

ŚNIADANIE NA SŁODKO

SMOOTHIE BOWL

smoothie bowl to bardzo gęste smoothie do którego dodajemy wypiekaną przez nas granolę, sezonowe owoce i superfoods.

35 zł

BLUE OCEAN

smoothie: banan, cytryna, niebieska spirulina,
dodatki: cytrynowa granola, ananas, jagody goji, chia.

GREEN HEART

smoothie: banan, szpinak, cytryna,
dodatki: granola czekoladowa, banan, kokos, nasiona konopii.

LADY IN PINK

smoothie: banan, woda różana, mleko migdałowe, burak,
dodatki: granola czekoladowa, banan, ziarna kakaowca, płatki róży.

PROTEIN POWER

smoothie: banan, białko ryżowe, białko konopne,
mleko migdałowe, daktyle,
dodatki: banan, masło migdałowe, nasiona konopii, nasiona chia,
jagody goji.

GRANOLA BOWL

to wypiekana przez nas granola z dodatkiem świeżych, sezonowych owoców, kwiatów, ziół i superfoodsów.

36 zł

1. WYBIERZ GRANOLĘ
cytrynową / czekoladową

2. WYBIERZ MLEKO KOKOSOWE

naturalne zielone z matchą niebieskie ze spiruliną
różowe z burakiem żółte z kurkumą i cynamonem

3. DODAJ ULUBIONĄ PASTĘ (do wyboru):

masło migdałowe vegan nutellę
pastę kokosową pastę pistacjową

3 zł

4. DODAJ SUPERFOODS (do wyboru):

maca (peruwiański żeń-szeń) nasiona chia
białko ryżowe (wegańskie białko) spirulinę (alga morską)
nasiona konopii białko konopne (wegańskie białko)
matchę (sproszkowana zielona herbata) jagody goji

2 zł



cold pressed juices
vegan food & sweets

BOWLE (na ciepło)

38 zł

CRAZY PEANUT

czerwony ryż, tofu z masłem z orzechów ziemnych, mix sałat,
ogórek, brokuł, pieczony batat, awokado, sezam.

KRAKOWSKA MACZANKA

wegańska maczanka sojowa, pieczone ziemniaki, brokuł, sałata,
ogórki kiszony, pomidor, sos czosnkowy, dymka,
nasiona słonecznika i dyni.

SO SALMON

pieczone ziemniaki, pieczony tofu łosoś, grillowane szparagi,
mix sałat, ogórek, cytrynowy serek z nerkowca, cytryna, dymka.

RAINBOW BOWL

biały ryż, tofu z masłem z orzechów ziemnych, edamame,
mango, ogórek, awokado, sezam, kiszona rzodkiewka.

KIMCHI BOWL

biały ryż, tofu łosoś, grzyby shiitake, kimchi, awokado,
ogórek, sezam, dymka.

LEMON TREAT

grillowane szparagi podane na cytrynowym serku z nerkowców,
smażony tempeh, orzechy i nasiona pieczone w syropie klonowym i chili,
komosa ryżowa, cytrynowa ciecierzycza, szpinak, olej porowy.
focaccia

SALAATKI

36 zł

VEGGIE FEST

mix sałat, grillowane szparagi, komosa ryżowa, cytrynowa ciecierzycza,
pomidor, ogórek, oliwki, orzechy i nasiona pieczone
w syropie klonowym i chili, sos tahini - miso + focaccia.

NO MORE FISH

mix sałat, wędzona marchewka, grillowane szparagi, awokado,
czerwona kapusta, orzechy i nasiona pieczone
w syropie klonowym i chili, cytryna, sezam, sos musztarda - klon
+ focaccia.

ZAMÓWIENIA PROSIMY SKŁADAĆ PRZY BARZE

SPRING ROLLS

sałata, wędzone tofu, papryka, ogórek, mango,
awokado - zawinięte w papier ryżowy, podane z sosem orzechowym.
danie zawiera 4 spring rollsy i 60 ml sosu sos tahini - miso.

TORTILLE na zimno

29 zł

WHERE IS NEMO?

wędzona marchewka a la łosoś, czerwona kapusta, ogórki,
serek z nerkowca, shiitake, sałata.

POPEYE

szpinak, tempeh, kukurydza, sos czosnkowy, pomidoru, cebula, awokado.

TORTILLE na ciepło

BROMANCE

sos czosnkowy, brokuł, wędzona marchewka, awokado, tempeh,
kukurydza, musztarda - klon.

EGGLESS PROTEIN

tofucznicza, tempeh, pomidor, dymka, szpinak, ogórek kiszony.

AWOKADO TOAST

35 zł

1. pasta z pieczarek z oliwą truflową, serek z nerkowca, awokado,
tymianek, wegański parmezan, zioła, kwiatki.

2. niemakrelowa pasta, ogórek, cebulka, nori zioła, kwiatki.

3. pasta bezjajeczna, ogórek, pomidor, zielona cebulka,
awokado, zioła, kwiatki.

BAJGLE

17 zł

1. serek nerkowca, wędzoną marchewka, ogórek, czerwona cebula,
sałata.

2. pasta bezjajeczna na bazie tofu, zielona cebulka, ogórek,
pomidor, sałata.

3. wegańska maczanka sojowa, ogórek kiszony, sos czosnkowy,
sos musztardowo-klonowy.

4. pasta bezmakreli, ogórek, nori, pomidor, sałata.

FOCACCIA

8 zł

PIEROGI

24 zł

1. z ziemniakami i wędzonym tofu
2. mięsne z soczewicą