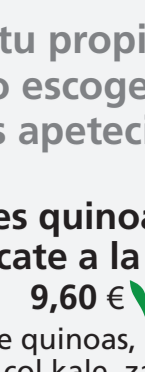


la carta



**diseña tu propio plato,
primero escoge la base
más apetecible:**

las tres quinoas con aguacate a la brasa

9,60 €

Con trio de quinoas, aguacate a la brasa, col kale, zanahorias asadas, grosella, rúcula, espinacas baby y nuestra vinagreta de mango fresco.

verduras frescas de temporada

11,50 €

Verduras de temporada, rúcula, espinacas baby, pasas y nuestra vinagreta de ñoras y miso.

burrata con pera al horno y tomates marinados

12,60 €

Burrata de la buena, pera asada, tomates cherry marinados con cebolla de Figueres, rúcula, espinacas baby, aceitunas de Kalamata, perejil, semillas de girasol y nuestra vinagreta de frutos del bosque.

mélange de legumbres

8,90 €

Lentejas mini, garbanzos pedrosillanos y azuki macerados con curry, comino, zumo de limón, cilantro y pico de gallo con rúcula, granada, espinacas baby y nuestra vinagreta de cítricos.

mix de arroz moreno y lentejas

11,70 €

Arroz moreno integral, lentejas pardinas, col kale, calabaza asada, remolacha, tomates cherry y nuestro aliño de mango y mostaza picante.

**...y si quieres le añades
el complemento
que más te guste:**

+ 5,90 €

- burrata
- tofu crujiente
- ternera estilo criollo
- pollo corralero

+ 6,90 €

- tataki de atún
- tataki de salmón

+ 3,75 €

- huevo eco duro
- huevo eco poché
- queso de cabra

+ 3,75 €

- aguacate brasa
- berenjena brasa
- faláfel

+ 1,50 €

- tosta de pan de masa madre de 9 cereales

**...o déjate querer por
nuestras propuestas
ya completas:**

ternera al estilo criollo

13,90 €

Ternera a la brasa marinada a las finas hierbas, chips crujientes de boniato con queso crême, brotes verdes frescos, espinacas baby y rúcula con salsa chimichurri criolla.

pollo corralero a la brasa 'chilli style'

12,40 €

Pechuga de pollo de corral marinado con adobo secreto de especias asiáticas, mini patatas granalla, timbal de brotes verdes frescos, rúcula y espinacas baby con salsa de "all i oli" picante.

ventresca de atún con tomates marinados

12,90 €

Ventresca de atún blanco, variado de tomates, cebolla de Figueres marinada al vinagre de uva roja, aceitunas de Aragón, timbal de brotes verdes frescos, rúcula y espinaca baby con tosta de pan de masa madre de 9 cereales con vinagreta de balsámico de Módena.

atún maguro, quinoa y verduras

13,80 €

Tataki de solomillo de atún rojo marcado en plancha, trio de quinoas, mix de verduras frescas de proximidad, guacamole, alga nori, salsa teriyaki casera y mayonesa de wasabi Sajalin.

salmón salvaje al teriyaki

14,60 €

Tataki de solomillo de salmón salvaje marinado con soja, arroz moreno integral, aguacate fresco, col lombarda, chutney de mango, cebolla crispy, cilantro fresco y salsa teriyaki.

crunchy de tofu al teriyaki

10,40 €

Tofu con crujiente de cocktail ajigonomi japonés sobre base de rúcula, espinacas baby, granada, pico de gallo y nuestra salsa teriyaki.

faláfel con zatar de especias

9,70 €

Faláfel de garbanzos pedrosillanos con mezcla de cebolla tierna, puerro, cilantro fresco, comino negro, curry rojo, chili picante y perejil, rúcula, espinacas baby, granada, pico de gallo con tosta de pan de masa madre de 9 cereales, tahini y miso.

elicoidali alla bolognese

11,95 €

Pasta elicoidali con la clásica bolognese de ternera y base de verduras frescas cocinadas a baja temperatura, sazonado de hierbas provenzales y gratinado con deliciosa burrata.

fettuccine con shiitake y champiñones

10,90 €

Pasta fettuccine al huevo, con shiitake y champiñones frescos, queso pecorino romano y ligera salsa de crema trufada con cebolla y puerro.

si te apetece, también tenemos...

chips de boniato

Chips crunchy de boniato con escamas de sal maldon, crema de queso a las finas hierbas, remolacha y aceite de oliva virgen.

7,10 €

patatas "casi bravas"

Patatas mini horneadas con marinado de zumo de limón acompañadas de "all i oli" casero con un toque picante.

7,50 €

guacamole casero

Aguacates frescos, chiles jalapeños, cebollas rojas de Figueres, jitomates, cilantro, zumo de lima y nachos artesanos de maíz.

7,25 €

aguacate a la brasa

Aguacate a la brasa con pico de gallo, rúcula y tomatitos marinados con vinagreta de cítricos.

5,95 €

berenjena a la brasa

Berenjena a la brasa sobre hummus kabuli, queso de cabra, granada, tahini y miso.

5,95 €

hummus "kabuli"

Hummus kabuli con tahini, zumo de lima, comino y curry rojo acompañado con crudités de verduras.

6,25 €

lentejas estofaditas

Lentejas mini, caldo vegetal casero con cúrcuma, cilantro, comino y curry.

5,95 €

las tostas

salmón fumé con huevo benedict

8,50 €

Salmón ahumado, huevo poché, crema de eneldo fresco al aroma de trufa sobre tosta de cereales de masa madre.

jamón ibérico con huevo poché

8,80 €

Jamón ibérico, huevo poché al toque de garam masala, aguacates frescos y cilantro sobre tosta de cereales de masa madre.

champiñones y espárragos verdes

7,90 €

Champiñones, espárragos verdes, guacamole fresco, tomate asado y salsa tahini sobre tosta de cereales de masa madre.

huevos con tosta

veggie

10,95 €

Huevos revueltos eco con champiñones, guacamole, cebolla de Figueres marinada y tomatitos cherry.

ibérico

11,95 €

Huevos revueltos eco con jamón ibérico, aguacate, tomate y reducción de balsámico de Módena.

nórdico

11,25 €

Huevos revueltos eco con salmón, queso cremoso, frutos secos y aceite de eneldo.

postres healthy

ginger bowl

5,50 €

Con base de yogurt griego, jengibre, miel y nueces pecanas.

chía bowl con mango

5,50 €

Leche de coco y avena, semillas de chía, mango, coco y pistacho.

chía bowl con plátano y fresa

5,50 €

Leche de avena y coco, chía, plátano, fresa y almendra.

bowl fruta

4,50 €

Bowl de frutas de temporada preparadas.

veggie

Ovolácteo

Vegetariano

vegan

Vegano

Si eres alérgico a algún alimento o intolerante al gluten no dudes en consultarnos.