

ENTRANTES Y ENSALADAS

	Ración	1/2
Ensalada Nizarda (*) (Lechuga, tomate, aceitunas negras, pepino, huevo duro, cebolleta y queso fresco. Aliñado c/ una maceración de hierbas aromáticas en salsa de soja y aceite de oliva de 1ª presión en frío)	8,00	6,00
Ensalada c/ remolacha (*) (Lechuga, remolacha, tomate, apio, queso, nueces, zanahoria y manzana c/ salsa de huevo)	8,00	6,00
Ensalada de rulo de cabra c/cebolla roja caramelizada (s.g.) (Lechuga, rúcula, tomate, nueces, aceitunas negras)	11,50	8,50
Ensalada de mango y aguacate (s.g.) (Lechuga, mango, aguacate, queso fresco, almendras)	11,50	8,50
Crema de verduras* (s.g.)	4,00	
Quiche de espinacas, pasas y piñones	5,50	4,00
Quiche de calabaza y queso manchego	5,50	4,00
Quiche Lorraine (con soja y champiñones)	5,50	4,00

SEGUNDOS PLATOS

Cuscús c/ verduras *	9,00	7,00
Albóndigas de avena c/ patatas fritas	10,00	7,00
Lasaña de berenjenas, tomate y pesto	10,50	8,00
Wok de tallarines de arroz c/verduras y tempeh * (s.g.)	12,00	8,50
Crepes de puerros c/ ensalada de remolacha	11,50	8,00
Milanesas de seitán c/ salsa de champiñones (*)	12,50	8,50

Bebidas

Agua mineral	Con o sin gas	1/3	1,50
	Sin gas	1l.	2,50
Cervezas	Ökokrone -bio	1/3	2,90
	de Trigo -bio	1/2	3,50
	de Espelta -bio	1/3	3,70
	Reidenburger Sin alcohol -bio		3,70
	Celia Sin gluten -bio	1/3	2,90
Artesanas	Saramagal Stipe tostada		3,60
	Inmaculate rubia		3,60
	Vacaloura de centeno -bio		3,60
	Bebida de jengibre -bio		2,50
	Refrescos: naranja, limón, cola o manzana -bio		2,50
	Mosto -bio		2,50

Vinos

Castillo de Mendoza -bio	Vitarán. Rioja Crianza	12,00
	Noralba. Rioja Crianza	17,00
Eremus -bio	Ribera del Duero joven	12,00
	Sin sulfitos	14,00
	Crianza	17,00
Corisca -bio	Albariño	18,00
Sandogal Nº1 blanco. Roble	Airén & Verdejo	12,00
Sandogal Nº3 tinto. Roble	Petit verdot / tempranillo	12,00
Copa de vino		2,25
Sidra Maeloc -bio	Gallega natural	6,00
	Achampanada	6,00
	Achampanada 1/4	2,50

Zumos naturales y Batidos

Zumo Simple	2,50
Zumo Combinado	3,00
Batido	4,00
Granizado de limón	4,00

Cafetería

Biocafé	1,75
Café	1,50
Café descafeinado	1,75
Malta	1,50



Tés

Inglés	2,25
De Ceylán	2,25
Earl Grey	2,25
Indio	2,25
Verde	2,25
Blanco	2,25
Frambuesa	2,25
Naranja	2,25
Vainilla	2,25
Rojo	2,25
De tres años	2,25

Rooibos

Chocolate y naranja	2,50
Vainilla y limón	2,50
Jengibre y limón	2,50
Piña colada	2,50
Rooibos puro	2,50

Infusiones

Ginsen	2,00
Anís verde	2,00
Canela	2,00
Hierbabuena	2,00
Hierbaluisa	2,00
Manzanilla	2,00
Menta Piperita	2,00
Regaliz	2,00
Romero	2,00
Salvia	2,00
Tila	2,00
Tomillo	2,00

Combinaciones

Alergia	Romero, tomillo, verbena y salvia	2,50
Anginas	Espliego, salvia y malva	2,50
Circulación	Diente de león, anís, menta, espliego, verbena y salvia	2,50
Digestiva	Anís, menta, regaliz, salvia y manzanilla	2,50
Estreñimiento	Manzanilla, albahaca y salvia	2,50
Estrés	Albahaca, tila y tomillo	2,50
Gripe	Angélica, tomillo, melisa y tila	2,50
Jaquaca	Verbena, manzanilla y angélica	2,50
Tila alpina	Menta, espino blanco, tila y azahar	2,50

TARTAS Y POSTRES

	Ración	1/2
Tarta de albaricoque con almendra	5,50	4,00
Tarta de chocolate, frambuesa y nata	5,50	4,00
Tarta de queso con arándanos	5,50	4,00
Yogur de soja c/ manzana asada, plátano, frutos secos y miel o sirope (*)	4,50	3,50
Yogur casero c/ fruta natural, frutos secos y miel o sirope (s.g.)	4,50	3,50
Yogur casero c/ crema de limón (fructosa), o con sirope de arce, o con miel (s.g.)	4,00	3,00
Kefir c/ miel, o con sirope de arce (s.g.)	4,00	3,00
Tetilla Arqueixal con membrillo (s.g.)	5,00	3,50
Pan/ persona	1,00	

Ingredientes biológicos en la medida de lo posible.

Comida para llevar

10% menos del precio de la carta

Disponemos de una hora gratuita en el parking de Plaza del Rey. Pedir ticket.

Gracias!

* Vegano
(*) Puede ser vegano
(s.g.) Sin gluten