

## La ciutat en un plat

## 1 TRIA EL PRINCIPAL

ACOMPANYATS DE RUCA, ESPINACS BABY I PIPES DE GIRA-SOL

**MEDITERRANEAN GRILL** 9,70€  
brasejat de coliflor, bròquil, mongeta tendra, pastanaga, col kale, bolets, veganesa, encenalls de parmesà i harissa.

**BUDDHA PLATE** 9,70€  
lenties caviar, carabassa rostida, tomàquets petits, coriandre, nous, pico de gallo, zaatar, vinagreta de curri vermell i veganesa.

**GREEN MEXICAN GÜEY** 9,70€  
tàrtar d'alvocat, red quinoa, lleties, tomàquets petits, ceba marinada, nabius secs, raïm vermell, col llombarda, tahina i vinagreta de Mòdena.

**VEGAN SHOW** 9,70€  
alvocat, tomàquets petits, bolets, brots de soja, remolatxa, cogombre, fruits del bosc i col llombarda.

**BURRATA WINTER** 11,80€  
burrata, daus de carabassa, pera i cirerol rostit, nabius secs i vinagreta de balsàmic i fruits vermells.

**BROCCOLI ROAST** 10,90€  
bròquil i tomàquet rostit, anacards, veganesa, harissa i encenalls de parmesà.

**RED GNOCCHI SALAD** 9,80€  
gnocchi de remolatxa, espinacs, ricotta, tomàquet rostit, pesto de col kale i anacards.

**POLLASTRE LEMON HERBS** 9,50€  
contracuixa amb salsa de iogurt, llimona i herbes fresques.

**POLLO CORRALERO** 10,50€  
pit de pollastre brasejat i marinat amb adob d'espècies asiàtiques i salsa sweet chili.

**VEDELLA CRIOLLA** 11,90€  
de Girona marinada amb fines herbes, a la brasa i amb salsa de chimichurri crioll.

**TATAKI DE TONYINA** 13,00€  
marinat amb salsa de soja, cítrics, mirin i maïosabi.

**MUSTARD SALMON** 13,00€  
salmó al forn amb salsa suau de mostassa a l'antiga.

**SEITAN TERIYAKI** 10,90€  
a la planxa amb salsa teriyaki.

**FALÀFEL CASOLÀ** 11,95€  
de cigrons amb ceba tendra, porro, coriandre fresc, comí, curri i salsa de iogurt.

**SMASH BURGER TRUFADA** 13,50€  
hamburguesa vegana, tomàquet, salsa trufada i bolets de temporada (pa lleuger de brioix vegà).

**SMASH BURGER TEX-MEX** 13,50€  
hamburguesa vegana, salsa veganesa, cogombret, tomàquet, guacamole i xili de Jalapa (pa lleuger de brioix vegà)

## 2 AFEGEIX ELS TEUS COMPLEMENTS

+ ARRÒS AL WOK 4,60€  
saltat amb verdures de temporada.

+ RED QUINOA 3,95€  
quinoa vermella, lleties caviar, kale, salsa de iogurt i nabius secs.

+ MIX DE BOLETS 3,95€  
mix de bolets saltats a la brasa i crème fraîche.

+ GRILLED AVOCADO 3,80€  
alvocat al grill amb veganesa i harissa.

+ SWEET-POTATO CHIPS 3,75€  
bastonets de moniato amb salsa lleugera de remolatxa.

+ PATATES «QUASI BRAVES» 3,95€  
minipatates amb allioli i salsa brava.

+ HUMMUS 3,80€  
amb cirerols, ravenets i coriandre.

+ GUACAMOLE 3,90€  
alvocat fresc, xili de Jalapa, ceba, coriandre, pico de gallo i suc de llima.

+ GREEN WOK 3,90€  
brasejat de coliflor, bròquil, mongeta tendra, pastanaga i col kale.

+ CARXOFA BRASEJADA 4,50€  
grills de carxofa saltats.

