

Primeros

- **Crema de batata, calabaza e hinojo al curry**  

Cebolla, puerro, batata, zanahoria, calabaza, raíz de hinojo, curry de Madrás y aceite de oliva virgen extra.

- **Ensalada de quinoa con tomate seco y remolacha**  

Quinoa, remolacha, uvas pasas, tomate seco, brotes de soja, tomate cherry, achicoria, aceitunas verdes, judía verde plana, perejil, zumo de lima y aceite de oliva virgen extra.

Segundos

- **Milhoja de verduras gratinada con queso vegano sobre salsa romesco**   

Berenjena, calabacín, tomate kumato, zanahoria, calabaza, orégano fresco, queso vegano, anacardos (**frutos secos**), cebolla roja, pimiento rojo, cebolla morada, tomate maduro, ajo, ñoras y aceite de oliva virgen extra.

- **Wok de verduras con seitán, pulpa de tamarindo y arroz basmati integral** 

Zanahoria, puerro, pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, col china, hinojo, calabacín, seitán (**trigo**), arroz basmati integral, pasta tamarindo, soja, semillas de **sésamo** y **aceite de sésamo**.

Postres

Por favor, consulta las opciones de hoy a nuestros camareros:

- Vasitos variados (a escoger)
- Tarta del día (suplemento + 3,50 €)

- Incluye pan y agua vitalizada
- Horario de 13 a 16h

PVP
14,95 €



Vegano



Frutos secos



Sin gluten



Crudivvegano

Primeros

- **Sopa hortelana de garbanzos y judías verdes**



Cebolla, puerro, yuca, patata, zanahoria, judías verdes, maíz dulce, miso (**soja**), garbanzos, curry, coliflor, ñora, comino y aceite de oliva virgen extra.

- **Ensalada de endivias con manzana, almendra y queso azul**



Endivia blanca, endivia roja, escarola, manzana ácida, almendra (**frutos secos**), crema ácida, queso azul, brotes de soja y aceite de oliva virgen extra.

Segundos

- **Salteado de judías verdes, tomate seco y tofu ahumado, con arroz jazmín integral**



Judía plana, raíz de hinojo, zanahoria, puerro, tomate seco, tofu (**soja**) y arroz jazmín integral.

- **Pastel de puerro, calabaza y kale con ensalada de rúcula**



Huevo, leche, puerro, calabaza, kale, mozzarella, levadura nutricional, tomate cherry, arándanos, hojas verdes, rúcula, zumo de limón, semillas de chía y aceite de oliva virgen extra.

Postres

Por favor, consulta las opciones de hoy a nuestros camareros:

- Vasitos variados (a escoger)
- Tarta del día (suplemento + 3,50 €)

- Incluye pan y agua vitalizada
- Horario de 13 a 16h

PVP
14,95 €



Vegano



Frutos secos



Sin gluten



Crudivvegano



Menú del día (a elegir)

M
I
É
R
C
O
L
E
S

Primeros

- **Lentejas verdes con wakame y verduras**  

Lenteja verde, cebolla, puerro, zanahoria, patata, wakame, repollo, tomate natural, pimentón dulce, ajo, comino, perejil y aceite de oliva virgen extra.

- **Ensalada de palmito y tomate rosa con aguacate**  

Hojas verdes, rúcula, tomate rosa, zanahoria, palmito, cebolla roja, aguacate, maíz dulce y aceite de oliva virgen extra.

Segundos

- **Strogonoff de tofu con champiñones y arroz integral**  

Tofu (**soja**), cebolla, ajo, pimiento rojo, pimiento verde, champiñones, pimentón, nata vegetal, pimienta negra, perejil fresco, tomillo, arroz integral y aceite de oliva virgen extra.

- **Hamburguesa de lenteja verde y soja mungo, con vegetales y patatas fritas**   solicita opción sin gluten (pan sin gluten)
solicita opción vegana sin huevo

Lenteja verde, cebolla, zanahoria, puerro, soja mungo, harina de maíz, **soja**, cúrcuma, curry, cilantro, perejil, pan (**trigo**), lechuga, tomate, queso vegano, lactonesa de alioli, huevo y patata.

Postres

Por favor, consulta las opciones de hoy a nuestros camareros:

- Vasitos variados (a escoger)
- Tarta del día (suplemento + 3,50 €)

- Incluye pan y agua vitalizada
- Horario de 13 a 16h

PVP
14,95 €



Vegano



Frutos secos



Sin gluten



Crudivegano

Primeros

- **Crema de romanesco y zanahoria**



Romanesco, cebolla, puerro, patata, boniato, zanahoria, tomillo, cúrcuma y aceite de oliva virgen extra.

- **Ensalada de escarola con piña asada, huevo y salsa tártara**



Escarola, achicoria, piña, tomate cherry, huevo, cebolleta, **soja**, pepinillo, alcaparras, perejil, mostaza y aceite de oliva virgen extra.

Segundos

- **Seitán guisado con tomate y jengibre, acompañado de arroz rojo con setas y uvas pasas**



Seitán (**trigo**), champiñones, boletus, zanahoria, ajo, cebolla, tomate triturado, guisantes, uvas pasas, laurel, jengibre fresco, arroz rojo y aceite de oliva virgen extra.

- **Verduras asadas con crema de polenta**



Brócoli, zanahoria, champiñones, coliflor, ajo, leche de almendra (**frutos secos**), harina de maíz, perejil y aceite de oliva virgen extra.

Postres

Por favor, consulta las opciones de hoy a nuestros camareros:

- Vasitos variados (a escoger)
- Tarta del día (suplemento + 3,50 €)

- Incluye pan y agua vitalizada
- Horario de 13 a 16h

PVP
14,95 €



Vegano



Frutos secos



Sin gluten



Crudivvegano

Menú del día (a elegir)

V
I
E
R
N
E
S

Primeros

- **Crema de vichyssoise de puerro y chirivía**



Patata, puerro, hinojo, chirivía, calabacín, coliflor y aceite de oliva virgen extra.

- **Ensalada malagueña con naranja y aceitunas verdes**



Patata, pimiento verde, pimiento rojo, cebolla dulce, aceitunas verdes, gajos de naranja, cilantro fresco y aceite de oliva virgen extra.

Segundos

- **Lasaña de espinacas con soja texturizada**



Láminas de lasaña (**trigo**), zanahoria, puerro, cebolla, ajo, tomate casero, soja texturizada, queso vegano y aceite de oliva virgen extra.

- **Salteado de fideos de arroz con tofu, espárragos, shiitake y verduras con soja**



Fideos de arroz, tofu (**soja**), pimiento rojo, pimiento verde, cebolleta, shiitake, puerro, col china, hinojo, zanahoria, **sésamo**, **soja** y aceite de oliva virgen extra.

Postres

Por favor, consulta las opciones de hoy a nuestros camareros:

- Vasitos variados (a escoger)
- Tarta del día (suplemento + 3,50 €)

- Incluye pan y agua vitalizada
- Horario de 13 a 16h

PVP
14,95 €



Vegano



Frutos secos



Sin gluten



Crudivegano