

# Quinoa

DESAYUNO  
BRUNCH  
HORA DEL TÉ

## BRUNCH QUINOA

(V opcional)

Entrada a elección: pudding de chía (V) o ensalada de frutas (V) o açai con fruta y granola (V) o granola con fruta y yogurt.

Pan integral, scone y 3 alternativas (palta, mermelada casera, hummus, tomate, miel mantequilla de maní y/o mantequilla).

Fondo a elección: burritos, omelette, muffin, brownie vegano o huevos pochados.

Té o café + jugo natural.

\$14.990

**PAN SIN GLUTEN** 🌿 (3 rebanadas) \$1.990

## DESAYUNO

**DESAYUNO QUINOA** (V opcional) \$6.990

Pan integral, scone y 3 alternativas (palta, huevos revueltos de gallina feliz, mermelada casera, hummus, tomate, miel y/o mantequilla).

Incluye té/ café y mini jugo natural (100 ml)

**PAN SIN GLUTEN** 🌿 (3 rebanadas) \$1.990

**DESAYUNO KETO** \$5.990

Palta, mozzarella fresca, huevo pochado, tomates cherry y almendras tostadas.

## SALADO

**HUEVOS POCHADOS** \$5.990

Sobre pan integral y palta o sobre pan integral y espinaca salteada.

**HUEVOS POCHADOS TRUFADOS** \$6.990

Sobre pan integral y palta o sobre pan integral y espinaca salteada.

**OMELETTE** \$6.590

Con huevos de gallina feliz, champiñones, espinaca y queso mozzarella.

**SHAKSHUKA** \$6.990

Huevos escalfados en salsa de tomate casera, cebolla, pimentón y cilantro.

**BURRITO DESAYUNO** (V opcional) \$6.990

Porotos negros, guacamole, cebolla caramelizada y queso mozzarella en tortilla de trigo.

\*Pide la versión sin gluten en tortillas de maíz (+\$1000). 🌿

**SANDWICH PLANCHADITO** \$6.590

Planchadito de pan de semillas de La Popular con queso mozzarella, champiñones salteados, pimiento asado y rúcula.

## DULCE

**ENSALADA DE FRUTAS** V \$4.990

Las frutas varían de acuerdo a la estación.

**GRANOLA** \$5.590

Con fruta, yogurt natural y miel.

**AÇAI** V \$6.990

Con granola y fruta.

**PUDDING DE CHIA** V \$4.990

Con leche de coco y salsa de maracuyá o frutos rojos sin azúcar.

**BROWNIE VEGANO** V \$4.990

Con chocolate 70% cacao. Sin azúcar refinada.

**GALLETÓN CON CHIPS DE CHOCOLATE** V \$2.690

**GALLETA DE QUÍNOA Y CHOCOLATE** V \$2.690

sin gluten

**GALLETÓN DE ALMENDRAS** \$2.690

sin gluten

**MUFFIN** \$2.290

Zanahoria / chocolate

**FINANCIER** \$2.290

Queque elaborado con una mezcla de harina de almendras y de trigo.

**KUCHEN DEL DÍA** \$4.690

**PANQUEQUES** \$4.690

Con manjar.

**PANQUEQUES** \$4.990

Con nutella.

**ROLLO DE CANELA** \$2.390

**PAN DE CHOCOLATE** \$2.390

**QUEQUE DEL DÍA** \$1.590

## CAFETERIA

**ESPRESSO** \$2.590

**ESPRESSO TÓNICA** \$3.990

**AMERICANO** \$2.590

**AMERICANO LIMÓN** \$3.590

**CAPUCCINO** \$2.990

**LATTE** \$3.590

**CARGA EXTRA** +\$900

**CAFE HELADO** \$4.590

**CHAI LATTE** \$3.990

Té negro, especias y leche.

