



En Espacio Orgánico proponemos opciones de comida saludable, una dieta con menos proteínas de origen animal, sin renunciar a ella y mayor presencia en la cocina vegana/vegetariana, libre de ultraprocesados e ingredientes refinados.

Platos con gran variedad nutritiva, elaborados de manera casera con ingredientes 100% BIO, para acercarte a una alimentación completa, equilibrada y sabrosa.



*Aunque en nuestro establecimiento llevamos a cabo buenas prácticas de higiene y manipulación, al no disponer de líneas de producción diferenciadas para las elaboraciones no podemos garantizar la ausencia total de trazas de alérgenos en nuestros platos.

@espacioorganico





Menú del día **ECOLÓGICO**

Del 23/02 al 27/02

Todos nuestros menús BIO incluyen **pan, agua filtrada y estructurada y postre/café/infusión.**

Completa tu menú con un refresco/cerveza/kombucha/copa de vino por 2€ más.

Lunes

- Primeros:

- Alubias blancas con verduras
- / Carpaccio de calabacín marinado en vinagreta de mostaza con parmesano vegano

- Segundos:

- Lasaña de pollo
- Menestra de verduras con dados de tofu

Martes

- Primeros:

- Potaje casero
- Ensalada de la huerta con vinagreta casera

- Segundos:

- Hamburguesa jugosa de carne de pollo al plato con verduras
- Albóndigas veganas con crema ligera de calabaza

Miércoles

- Primeros:

- Crema casera de verduras
- Ensalada de temporada

- Segundos:

- Pollo al limón con salsa casera
- Nuggets veganos de lentejas con guarnición

Jueves

- Primeros:

- Sopa cremosa del día
- Carpaccio de remolacha fresca con un toque cítrico

- Segundos:

- Canelones gratinados de berenjena con boloñesa de carne
- Milhojas veganas en una fina capa de bechamel casera

Viernes

- Primeros:

- Crema de puerro y patata con virutas de coco
- Espaguetis de calabacín con salsa de cacahuete y queso vegano

- Segundos:

- Strogonoff de pollo con champiñones
- Zanahorias asadas con hummus de remolacha y picadillo vegano

MENÚ COMPLETO de L a V

15'90 €

IVA incluido

MEDIO MENÚ de L a V

14'50 €

IVA incluido

¿Quieres mejorar tu menú cambiando el 2º plato?

Disfruta de cualquiera de las siguientes **sugerencias*** de carta con tus menús por un extra:

+4,90€
Wok de arroz con verduras/tofu/pollo

+4,90€
Lasaña de carne

+3,90€
Berenjena masala

+4,90€
Quesadilla de jamón y queso

+3,90€
Espaguetis de calabacín

*Consulta los alérgenos en la carta.



RESERVAS:

91 657 25 15

Suplemento de pan sin gluten por 1€ más.

* Para cambiar OPCIÓN VEGETARIANA/VEGANA/SIN GLUTEN consultar al camarero.



Trazas de gluten



Gluten



Vegetariano



Vegano



Menú ECOLÓGICO

Especial fin de semana

Sábado 28/02

El menú incluye:

1 primero + 1 segundo + 1 bebida a elegir entre agua filtrada y estructurada / refresco/cerveza/kombucha/copa de vino + **postre/café/infusión**

Primeros

A elegir entre:

- Ensalada de tomates, aguacate y brotes verdes con vinagreta cítrica
- Crema de calabacín y puerro con un toque de aceite aromático

Segundos

A elegir entre:

- Burritos ecológicos rellenos de carne mixta con arroz y emulsión de hummus casero
- Albóndigas veganas de lentejas en salsa suave de curry con arroz integral

Bebida

A elegir entre:

Agua filtrada y estructurada / refresco / cerveza / kombucha / copa de vino

MENÚ ESPECIAL

24⁹⁰ €

IVA incluido

¿Quieres mejorar tu menú cambiando el 2º plato?

Disfruta de cualquiera de las siguientes **sugerencias* de carta** con tus menús por un extra:

+4,90€

Wok de arroz con verduras/tofu/ pollo

+4,90€

Lasaña de carne

+3,90€

Berenjena masala

+4,90€

Quesadilla de jamón y queso

+3,90€

Espaguetis de calabacín

*Consulta los alérgenos en la carta.



