliva.

Raviolis calabaza en salsa de queso gorgonzola ..... 14,20€

Harina de trigo, calabaza, cebolla, ajo, nata, leche, queso azul, queso provolone, cebolla caramelizada, pipas de calabaza, almendras, pistacho, nueces, anacardo, alcaparras, rúcula, brotes, sal y pimienta.

Salteado de verduras y setas con arroz basmati ..... 11,20€

Arroz basmati, verduras variadas, setas, salsa de soja, semillas de sésamo y aceite de oliva.

Fideos de arroz con verduras al yakitori ..... 10,20€

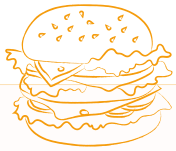
Fideos de arroz, verduras de temporada, aceite de oliva, ajo, perejil, salsa yakitori y semillas de sésamo.

Mousakka



Risotto de hongos con tomate seco y rúcula

Vegano Sin gluten Frutos secos



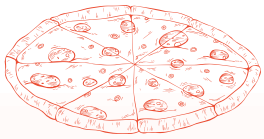
Quesadilla caprese con guacamole ..... 10,60€
Tortilla de trigo, mozzarella, cheddar, orégano, aguacate, tomate, limón, cebolla, pimiento verde, cilantro, tabasco, perejil y aceite.

Kebab de seitán con queso de cabra y patatas fritas ..... 9,20€
Pan pita, seitán, lechuga, tomate, cebolleta, leche de soja, queso de cabra y patatas.

Hamburguesa Beyond con queso vegano y patatas ..... 12,90€
Pan brioche, Beyond Meat, cebolla, tomate, lechuga, queso vegano, patatas, leche de soja, ajo, perejil y mostaza.

Hamburguesa Italiana y patatas ..... 12,90€
Pan brioche, croqueta de guisantes, arroz, aceite de coco, almidón, zumo de remolacha, cebolla, ajo, mostaza en polvo, tomate, aceite de oliva de orégano y romero, rúcula, paté de queso cabra y alioli.

OPCIÓN SIN GLUTEN +4€
OPCIÓN VEGANA +2€



Pizza margarita ..... 13,80€
Harina de trigo, levadura, AOVE, salsa de tomate, hierbas aromáticas, queso mozzarella y orégano.

Pizza de boletus ..... 14,20€
Harina de trigo, levadura, AOVE, setas, champiñones, boletus, cebolla, laurel, salsa de tomate, hierbas aromáticas y queso mozzarella.

Pizza caponata ..... 14,20€
Harina de trigo, levadura, aceite de oliva, salsa de tomate, berenjena rostizada, tomate cherry, cebolla roja, rúcula, aceitunas negras, alcaparra, mozzarella, parmesano, vinagre balsámico.

Pizza caprese ..... 14,50€
Harina de trigo, levadura, aceite de oliva, salsa de tomate, queso mozzarella y pesto de genovés, tomate cherry y burrata fresca.

Pizza 4 quesos ..... 14,20€
Harina de trigo, levadura, sal marina, aceite de oliva, salsa de tomate, mezcla de quesos (mozzarella, cheddar, azul, cabra) y orégano.

POSTRES

Tartaleta fina de manzana con helado de vainilla ..... 7,80€
Hojaldre, manzana, leche, vainilla, fructosa, huevo, maicena, frutos rojos confitados, nata y glucosa.

Cestas de frutos rojos ..... 7,80€
Harina de trigo, fructuosa, huevo, maicena, nata, frutos rojos, agar agar y chocolate blanco.

Brownie con helado de vainilla y chocolate caliente ..... 7,80€
Harina de arroz, huevo, mantequilla, chocolate, azúcar integral, nueces, leche, nata, vainilla y glucosa.

Carpaccio de piña con helado de aguacate ..... 7,80€
Piña, sirope de agave, anacardo, manteca de coco, aguacate y vainilla.

Tarta de chocolate ..... 7,20€
Harina, maicena, huevo, fructosa, impulsor, cacao, amaretto, avellana, mantequilla, chocolate y nata.

Tarta de queso ..... 7,20€
Harina de arroz, mantequilla, limón, vainilla, huevo, leche, nata, queso cremette y arándanos.