**MATCHA LATTE** \$3.990

Té verde japonés y leche texturizada

**TURMERIC GOLDEN LATTE** \$3.990

**TURMERIC CHOCOLATE** \$3.990

**CHOCOLATE CALIENTE** \$3.990

**LECHE VEGETAL** 🌿 +\$500

**TE ORGÁNICO / INFUSIONES** \$2.590



Todos nuestros café pueden ser elaborados con leche vegetal.

## PARA TOMAR

**JUGOS NATURALES** \$3.590

Naranja, zanahoria, piña con jengibre, limonada menta y frutos rojos.

**JUGO DE POMELO** \$3.990

**JUGO DETOX** \$4.590

(prensado en frío)

Manzana verde, espinaca, pepino y jengibre.

**AGUA PRISMA** \$2.590

Con gas/ sin gas Amigable con el medio ambiente.

**LASSI DE MANGO** \$4.590

Bebida de la india, de yogurt, mango y una pizca de cúrcuma

**KOMBUCHA** \$4.190

## POSTRES

**CARIBE** V \$4.990

Sorbete de maracuyá con piña, mango fresco, salsa de maracuyá y espuma de coco.

**TARTELETA DE NUEZ Y MANJAR** \$5.590

Con helado a elección.

**CHEESECAKE VEGANO** V \$5.290

Con castañas de cajú, pasas y salsa de frutos rojos.

**BROWNIE VEGANO** V \$5.590

Con sorbete a elección

**FLAN DE COCO** \$4.590

Con escamas de coco tostado.

**COULANT DE CHOCOLATE** \$5.990

Con helado a elección.

**CRUMBLE DE MANZANAS, PERAS Y MEMBRILLO** \$4.990

Con helado a elección.

**KUCHEN DEL DÍA** \$5.590

Con helado a elección

**HELADOS Y SORBETES** \$4.590

## HORA DEL TÉ

Té o café + jugo natural.

Un dulce a elección (muffin, galletón, kuchen o panqueques).

Una panera con mantequilla, mermelada, palta o huevos revueltos de gallina feliz.

\$10.990

# Quinoa



## SOPA DEL DÍA / GAZPACHO

\$5.790

## ENTRADAS

- TÁRTARO DE VEGETALES** \$9.990  
Tártaro betarraga, palta y zanahoria con emulsión de cilantro y aderezo thai acompañado de tostadas.
- CEVICHE DE COCHAYUYO** \$9.990  
Cochayuyo, zanahoria, pimentón rojo, champiñón, mango, cebolla morada, cilantro y leche de tigre vegana.
- ROLLITOS THAI** \$9.990  
Verduras frescas envueltas en papel de arroz y nori con salsa de maní.
- GUACAMOLE** \$8.990  
con chips de maíz
- HUMMUS** \$7.590  
con chips de pan pita
- EMPANADITAS DE MASA PHILO** \$9.990  
rellenas de espinaca, orégano fresco, queso de cabra y ricotta.

## ENSALADAS

*Agrega tu sopa por \$4.590*

- CELEBRACIÓN** \$10.990  
Peras salteadas, nueces tostadas, queso azul, granada, semillas de zapallo y reducción de vinagre balsámico sobre hojas verdes.
- QUINOA ROJA** \$9.990  
Quinoa blanca y roja, zanahoria, aceitunas, cilantro, tomates cherry, palta, almendras tostadas, hojas verdes y tofu salteado.
- INSALATA DI RISO** \$9.990  
Arroz integral, zapallo italiano, champiñones, palta, tomates asados, alcaparras, aceitunas verdes, hojas verdes y parmesano. "Homenaje a El Huerto".
- BUDDHA BOWL** \$10.990  
Hummus, quinoa, kale salteado, brócoli, camote horneado, palta, zanahoria, betarraga y tofu marinado. Aderezo thai.
- MEZZE** \$11.990  
Falafel, hummus, baba ganoush, tabouleh de quinoa, salsa de pimientos asados con nueces tostadas y ensalada griega acompañado de chips de pan pita.
- QUESO DE CABRA APANADO EN PANKO** \$10.990  
Con zapallo italiano, pimientos rojos y berenjenas grilladas, tomates cherry, aceitunas, hojas verdes, mermelada de tomates y chips de pan pita.



