

BIOVEGAN

by Navarro HERBOLARIO

REAL FOOD PARA CUERPO, MENTE Y ALMA

EN BIOVEGAN CREEMOS EN UNA ALIMENTACIÓN QUE NUTRE DESDE LA RAÍZ: INGREDIENTES FRESCOS, LOCALES Y DE ORIGEN CONSCIENTE. CADA PLATO ESTA PENSADO PARA CUIDAR TU BIENESTAR. SIN RENUNCIAR AL SABOR.



DESAYUNOS CONSCIENTES

Empieza el día con energía natural y sabor real.

TOSTADAS

Pan de masa madre / Opción sin gluten disponible

- AGUACATE, EDAMAME Y BROTES TIERNOS. 6,00 €
- ATÚN, AGUACATE Y BROTES TIERNOS. 8,50 €
- ACEITE VIRGEN EXTRA ECOLÓGICO. 3,00 €
- QUESO FETA, TOMATE CHERRY, PESTO Y BROTES TIERNOS. 6,00 €
- TOMATE RALLADO Y ACEITE VIRGEN EXTRA ECOLÓGICO. 3,50 €
- MANTEQUILLA Y MERMELADA. 4,00 €
- SALMÓN AHUMADO SUAVE, CRÈME FRAÎCHE Y BROTES TIERNOS. 12,00 €
- HUEVO, RÚGULA, TOMATE, AGUACATE Y MIX DE SEMILLAS. 8,50 €
- TOSTADA A TU RITMO: HUEVOS AL GUSTO, TOMATE, BROTES TIERNOS, MIX SEMILLAS Y VINAGRETA. 8,50 €

GRANOLAS

- YOGURT GRIEGO DE CABRA, MERMELADA, MUESLI Y FRUTA DE TEMPORADA. 7,00€
- BOWL YOGURT CON AÇAÍ ECO, MUESLI, CHIA, PLÁTANO, FRUTOS ROJOS Y FRUTA DE TEMPORADA. 9,00€



LIQUADOS NATURALES

Elaborados al momento sin azúcares añadidos

- ANTIOX: MANZANA, ZANAHORIA Y JENGIBRE. 5,50€
- MINERALIZANTE: REMOLACHA, ZANAHORIA, MANZANA Y APIO.
- DETOX: PEPINO, MANZANA, JENGIBRE Y KALE.

BEBIDAS CALIENTES

Opciones leche vaca sin lactosa, arroz, avena, soja o almendra (Sin azúcar)

- AMERICANO 2,00€
- CAFÉ CON LECHE 2,50€
- CAFÉ SOLO 1,70€
- CAPUCCINO 3,00€
- FLAT WHITE 2,50€
- CAFÉ CORTADO 2,00€
- INFUSIONES 2,00€
- TÉ 2,50€
- TÉ EN LECHE 3,00€
- CÚRCUMA LATTE 3,90€
- CHAI LATTE 3,90€
- MATCHA LATTE 3,90€



ENERGÍA PARA EL DÍA

Platos completos, sabrosos y equilibrados.

POKE

Opción base de arroz o quinoa

- ATÚN FRESCO CON VEGETALES CRUJIENTES, MANGO, SEMILLAS Y UN TOQUE DE SOJA. 12,50 €
- GARBANZOS CON AGUACATE, EDAMAME, MANGO, PEPINO Y SEMILLAS TOSTADAS. 12,50 €
- POLLO LIGERO CON MANGO, MEZCLUM, PEPINO, TOMATE CHERRY Y UN TOQUE DE MOSTAZA-MIEL. 13,50 €
- SALMÓN AHUMADO SUAVE CON AGUACATE, WAKAME EDAMAME, MANGO Y CRÈME FRAÎCHE. 16,00 €
- TOFU FRESCO CON VEGETALES, MANGO, ZANAHORIA Y SALSAS DULCES-SALADAS. 12,50 €
- POKE MEX: CHILI VEGANO DE HEURA TEX-MEX, AGUACATE, PICO DE GALLO, CRÈME FRAÎCHE, JALAPEÑOS Y NACHOS CRUJIENTES. 12,00 €

SÁNDWICHES TRIPLES

Opción extra pollo, hamburguesa ternera +3,00€

- CLUBHOUSE: POLLO, QUESO CHEDDAR, BACON, HUEVO, TOMATE, MEZCLUM Y VEGANESA. 14,00€
- POLLO, QUESO, BROTES TIERNOS, VEGANESA, TOMATE Y MOSTAZA MIEL (INCLUYE NACHOS) 13,00€
- TOFU AHUMADO, QUESO VEGANO, TOMATE, BROTES TIERNOS Y VEGANESA (INCLUYE NACHOS) 12,50€

