



# herbívoro

## MENÚ

**“La paz comienza por tu plato”**

## Desayunos

**Parfait** 10.9

Variedad de frutas, crema de coco, y nuestra deliciosa granola.

**Tostada de orellanas** 10.9

Tostada de pan de masa madre, cubierta de orellanas en crema de pimienta y levadura nutricional.

**Tostada de tofu espinaca y hogao** 10.9

Tostada de pan de masa madre, cubierta de scramble de tofu espinaca y hogao.

**Tamal** 10.9

Tamal de masa tradicional, proteína vegetal y verduras

**Bowl de avena, manzana y nueces** 10.9

Bowl tibio de avena en leche de coco, nueces, manzana criolla y canela.

**Bowl de acai** 10.9

Bowl frío de acai, frutas y nuestra granola de la casa

**Calentado criollo** 15.9

Arroz integral, seitán desmechado, tomate, frijol negro, hogao, plátano maduro, achiote y cilantro.

**Calentado masala** 15.9

Arroz integral, garbanzos, papa en cascotes, zuquiní, tomate y masala.

**Caldo de quinua** 13.9

Quinua, tofu, papa y verduras (habichuela, zanahoria, arveja y cebolla)

## Bebidas calientes

**Café americano** 2.9

**Café latte** 4.9

**Capuchino** 4.9

**Te verde** 2.9

**Te chai caliente** 6.9

**Te ritos de plantas** 5.9

**Agua de panela con limón y jengibre** 2.9

## Pastelería de sal

**Empanada de maíz y orellana** 2.9

Masa de maíz peto, relleno de papa, orellanas y hogao.

**Empanada mexicana** 2.9

Relleno de frijol negro, pico de gallo, arroz al cilantro y chipotle. (Ligeramente picante)

**Empanada criolla** 2.9

Papa criolla, verduras, hogao, soya texturizada.

**Empanada al horno** 4.9

**Panzerotti pesto y tomate** 9.9

Pesto, tomate y queso de la casa.

**Panzerotti champiñones y cebolla** 9.9

Champiñones, cebolla y queso de la casa.

**Falafel porción** 3.9

Nuestro falafel de lenteja x 3 unidades.

## Bebidas frías

**Agua de panela helada con limón y jengibre** 2.9

**Jugo del día** 2.9

**Batido cacao** 5.9

Banano, cacao, y almendras.

**Batido de frutos rojos** 5.9

Frambuesas, fresas, moras y arándanos.

**Batido de acai** 5.9

Acai, banano.

**Batido verde** 5.9

Espinaca, piña, banano.

**Café negro helado 12oz.** 5.9

**Latte helado 12oz.** 6.9

**Nevado café 12oz.** 7.9

**Nevado chai 12oz.** 7.9

**Kombucha 125 ml.** 9.9

**Kombucha 750 ml.** 39.9

**Kombucha DAR 350 ml.** 7.9

**Pola del pub** 11.9

**Cerveza Club Colombia** 7.9

**Soda Flora** 7.9

## Menú del día

**Todos los días un menú diferente 17.9**

entrada, plato fuerte y bebida, consúltalo en nuestras redes sociales. 11:30 a.m. - 9:00p.m.

## Cereales

**Arroz criollo 15.9**

Arroz integral, seitán desmechado, tomate, frijol negro, hogao, plátano maduro, chipotle, achiote y cilantro.

**Arroz masala 15.9**

Arroz integral, garbanzos, papa en cascotes, zuquini, tomate y masala.

**Show mein 18.9**

Tallarines de pasta fresca y vegetales salteados en el wok.

**Quinoa stir fry 16.9**

Quinoa y vegetales salteados en una deliciosa salsa ligeramente picante.

## Vegetales

**Vegetales y seitán kung pao 19.9**

Delicioso bowl de vegetales salteados, piña, seitán y mani en salsa agrídulce acompañada de arroz integral.

**Zuquinis y garbanzos al romero 14.9**

Zuquini amarillo y verde, tomate, papas y garbanzos al romero y mayonesa de albahaca.

**Seitán y brocoli agrídulce 17.9**

Seitán, brócoli, salsa agrídulce y ajonjolí

**Chupe de verduras y tofu 17.9**

Coliflor, brócoli, leche de coco, hogao, queso de coco y tofu.

## Sopas

**Sopa putanesca 15.9**

Alcaparras, aceitunas, frijol blanco, cascotes de papa en crema ligera de tomate y balsámico.

**Sopa de tortillas y chipotle 16.9**

Frijol negro, maíz, cebolla, aguacate, chipotles ahumados y tortillas de maíz. \*ligeramente picante.

