

Entrantes

Crema o sopa del día	4,00 €
Croquetas caseras de setas shitake y champiñon portobello con alioli de ajo negro (8 unds.)	6,50 €
Quiche de calabacín, puerro, espinacas queso tetilla (D.O. Arzua)	6,00 €
Laminas de Wanton crujiente con guacamole y yuca frita	6,00 €
Huevos rotos (ecológicos) con patata asada, espárragos trigueros y ajetes tiernos	8,25 €
Ensalada de quinoa, tomate seco, nueces, queso (D.O. O Cebreiro) y rucula (con aliño de pesto)	8,00 €
Ensalada de piña, manzana, granada, zanahoria, cherry, mezclum de lechugas y frambuesa crunch (con aliño de soja y vinagre de manzana)	8,50 €
Ensalada de escalivada (berenjena, pimientos, cebolla, mezclum de lechugas, tomates cherry y salsa romesco)	8,00 €

Platos Principales

Lasaña vegetal (de puerro, espinaca, calabacín, y repollo con salsa de tomate casero)	9,50€
Moussaka (de berenjena con bolognesa de soja texturizada y cebolla caramelizada)	9,50 €
Berenjena rellena con verduras, tofu a las finas hierbas, gratinada con mozzarella	9,00 €
Hamburguesa de zanahoria, semola y curry rojo con ensalada	9,00 €
Fajita (tortita de trigo con verduras variadas y guacamole)	9,00 €
Arroz Basmati con piña, granada, manzana, zanahoria y frambuesa crunch	9,50 €
Rigatoni con calabaza asada, queso gorgonzola, setas shitake , nueces y salvia	9,50 €
Parrillada de verduras variadas con mojo verde de cilantro	8,50 €

Postres

Tarta de plátano	4,25 €
Helado casero	4,25 €
Tarta de queso	4,25 €
Tarta de zanahoria y coco	4,25 €
Cremoso de chocolate	4,25 €
Yogurt biológico (Arqueixal)	3,50 €

Vinos

Rioja crianza	14,00 €
Rioja biológico	14,50 €
Ribera del Duero	14,50 €
Tinto Mencía	13,00 €
Blanco Ribeiro	13,00 €
Albariño	14,00 €
Rosado	11,00 €
Lambrusco	10,00 €
Marqués de Borba (d.o. Alentexo) 3/8	8,00 €
Sangría	9,00 €
Vino por copa	2,35 €

Bebidas

Agua	2,00 €
Refresco cola	2,00 €
Cerveza de barril	2,50 €
Cerveza sin gluten	2,25 €
Cerveza sin alcohol	2,25 €
Cerveza artesanal gallega	3,25 €
Sidra artesana	2,25 €
Gaseosa	1,75 €
Zumos naturales	3,25 €
Kombucha	3,30 €

Infusiones

Manzanilla

Anti-inflamatoria y digestiva, acelera la curación de diferentes enfermedades de la piel. Sedante y desinfectante.

Salvia

Adecuada para la fatiga, malas digestiones, problemas hepáticos, congestión, fiebres reumáticas, dolores de cabeza y garganta.

Menta

Sedante, regula el sistema nervioso, muy digestiva, purifica la sangre, ideal para las encías, llagas en la boca y dolores de muelas.

Anís

Para la retención de fluidos, previene el hipo y los gases.

Romero

Antiséptico y estimulante, diurético, adecuada para problemas respiratorios, hepáticos y reumatismos.

Hierbaluisa

Infusión digestiva.

Té

Estimulante, astringente, antioxidante y diurético.

Melisa

Sedante y digestiva, diurética, anti-inflamatoria y laxante

Todas a 1,25 €