ENERGY BOWLS

- ENERGY BOWL: QUINOA, HUEVO, AGUACATE, BROTES TIERNOS, TOMATE CHERRY, CHUCRUT, CRÈME FRAÎCHE, QUESO FETA, PAN MASA MADRE, BONIATO ASADO. 12,50€
- PLANTPOWER BOWL: QUINOA, TOFU AL HORNO, HUMMUS DE GARBANZO, BROTES TIERNOS, TOMATE CHERRY, PAN MASA MADRE, CHUCRUT, CRÈME FRAÎCHE. 14,90€

BURGERS

Acompañadas de chips de lentejas/ Opción pan sin gluten +1,00€

- HAMBURGUESA DE TERNERA O POLLO, PAN BRICHOE ARTESANAL, QUESO CHEDDAR, TOMATE, VEGANESA Y MEZCLUM DE LECHUGAS. 14,00€
- HAMBURGUESA DE PROTEÍNA VEGETAL, PAN, QUESO VEGETAL, TOMATE, VEGANESA Y MEZCLUM DE LECHUGAS.
- MEXICAN BURGER: TERNERA, POLLO O HEURA, GUACAMOLE Y BOLOÑESA DE HEURA Y JALAPEÑO.

REAL food

TARTAS ARTESANALES

Postres hechos con amor, ingredientes ecológicos y recetas que nutren cuerpo y alma.

PRECIOS	RACIÓN	PEQUEÑA 8 PORCIONES APROX	GRANDE 12 PORCIONES APROX
CLÁSICA	5,00€	30,00€	50,00€
VEGANA	5,50€	35,00€	55,00€
CACAO Y DÁTIL	6,00€	35,00€	60,00€

🥕 **CARROT CAKE:** SUAVE BIZCOCHO VEGANO SIN GLUTEN, ZANAHORIA, CANELA Y NUECES, CUBIERTO DE UN FRESCO Y LIGERO FROSTING.

🍌 **BANOFFEE:** COMBINACIÓN DE BASE CRUJIENTE DE GALLETA, PLÁTANO, CREMA DE GALLETA LOTUS Y CHANTILLY.

🍏 **CRUMBLE DE MANZANA:** BASE DE MASA QUEBRADA, COMPOTA DE MANZANA CON UN TOQUE DE CANELA Y COBERTURA CRUJIENTE.

🍓 **CHEESECAKE:** BASE CRUJIENTE DE GALLETA CON RELLENO SUAVE DE QUESO CREMA. COBERTURA A ELEGIR: MERMELADA DE FRUTOS ROJOS, DULCE DE LECHE O SIN COBERTURA.

🍫 **TARTA DE LA ABUELA:** DELICIOSA Y CLÁSICA RECETA DE LA ABUELA, CON RIQUEZIMAS CAPAS DE GALLETA, CREMA DE DULCE DE LECHE CON TOQUE DE CAFÉ Y COBERTURA DE CHOCOLATE.

🍋 **LEMON PIE:** BASE CRUJIENTE DE GALLETA, CON FRESCA CREMA DE LIMÓN Y CHANTILLY.

🥥 **TARTA ZANAHORIA Y COCO:** BASE VEGANA SIN GLUTEN, CON CREMA SUAVE DE ZANAHORIA, COCO Y ALMENDRA (VEGANA Y SIN GLUTÉN)

🌴 **TARTA CACAO Y DÁTILES:** BASE VEGANA SIN GLUTEN, CON RELLENO CREMOSO DE CACAO PURO, DÁTILES Y COCO (VEGANA Y SIN GLUTÉN)

🔔 ENCARGOS PERSONALIZADOS

¿TIENES UNA IDEA ESPECIAL?

CREAMOS TARTAS POR ENCARGO ADAPTADAS A TUS GUSTOS, NECESIDADES ALIMENTARIAS O CELEBRACIONES. SIN GLUTEN, SIN AZÚCAR, SIN FRUTOS SECOS, CON INGREDIENTES ESPECÍFICOS O DECORACIONES ÚNICAS.

🌟 CUÉNTANOS TU IDEA Y LA HACEMOS REALIDAD.

⚠️ ALÉRGENOS

CONSULTA NUESTRA CARTA DE ALÉRGENOS.

NUESTRAS ELABORACIONES PUEDEN CONTENER TRAZAS DE GLUTEN, FRUTOS SECOS, SOJA U OTROS ALÉRGENOS.