









## TACOS Q42



Zanahorias, pimientos rojos y cebolla salteados en aceite de jengibre. Con cilantro, cebollín, aguacate y limón. Servidos con salsa de aguacate, ensalada y tortillas negras. Opción: tofu, tempeh, hongos

Opción sin glúten

# TEMPEH & MANI 045

Bowl de camote, zanahorias, zucchini, puerro y apio. Con tempeh, alfalfa, cilantro y manías, en salsa de jengibre y maní. Servido con arroz basmati.









# ESPIRALES CON QUESO 045



Espirales de zucchini con salsa de queso mozzarella vegano, levadura nutricional, tofu y marañón. Servido con tostada de masa madre.

# CROQUETAS DE QUINOA Q48

Cuatro croquetas de quinoa con cebolla, puerro, apio, cilantro, ajo, linaza, garam masala y pimientos rojos, rellenas de queso mozarella.

Acompañadas con hummus, ensalada y salsa verde.

Opción vegana: queso mozzarella de marañón +Q5.00









#### SHAWARMA DE QUÍNOA Q53



Bolas de quinoa, hummus y vegetales (zanahoria, cilantro, cebolla y pimientos salteados en aceite de jengibre) dentro de una tortilla doble. Servidos con salsa de curry y ensalada.

Opción sin glúten









#### WOK 043

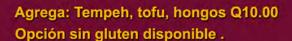


Espirales de zanahoria, zucchini y camote salteados en aceite de jengibre y leche de coco, con brócoli, cilantro, aderezo de tahini, repollo, ajonjolí, cebolla y pimientos, en salsa de curry amarillo.

Elige tu opción: Tofu - tempeh - hongos - quinoa - croquetas Elige tu curry: Amarillo - Rojo Opción sin gluten disponible.

#### KİMCHİ BOWL 042

Kimchi sobre arroz y quinoa salteados en aceite de jengibre y curry, servidos con cilantro, salsa soya, semillas de pepitoria y salsa de tahini.











#### TORTILLA DE CAMOTE 042

Tortilla de camote, chile pimineto, cebolla y hongos, cubierta con huevo y queso mozzarella. Servida con ensalada, guacamol y pico de gallo verde.

Opción "Mozarrella" de marañon. +Q5

#### LAO TZU 053

Curry amarillo, tofu empanizado, zanahoria, repollo, brócoli, cebolla, chile pimiento, hierbabuena, aceite de jengibre, salsa agridulce y salsa soya. Cubierto con semillas de marañon y ajonjoli. Acompañado de arroz basmati con cilantro.











#### Tempeh & kimchi Tortità a base de tempeh, frijol piloy y kimchi Lechugas, cebolla v

tomate Salsa Teriyaki Sauerkraut

Q55.00

# Höngös y Máca

Tortita hecha a base de hongos y maca. Lechugas, tomate y hongos. Aderezo de tahini Aquacate Sauerkraut

Q65.00







Pan de masa madre o crepa





# BERENJENA & HONGOS 043

Berenjena, hongos, pimientos, cebolla y manzana, salteados con salsa de curry.

Elije: tempeh o tofu

#### CURRY & VEGETALES 043

Hongos, zanahoria, pimientos, cebolla, zucchini, camote, apio, puerro, cilantro y manías, salteados con salsa de curry y leche de coco.

Elije: tempeh o tofu





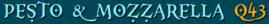




# KALE REVUELTO 043

Kale, tomate, pimiento y cebolla salteados, aguacate y hummus. Acompañado de salsa verde.

Elije: tempeh o tofu



Queso de marañon fermentado, pesto, "queso mozarella" vegano, tofu, albahaca y levadura nutricional.









HONGOS, QUESO & AGUACATE 043

Aguacate, hongos y cebollas salteadas, queso mozarella vegano, albahaca, retoños, cilantro y tomate deshidratado.

Elije pan de masa madre o crepa. Chips o ensalada. Crepa sin glúten. Pan sin glúten Q10.00

# Para Compartir









#### HUMMUS 043

Puré de garbanzo con tahini, ajo, pimentón y aceite de oliva, con tomate y cebolla encima. Acompañado con pan pita.

#### BABA GANOUSH 036

Puré de berenjena con limón, ajo, aceite de oliva y tahini, con tomate y perejil encima. Acompañado de pan pita.









# ŞAMŞARA PLATTER 065

Croquetas de quinoa, hummus, baba ganoush y kale con tofu. Acompañados con pan pita y salsa verde.

#### GRAN TARTARIA 055

Base de chips de camote, guacamol, salsa de tahini, frijoles piloy, pico de gallo, levadura nutricional, cilantro

Queso "Mozzarella" de marañon +Q15 Tofu, hongos o tempeh. +Q15











# CAMOTE, AGUACATE & CHİPOTLE <mark>Q38</mark>

Camote, leche de coco, cúrcuma, aguacate y chipotle. Servida con pan pita.

# TOMATE & ALBAHACA 037

Tomate, leche de coco, ajo, cebolla, orégano, albahaca y levadura nutricional. Servida con pan pita.

Opción: Pan vegano sin gluten Q10.00











#### CIELO DE GUACAMOL 036

Guacamol sobre espirales de zucchini y zanahoria, tomate, jugo de limón y cilantro. Acompañada de cracker o tortilla de maíz negro.

#### KALE, TOFU & GARBANZO 043

Kale, tofu, garbanzo, tomate, espirales de zanahoria, alfalfa y aceitunas negras. Servida con aderezo de kale.









# QUINOA & AGUACATE Q48

Quinoa, aguacate, zucchini, fideo de zanahoria, lechuga, tomate, cebolla, alfalfa y cilantro. Servida con aderezo de aceite de oliva, mostaza y vinagre balsámico.

#### KALE, ALMENDRAŞ & ARANDANOŞ 043

Kale, lechuga, zanahoria, naranja, semillas de hemp, almendras, arándanos, coco rallado y fresas. Servida con aderezo de fresa y cracker.











# CEVICHE DE HONGOS 045

Hongos, pepino, cebolla, tomate, aguacate, cilantro, albahaca, hierbabuena, soya, alfalfa y jugo de limón. acompañado de cracker.

Opción sin glúten.