RESERVAS:
91 657 25 15

Suplemento de pan sin gluten por 1€ más.

*** Para cambiar OPCIÓN VEGETARIANA/VEGANA/SIN GLUTEN consultar al camarero.**



Trazas de gluten



Gluten



Vegetariano



Vegano



DESAYUNOS

De 10:00 a 12:00 H.

Empezamos con calentitos...

Huevos Revueltos con Verduritas 5,95€
Huevos de corral con selección de las mejores verduras de la temporada.

Sandwich de Jamón y Queso 6,20€
Pan, jamón de york y un queso suave.
*También en opción sin gluten.

Tostadas con pan Pavé

Aguacate y Tomate casero 5,60€
Rebanada gruesa con nuestro tomate casero emulsionado y los mejores aguacates.

Tomate casero 3,20€
Dos rebanadas con tomate emulsionado casero.

Hummus de Remolacha 3,95€
Rebanada gruesa con el hummus más atrevido de nuestra carta.

Mantequilla y Mermelada 3,00€
Dos rebanadas de mantequilla y mermelada casera.

Salmón y Queso crema 6,60€
Rebanada gruesa con salmón ahumado ecológico sobre queso de untar.

Plátano y Crema de Cacahuete 5,60€
Rebanada de crema de cacahuete, rodajas de plátano y almendra molida.

*Pide todas nuestras tostadas también en opción sin gluten.

Zumos y Batidos

EcoDetox casero 6,30€
Brócoli, limón, mazana y jengibre. ¡Con propiedades detox!

Sequoia casero 6,50€
Naranja, zanahoria, manzana, remolacha y limón. ¡Lleno de vitamina C!

Ghinko casero 4,95€
Zanahoria, manzana y jengibre. ¡Lleno de vitamina C!

Naranja natural 3,60€
Naranjas ecológicas de temporada.

Zumo de piña 2,20€
Piña ecológica.

Batido Healthy con Frutas de temporada 4,95€
Nuestro batido casero con leche o bebida vegetal (disponible de avena, soja o arroz). A elegir hasta dos ingredientes disponibles de la temporada entre: Frambuesa, arándano, fresa y mora.

Con dulzura

Yogur con Granola y Fruta 4,20€
Yogur con granola, semillas de chía y frutillas frescas.
*También en opción vegana.

Pancakes con Chocolate 5,20€
Deliciosas tortitas tradicionales con suave crema de chocolate.

Croissant/Napolitana 2,20€
Horneados al día.

Tarta casera 5,50€
*Consulta los alérgenos a nuestro personal.

Alternativas al café

Cacao con Leche 2,50€
*También disponible con bebida vegetal a elegir avena, soja o arroz.

Chocolate a la Taza Casero 2,80€
*También disponible con bebida vegetal a elegir avena, soja o arroz.

Chai Latte 5,50€
*También disponible con bebida vegetal a elegir avena, soja o arroz.

Matcha Latte 5,50€
*También disponible con bebida vegetal a elegir avena, soja o arroz.

Cafés

Delicioso arábica 100% en sus diferentes variantes, solo, cortado, con leche, con bebida vegetal, americano... ¡Elige el tuyo!

Café solo 1,50€

Café con leche / Cortado / Americano 1,80€

Capuccino 2,50€

Café de cereales 2,20€

Café con bebida vegetal 1,80€
(Avena, soja y arroz)

Bizcochos caseros

Naranja y Yogur 3,60€
De trigo con ralladura de naranja.

Plátano a la Canela y Jengibre vegano 3,60€
Nuestra opción vegana a base de plátano, con un toque especiado.

Chocolate Negro sin gluten 3,60€
Esponjoso bizcocho de chocolate con harina de arroz y chocolate 80%.

Combos de desayunos

Classic 3,95€
Café o infusión + A elegir entre: Tosta de tomate casero / Tosta de mantequilla y mermerlada / Croissant / Napolitana / Bizcocho casero: Naranja y yogur / Plátano a la canela y jengibre vegano / Bizcocho de chocolate negro sin gluten.

Healthy 5,90€
Café o infusión + A elegir entre: Bol de yogur con granola y fruta / Tosta de hummus de remolacha / Tosta de crema de chocolate vegano.