**Sopa de quinua tofu y verduras 13.9**

A base de quinua, tofu, papa y verduras. (zanahoria, arveja, habichuela, cebolla).

**Sopa india 11.9**

Espicias de la india, garbanzos, masala, curcuma, una pizca de aji y verduras. (habichuela zanahoria, arveja, cebolla) \*ligeramente picante.

## Ensaladas

**Ensalada de quinua negra y naranja 16.9**

Quinoa negra, naranja, frijol negro, aguacate, maíz, cebolla roja, mix de verdes, aderezo de chipotle y cítricos.

**Ensalada de algas y orellanas 18.9**

Algas nori, orellanas, mix de verdes, almendras, aderezo de crema de pimienta y zumo de limón.

**Ensalada de kale y frijol blanco 13.9**

Kale, frijol blanco, tomate, crutones, aderezo de tahine y vinagre de vino.

**Ensalada de cogollos, tofu y duraznos 17.9**

Tofu, cogollos, duraznos, lechuga romana morada, tomates, aceitunas, menta, aderezo de aceite de ajonjolí, vinagre balsámico y panela.

**Ensalada de frutas 16.9**

**Con helado 18.9**

## Entrepanes

### Hamburguesa de falafel combo 17.9

Hamburguesa de falafel en pan artesanal, chips de papa criolla y bebida.

### Hamburguesa de orellanas combo 17.9

Orellanas apanadas con salsa bbq y ensalada coleslaw, chips de papa criolla y bebida.

### Pita de Falafel combo 17.9

Sándwich de falafel en pan pita relleno de verduras asadas, frescas, y mayo de albahaca de la casa.

### Wrap de falafel combo 17.9

Pan servilleta relleno de falafel, mayo de albahaca acompañado de chips de papa criolla y bebida.

## Acompañamientos

### Chips de papa criolla 5.9

### Sopa del día 5.9

Una sopa diferente para cada día, consúltalo en nuestras redes sociales.

### Porción de pan 3.9

Pan de masa madre tostado.

### Adición de arroz 3.9

Porción de arroz integral.

## Pizzas

### Pizza margarita 19.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, tomate y albahaca.

### Pizza de verduras 22.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, berenjenas, zuquini y pimentones asados.

### Pizza hawaiana 24.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, jamón vegano y piña fresca.

### Pizza putanesca 24.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, accitunas negras, alcaparras y queso crema de almendras.

### Pizza tomatina 24.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, tomates confitados al orégano y cebolla crispy.

### Pizza silvestre 25.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, base blanca, rugula orellanas y crema de pimienta.

### Pizza dátiles y manzana 25.9

Pizza de masa madurada, queso vegano, base blanca, dátiles y manzanas pochadas.

### Pizza peperoni 26.9

Pizza de masa madurada, queso vegano y pepperoni en aceite picante.

## Helados

### Helado 1 bolita **5.4**

Nuestro delicioso helado vegano, escoge tu sabor.

### Helado 2 bolitas **8.7**

Nuestro delicioso helado vegano, escoge dos sabores.

### Malteada vegana **12.9**

Malteadas veganas de helado, leche vegetal y crema de coco 12oz. escoge tu sabor.

### Helado x 800 ml. **28.9**

Nuestro delicioso helado vegano, escoge tu sabor.

### Helado x 1.500 ml. **48.9**

Nuestro delicioso helado vegano, escoge tu sabor.

### Cono galleta **4.9**

Paquete x 10 unidades para que armes tu helado en casa.

### Disfruta nuestros sabores

Cacao con jengibre  
Coco  
Te Chai  
Flor de jamaica con limón  
Piña con hierbabuena  
Mandarina  
Fresa  
Guanabana

Pregunta por el sabor de temporada.

Endulzantes: Azúcar. Panela orgánica, Stevia.

## Pastelería de dulce

### Torta porción personal **5.9**

Deliciosas tortas horneadas diariamente, elige tu sabor.

### Torta mediana **30** **5 porciones**

Deliciosas tortas horneadas por encargo. Escoge tu sabor.

### Torta Completa **54** **10 porciones**

Deliciosas tortas horneadas por encargo. Escoge tu sabor.

### Torta choco banano

Torta de banano y cacao con crema de aguacate.

### Torta de zanahoria

Torta de zanahoria con arándanos y polvo de almendras.

### Torta de banano

Torta de banano y crema de coco

### Torta de cacao

Torta de cacao y crema de aguacate

### Torta con helado **8.9**

Combina como quieras nuestras porciones de torta y helado, escoge un sabor.

### Torta sin gluten **57** **10 porciones**

Por encargo