Tarta cruda de zanahoria y mango ..... 7,20€
Zanahoria, mango, anacardos, harina de almendras, limón, manteca de coco, semillas de chía y sirope de agave. **CRUDIVEGANA**

Helado vainilla y chocolate ..... 5,80€
Helado de vainilla vegano ..... 5,80€



Brownie con helado de vainilla y chocolate caliente



Tarta de queso

EXTRAS

- Pan normal y sin gluten ..... 1,60€
- Vaso de leche ..... 0,60€
- Salsa extra ..... 0,60€
- Arroz blanco ..... 4,00€
- Patatas fritas ..... 4,00€
- Huevo frito ..... 2,00€

Vegano Sin gluten Frutos secos

BEBIDAS

Agua Montepinos 50cl ..... 2,10€
Agua Montepinos 1l ..... 3,70€
Agua en brick 50cl ..... 2,00€
Agua con gas Montepinos 50cl ..... 2,50€
Agua con gas Pedrás 50cl ..... 2,40€

Refrescos ..... 4,10€
naranja · limón · cola · ginger · tónica

Kombucha ..... 4,10€
original · lima y jengibre · cereza y menta · maracuyá y limón · frutos rojos · mandarina y cayena

Jarra sangría ..... 15€



CERVEZAS



Dunkles negra ..... 4,40€
Pilsner Riedenburger ..... 4,40€
Riedenburger tostada ..... 4,40€
Riedenburger sin gluten ..... 4,40€
Riedenburger sin alcohol ..... 4,40€
Riedenburger sin alcohol con limón ..... 4,40€

VINOS

	COPA	BOTELLA
Vino blanco Albert y Noya	4,15€	16,80€
Vino blanco Laudum Chardonnay	4,15€	16,80€
Vino rosado Corucho	2,95€	12,40€
Vino tinto joven Corucho	2,95€	12,40€
Vino tinto roble Laudum	3,05€	12,70€

Vegano · Sin gluten · Frutos secos

ZUMOS BÁSICOS ..... 4,20€

Tomate

Naranja

Zanahoria

Manzana

Pepino y apio

Piña ..... **5,80€**

ZUMOS CLÁSICOS ..... 4,80€

· Lima refrescante
Manzana · naranja · lima · jengibre.

· Beso manzana
Manzana · piña · menta

· Soleado
Zanahoria · manzana · jengibre

· Rejuvenecedor
Zanahoria · manzana · apio · lima · aloe

ZUMOS POTENTES ..... 5,50€

Pacífico
Naranja · remolacha · jengibre · kiwi

Púrpura
Remolacha · zanahoria · manzana

Dulcemente
Pepino · espinaca · apio · manzana · jengibre

Riquísimo
Apio · pera · limón · piña · aloe

BATIDOS ..... 6,10€

- **Fresa Fantasía:** Fresa · melón · manzana · yogur natural · leche de soja
- **Mango Tango:** Mango · naranja · yogur
- **Caribeño:** Mango · piña · leche de coco · lima · hierbabuena · azúcar integral
- **Aurora:** Naranja · frutos rojos · limón · kiwi
- **Verdísimo:** Espinaca · limón · apio · pepino · kiwi
- **Limonada:** Limón · miel · azúcar de caña · aloe · semillas de chía



CAFÉS

Café.....2,20€
solo · cortado · con leche · largo · americano

Capuccino / Café grande.....2,80€

Matcha Latte.....frío o caliente.....4,80€

INFUSIONES AYUVÉRDICAS DE ESPECIAS.....2,20€

· Yogi Tea Classic
Canela, cardamomo y jengibre
· Yogi Tea Chai Verde
Té verde, canela y jengibre
· Yogi Tea Himalaya
Jengibre, hinojo y canela
· Yogi Rooibos
Rooibos, canela y clavo
· Yogi Rooibos Vainilla
Rooibos, flores de manzanilla y vainilla
· Yogi Verde, Jengibre y Lima
Té verde, jengibre y limón
· Yogi Matcha Limón
Té verde, matcha, hierba, limón y lima
· Yogi Chocolate
Cáscaras de cacao, regaliz y canela
· Yogi Chai Cúrcuma
Cúrcuma, canela y jengibre
· Yogi Tea Regaliz
Regaliz, cáscara de naranja y cardamomo
· Yogi Tea Digestión
Cardamomo, hinojo y jengibre
· Yogi Tea Energía Positiva
Mate, hibisco, arándanos rojos y té negro

INFUSIONES FRÍAS.....2,50€

· Fresa & naranja
· Frutos del bosque
· Melocotón & mango

CLÁSICAS.....2,20€

Manzanilla
Manzanilla con anís
Menta Poleo
Tila

TÉS -con teína-2,20€

Bancha
Té verde tostado
Kukicha
Té de ramitas tostadas
Té blanco
Té rojo
Té negro
Té verde

MEZCLAS.....2,20€

Relax
Melisa, tila y hierba luisa



CARTA

ECOCENTRO

2026