Premium 7,20€
Café o infusión + A elegir entre: Huevos revueltos con verduritas / Tosta de avocado y tomate casero / Tosta de plátano y crema de cacahuete / Sandwich de jamón y queso.

*Consulta los alérgenos de los platos en su apartado.

*Suplemento de zumo de naranja natural +1,50€ con el desayuno.

*Suplemento de huevo a la plancha por +2,50€ con el desayuno.





CARTA

Entrantes / Para compartir

- Nachos con Chili Vegano** 12,50€
Nuestra versión vegana con salsa de yogur vegano y guacamole.
- Nachos con Queso y Carne** 18,00€
Nachos con chili con carne y queso mozzarella.
- Hummus a la crudité** 8,50€
Hummus casero a tu elección acompañado de crudités y pan tostado.
A elegir entre: Remolacha / Garbanzo / Pimiento rojo.
- Crema de la Casa** 9,50€
Nuestra crema ecológica de verduras de temporada.
- Quesadilla de Jamón York** 13,80€
Quesadilla con jamón york y queso.

Los Principales

- Lasaña Vegana** 15,50€
Lasaña vegana de verduras variadas, bechamel casera, salsa de tomate y queso vegano.
- Lasaña Boloñesa** 15,50€
Con carne picada ecológica, verduritas variadas, bechamel casera, salsa de tomate y queso mozzarella.
- Noodles con Pollo Yakitori** 16,50€
Noodles con pollo al estilo yakitori.
- Wok de Verduras y Arroz** 13,50€
Wok de tofu con verduras a la salsa de soja acompañado de arroz.
- Wok de Pollo y Arroz** 14,50€
Wok de pollo con verduras a la salsa de soja acompañado de arroz.
- Espaguetis de Calabacín a la Toscana** 13,50€
Espaguetis de calabacín con salsa a la toscana y alcaparras.
*Plato crudivegano o cocinado.
- Albóndigas de la Casa** 14,50€
Albóndigas de carne caseras con guarnición de arroz.
- Berenjena Masala** 13,50€
Guiso de berenjena con especias y quinoa real.
- Aguacate Parrillero de Salmón y Mango** 18,00€
Aguacate a la parrilla con salmón ahumado y mango.
- Pollo al curry** 15,50€
Carne de pollo acompañado de arroz y salsa de curry.

- Suplemento de Pan** 1,00€
Todos nuestros panes son de masa madre.
- Suplemento de pan Sin Gluten** 2,00€
Pan sin gluten.

Nuestras Burgers

- Eco Cow Burger** 17,50€
Carne de ternera ecológica en pan brioche con sojanesa de tomate, cebolla crujiente, queso, beicon, sojanesa de mostaza y tomate seco con guarnición de patatas horneadas.
- Tex-Mex Chicken Burger** 17,50€
Carne jugosa de pollo ecológico en pan brioche con sojanesa de tomate, guacamole, cebolla crujiente, beicon, queso, pico de gallo y tomate seco con guarnición de patatas horneadas. ¡Sin picante, claro!
- Red Velvet Vegan Burger** 15,50€
Hamburguesa vegana casera de arroz y remolacha en pan rústico / pan brioche con humus de pimiento, cebolla crujiente, queso vegano y sojanesa de remolacha y tomate con guarnición de patatas horneadas.

*También en opción con pan sin gluten (+2€).

*Disponibles en **formato menú**: Burger + Patatas + Bebida + Postre.

Para los peques de la casa

- Arroz a la cubana** 13,00€
Arroz esponjoso con salsa de tomate casero y huevo ecológico.
- Pasta con Boloñesa** 13,50€
Espaguetis con salsa boloñesa y queso. ¡El clásico más deseado!
- Milanesa de pollo** 14,00€
Milanesa de carne de pollo ecológico rebozado en yogur vegetal y harina de arroz con guarnición de patatas horneadas.

*Disponibles en **formato menú**: Plato + Bebida + Postre.

Postres

- Tarta Casera de Queso** 5,50€
Deliciosa tarta de queso casera sin gluten.
- Brownie de la Casa con Helado** 7,50€
Brownie templado con helado de vainilla.
- Helado** 6,50€
Helado de vainilla o chocolate.
- Carrot Cake Casera** 6,50€
Carrot cake.





