

Especialidades veganas



C Ensalada Vegana de verduras: Mezclum de lechugas, pasas, tomates cherry, nueces, verduras asadas, aceitunas negras, y vinagreta de Modena...9,50

Ensalada Vegana de la casa: Mezclum de lechugas, **Heura**, nueces, crujiente de cebolla, croutons, tomates cherry y vinagreta de mango casera...10,95

C Lasaña Vegana: Capas de pasta vegana rellenas de verduras, salsa de tomate casera, queso vegano y salsa Pesto casera...9,95

Wok Vegano Teriyaky: Arroz Basmati con verduritas orientales salteadas, crujiente de cebolla, salsa teriyaki y **Heura**...10,95

C Crêpe Vegana Venecia: Masa de crêpe vegana, salteado de calabacín, berenjena, y champiñones, arroz Basmati y salsa Pesto casera...9,50

Crêpe Vegana Tery: Masa de crêpe vegana, lechuga, crujiente de cebolla, **Heura** y salsa Teriyaky...10,50

Crêpe Vegana Estambul: Masa de crêpe vegana, **Heura**, cebolla morada, mezclum de lechugas, tomates cherry y salsa "kebab" casera...10,50

Pan/sin gluten...0,85 / 1,25

C Pan de Ajo / sin gluten...1,15 / 1,55

Pan de ajo con queso vegano / sin gluten...2,20 / 2,75

Ingrediente adicional...+0,85 **Heura** adicional (100gr)...+3,00 Queso vegano adicional (40 gr)...+1,95

Postres veganos



C Crêpe "Miel de Caña": Masa de crêpe vegana, miel de caña, nueces, plátano y pasas...6,50

C Crêpe "frutos rojos": Masa de crêpe vegana, chocolate negro, frutos rojos, helado de vainilla vegano...6,95

C Batido helado de vainilla o de Mango con frambuesa...4,95

Cafés e infusiones con bebida vegetal...1,50

Bola extra de helado vegano...2,25

C Estos platos también los preparamos sin gluten, para ello debes avisarnos al pedir.

¿Alguna intolerancia alimentaria? Avísanos al hacer tu pedido.

Heura, un nuevo ingrediente basado en proteínas vegetales con una textura y composición única, hecho mediante un proceso similar al que se utiliza para hacer pasta o galletas. **Heura** es a las legumbres lo que la pasta significó a los cereales.

El principal ingrediente es la soja porque, desde un punto de vista nutricional, es una legumbre casi inmejorable. Es muy rica en fibra, isoflavonas, vitaminas y minerales. Es la legumbre que más proteína y lisina contiene y además, es super saciante. Contiene 2 veces más proteína que el huevo, 4 veces más hierro que un plato de espinacas y tiene 6 veces más fibra que el tofu.

Heura no contiene gluten, es bajo en grasas saturadas y, como es 100% vegetal, no tiene colesterol. Posee un alto contenido en proteínas de alto valor biológico, fibra, hierro y vitamina B12. Además, es una fuente de potasio, magnesio y fósforo.

Descubre más sobre este producto
www.foodsfortomorrow.com

heura
by Foods for Tomorrow

eh voilà!
express concept restaurante creperia

eh voilà!
express concept restaurante crêperia

Carta Vegana