*Cualquiera de nuestras ensaladas puede ser vegana cambiando el queso por tofu*

## DE FONDO

*Agrega tu sopa por \$4.590*

- GNOCCHI DE ZAPALLO** \$11.990  
Gnocchi de zapallo con pesto, champiñones, espinaca, brócoli, mozzarella fresca, almendras tostadas y perejil.
- BURRITOS ( opcional)** \$10.990  
Tortillas de trigo rellenas con porotos negros, cebolla caramelizada, aceitunas, guacamole y mozzarella. Salsa pico de gallo y crema ácida acompañado de ensalada de lechuga, tomates cherry y cebolla morada.
- \*Pide la versión sin gluten en tortillas de maíz (+ \$1.000)
- LASAÑA DE BERENJENAS (Keto)** \$10.990  
Berenjena, zapallo italiano, tomates asados, albahaca, queso de cabra y mozzarella, (sin masa) con ensalada verde.
- PAD THAI** \$10.990  
Salteado tallarines de arroz, zanahoria, pimiento rojo, zapallito italiano, tofu, cebollín, kale, champiñones, maní, cilantro, dientes de dragón, curry verde, salsa de soya y un toque de limón sutil.
- DHAL DE LENTEJAS** \$10.990  
Lentejas y verduras con leche de coco y especias indias acompañadas de arroz basmati, brócoli, maní y cranberries.
- RISOTTO** \$11.990  
Arroz arbóreo con ragout de champiñones, perejil y queso parmesano.

**PLATO DEL DÍA**  
**+ JUGO NATURAL (200 ml)**  
**+ POSTRE O CAFÉ**  
(Lunes a Viernes)

\$13.990

## ALMUERZO Y COMIDAS

## PARA TOMAR

- JUGOS NATURALES** \$3.590  
Naranja, zanahoria, piña con jengibre y frutos rojos.
- LIMONADA CON MENTA** \$3.590  
o Limonada con menta y jengibre
- JUGO DE POMELO** \$3.990
- AGUA PRISMA** \$2.590  
Con gas/ sin gas
- CERVEZA SIN ALCOHOL** \$3.590
- BOATVIAN GINGER BEER** \$3.590
- BOTAVIAN GRAPEFRUIT SODA, POMELO** \$3.590
- KOMBUCHA** \$4.190  
Manzana jengibre, Mix de Berries y Sabor Original.
- JUGO DETOX** \$4.590  
(prensado en frío)  
Manzana verde, espinaca, pepino y jengibre.
- LASSI DE MANGO** \$4.590  
Bebida de la india, de yogurt, mango y una pizca de cúrcuma

## CAFETERÍA

- ESPRESSO** \$2.590
- CAPUCCINO** \$2.990
- LATTE** \$3.590
- AFFOGATO** \$3.990
- INFUSIONES / TÉ ORGÁNICO** \$2.590
- LECHE DE ALMENDRAS / AVENA** \$5.000

## POSTRES

- CARIBE** \$4.990  
Sorbete de maracuyá con piña, mango fresco, salsa de maracuyá y espuma de coco.
- TARTELETA DE NUEZ Y MANJAR** \$5.590  
Con helado a elección.
- CHEESECAKE VEGANO** \$5.290  
Con castañas de cajú, pasas y salsa de frutos rojos.
- BROWNIE VEGANO** \$5.590  
Con sorbete a elección
- FLAN DE COCO** \$4.590  
Con escamas de coco tostado.
- COULANT DE CHOCOLATE** \$5.990  
Con helado a elección.
- CRUMBLE DE MANZANAS, PERAS Y MEMBRILLO** \$4.990  
Con helado a elección.
- KUCHEN DEL DÍA** \$5.590  
Con helado a elección
- HELADOS Y SORBETES** \$4.590