MENÚ HAMBURGUESA

El chorreo saludable

BURGER + BEBIDA + POSTRE

A elegir 1 de cada

*Incluye patatas



23^{'90}€

1

ELIGE TU BURGER

Eco Cow



Hamburguesa de carne de ternera ecológica en pan brioche.

Tex-Mex Chicken



Hamburguesa de carne jugosa de pollo ecológico en pan brioche.

Red Velvet Vegan



Hamburguesa vegana de arroz y remolacha en pan rústico o pan brioche.

2

ELIGE TU BEBIDA: Agua filtrada y estructurada o Refresco

3

TU POSTRE

Tarta casera de queso



Helado de chocolate o vainilla



Bizcocho de chocolate



*Las hamburguesas están disponibles en opción con pan sin gluten por 2€ más.

MENÚ INFANTIL

100% ecológico

PLATO + BEBIDA + POSTRE

A elegir 1 de cada



15^{'90}€

1

ELIGE TU PLATO

Pasta con Boloñesa



Espaguetis con salsa boloñesa. ¡El clásico más deseado!

Arroz a la cubana



Arroz esponjoso con salsa de tomate casero y huevo ecológico.

Milanesa de Pollo



Milanesa de carne de pollo ecológico rebozado con guarnición de patatas horneadas.

2

ELIGE TU BEBIDA: Agua filtrada y estructurada / Zumo de Piña / Refresco sin gas

3

TU POSTRE

Fruta de temporada



Helado de chocolate o vainilla



Yogur BIO vegetariano / vegano





BEBIDAS

Kombuchas

Kombucha de Frutos Rojos..... 3,80€
La mezcla perfecta con fresas, arándanos y flor de hibisco.

Kombucha de Té Verde..... 3,80€
La clásica kombucha con lo mejor del té verde ecológico.

Kombucha de Piña Colada..... 3,80€
El sabor popular que combina sabor, ritmo y hasta un poco de humor.

Kombucha de Jengibre y Limón..... 3,80€
La mezcla ideal de jengibre y limón.

Kombujito..... 3,80€
El primer mojito de kombucha sin alcohol con lima, limón y hierbabuena.

Refrescos

Refresco Moon Water de Lima y Jengibre..... 2,50€
Refresco a partir de agua mineral con gas, a base de zumo de limón y jengibre.

Refresco Moon Water de Naranja y Granada..... 2,50€
Refresco a partir de agua mineral con gas, a base de zumo de naranja y granada.

Refresco Moon Water de Mora y Arándanos..... 2,50€
Refresco a partir de agua mineral con gas, a base de zumo de mora y arándanos.

Refresco de Cola..... 2,80€
Refresco con gas sabor cola endulzado con agave.

Refresco de Limón..... 2,80€
Refresco con gas sabor limonada endulzado con agave.

Refresco de Naranja y Limón..... 2,80€
Refresco con gas sabor naranja y limón endulzado con agave.

Refresco de Jengibre..... 2,80€
Refresco con gas sabor jengibre endulzado con agave.

Vinos

Vino blanco Viña Bosquera de Andrés Morate
Copa: 2,00€ / Botella: 11,00€

Vino tinto Joven Eco de Marqués de Cáceres
Copa: 2,60€ / Botella: 14,00€

Vino tinto Esther Crianza de Andrés Morate
Copa: 3,30€ / Botella: 18,00€

Cervezas

Reidenburger de Trigo 500ML 4,20€
Cerveza de alta fermentación elaborada con malta de cebada y trigo.

Reidenburger de Espelta con Limón (sin alcohol) 3,95€
Clara de espelta sin alcohol.

Reidenburger de Espelta (sin alcohol) 3,95€
Cerveza sin alcohol, elaborada con maltas de espelta y cebada.

Reidenburger de Mijo (sin gluten)..... 4,50€
Cerveza sin gluten, elaborada con malta exclusivamente de mijo.

Gabarrera La Maliciosa 4,30€
Esta cerveza artesanal es una mezcla de lúpulo y malta con un sabor único y refrescante.

Aguas

Agua Solan 500ML 1,70€

Agua con gas Vichy Catalán 500ML 3,00€



☎ 916 57 25 15

www.espacioorganico.com