+ POLLASTRE LEMON HERBS 5,50€

+ POLLASTRE DE CORRAL 6,90€

+ VEDELLA CRIOLLA 7,50€

+ TATAKI DE TONYINA 7,95€

+ MUSTARD SALMON 8,00€

+ TÀRTAR DE SALMÓ 7,00€

+ TÀRTAR DE TONYINA 7,95€

+ SEITAN TERIYAKI 6,90€

+ FALÀFEL CASOLÀ 5,95€

+ BURRATA 5,50€

+ OU ESCALFAT 2,90€

## SPICE UP YOUR LIFE!

AFEGEIX-HI UN EXTRA DE SALSA 1,00€

- «allioli
- crème fraîche
- sweet chili
- veganesa
- chimichurri
- honey and soy
- brava
- veganesa de remolatxa
- maïosabi

## TO SHARE

**CARXOFES IBÈRIQUES** 9,20€  
saltades, amb encenalls de pernil ibèric.

**TOTOPOS CASOLANS AMB GUACAMOLE** 8,80€  
natxos casolans, guacamole, pico de gallo, crème fraîche, xili de Jalapa i fesols negres.

**MIX D'HUMMUS AMB PAPANUM** 7,00€  
hummus de cigrons, hummus de remolatxa i crunchy papadum.

**TÀRTAR DE SALMÓ AMB ALVOCAT** 9,90€  
dados de salmó, aguacate y brotes de soja.

**TUNA TARTAR** 10,80€  
daus de salmó, alvocat i brots de soja.

**SWEET-POTATO CHIPS** 6,50€  
bastonets de moniato amb salsa lleugera de remolatxa.

**PATATES «QUASI BRAVES»** 6,50€  
minipatates amb allioli i salsa brava.

**FALÀFEL CASOLÀ** 7,50€  
amb salsa de iogurt i coriandre.

**PA** 1,50€  
llesca de pa de massa mare torrada.

## BOWLS

**ELICOIDALI ALLA BOLOGNESE** 13,50€

pasta amb bolonyesa de verdures, soja, herbes provençals i grana padano.

**BOWL DE TÀRTAR** 13,50€

amb fava edamame, alvocat, ravenets, mango, col llombarda, anacards i alga wakame.

TRIA LA TEVA BASE

+ ARRÒS BASMATI

+ QUINOA VERMELLA

TRIA EL TEU TÀRTAR

+ DE TONYINA (+2,40€)

+ DE SALMÓ TERIYAKI

**THAI CURRY** 12,50€

amb llet de coco, lemon grass, bròquil, mongeta tendra, coliflor, ametlla trosjada i coriandre acompanyat d'arròs basmati.

TRIA LA TEVA PROTEÏNA

+ POLLASTRE

+ TOFU (+0,50€)

+ GAMBOT (+4,00€)

+ EXTRA PICANT (+1,00€)

## DRINKS

**KOMBUTXA** 4,90€

AÇAÍ I FRUITS DEL BOSQ

GINGER I L LIMONA

**AIGUA INFUSIONADA** 2,50€

VI

NEGRE - BLANC - ROSAT

CERVESA

## THE END 5,50€

**BOWL DE IOGURT**

iogurt cremós, granola, fruits del bosc i xarop d'erable de sucre.

**XIA BOWL MADUIXA**

llet de civada i coco, xia, maduixa, xocolata negra, granola i ametlla.

**XIA BOWL MANGO**

llet de civada i coco, melmelada de mango, granola, plàtan i nabius.

**BOWL DE FRUITA**

fruita de temporada preparada.

SI TENS ALGUNA AL·LÈRGIA A ALGUN ALIMENT O INTOLERÀNCIA AL GLUTEN, NO DUBTIS A CONSULTAR-NOS.

ELS PRODUCTES FRESCOS DE PESCA QUE SERVIM S'HAN SOTMÉS A UN TRACTAMENT DE FRED D'ACORD AMB EL REIAL DECRET 1420/2006 // TOTS ELS PREUS INCLOUEN L'IVA.

SERVEI A LA TERRASSA AMB SUPLEMENT.