

MENU



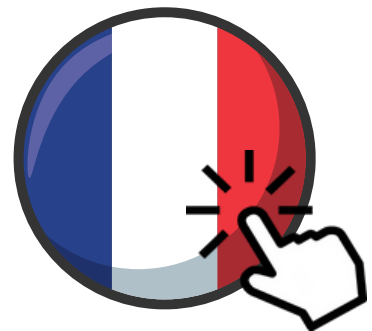
ESPAÑOL



ENGLISH



DEUTSCH



FRANÇAIS



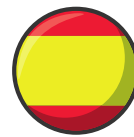
PORTUGUÊS



ITALIANO



MENÚ DE VERANO



ZUMOS PRENSADOS EN FRÍO

sin agua, sin hielo y sin azúcares añadidos.

REGULAR - € 3,9

MAXI - € 4,9

ANTIOXIDANTES	VERDES	CON FRUTA
1 - ROJO ● Remolacha, naranja, manzana, limón.	2 - VERDISIMO ● Acelga/col rizada, hierbabuena, manzana, limón.	4 - ACE ● Naranja, zanahoria, limón.
5 - VIOLETA ● Col morada o blanca, manzana, hierbabuena, limón.	3 - VERDE ● Berro, perejil, calabacín, manzana, limón.	8 - AMARILLO ● Papaya, zanahoria, naranja.
	6 - BLANCO+ ● Pepino, apio, zanahoria, manzana, jengibre.	10 - NARANJA ● Naranja fresca recién exprimida.

Extras: +€0,3 x ingrediente (jengibre fresco, cúrcuma fresca, Aloe Vera)

+€1 Polvo de **Higo Tinto** de cactus de Tenerife

+€1 **Espirulina** crujiente de Tenerife

SMOOTHIES VEGANOS

(sólo disponibles en tamaño MAXI)

11 - AÇAÍ DRINK ● Pulpa de Açaí bio, plátano, zumo de manzana. € 5,9	12 - FRESA PLATANO ● Fresa, plátano, zumo de manzana. € 4,9	13 - FRUTOS ROJOS ● Arándano, cereza, fresa, mango, zumo de manzana. € 4,9	14 - GOFIO ENERGY ● Gofio de mijo, plátano, zumo de manzana. € 5,9
--	---	--	--

Extra: +€1 Polvo de **"Higo Tinto"** de cactus de Tenerife



SÁNDWICHES FRESCOS

€ 4,5

con pan artesano de masa madre elaborado con espelta o trigo integral «florencia aurora».

CON QUESO	CON HUEVO	VEGANO
A - CABRITO ● Queso fresco de cabra, chutney*, hummus*, verduras, brotes*.	B - BERRITO ● Berro, huevo cocido de corral, salsa de yogur*, verduras, brotes*.	H - BERENJENAS ● Ensalada de berenjenas*, hummus*, verduras, brotes*.
G - ALMOGROTE ● Almogrote, pera, nueces, hummus*, lechuga, brotes*.	C - HUEVITO ● Huevo cocido de corral, hummus*, verduras, brotes*.	F - REMOBOSHI ● Remolacha*, vinagre umeboshi, jengibre, menta, hummus*, verduras, brotes*.

*Productos caseros preparados cada día con cariño

Extra: +€1 **Espirulina** crujiente de Tenerife

VASOS SALUDABLES

VASO DE YOGUR ● Yogur lácteo estilo griego sin azúcar, mezcla de frutas frescas. € 3,8	AÇAÍ CUP ● Pulpa de Açaí ecológico, plátano, mezcla de frutas frescas. € 7,5	VASO DE FRUTAS ● Mezcla de frutas frescas de temporada. Regular € 2,6 - Maxi € 4
--	--	--

Toppings (1 Gratis, luego +€0,5 /u):

- Mix de semillas
- Nueces
- Muesli crujiente sin azúcar
- Miel
- Coco rallado

Extras:

+€1 Polvo de **"Higo Tinto"** de cactus de Tenerife

+€1 **Espirulina** crujiente de Tenerife

+€1 **"Gofio"** canario de mijo

⚠ **ADVERTENCIA ALÉRGICOS**

Informe al personal sobre alergias. Podemos adaptar los platos, pero no podemos garantizar que estén libres de alérgenos debido a la contaminación cruzada.



SUMMER MENU



COLD PRESSED JUICES

without added water, ice or sugar.

REGULAR - € 3.9

MAXI - € 4.9

ANTIOXIDANTS	GREEN	WITH FRUIT
1 - ROJO Beetroot, apple, orange, lemon.	2 - VERDISSIMO Chard/kale, mint, apple, lemon.	4 - ACE Orange, carrot, lemon.
5 - VIOLETA Red or white cabbage, apple, mint, lemon.	3 - VERDE Watercress, parsley, zucchini, apple, lemon.	8 - AMARILLO Papaya, carrot, orange.
	6 - BLANCO+ Cucumber, celery, carrot, apple, fresh ginger.	10 - ORANGE Freshly squeezed orange.

Extras: +€0.3 x ingredient (fresh ginger, fresh turmeric, Aloe Vera)

+€1 Powdered red cactus fig "Higo Tinto" from Tenerife.

+€1 Crispy **Spirulina** from Tenerife

VEGAN SMOOTHIES

(available only in MAXI format)

11 - AÇAÍ DRINK Organic Açaí pulp, banana, apple juice. € 5.9	12 - STRAWBERRY BANANA Strawberry, banana, apple juice. € 4.9	13 - RED FRUITS Blueberries, cherries, strawberry, mango, apple juice. € 4.9	14 - GOFIO ENERGY Corn canarian Gofio, banana, apple juice. € 5,9
---	---	--	---

Extra: +€1 Powdered red cactus fig "Higo Tinto" from Tenerife.



FRESH SANDWICHES

€ 4.5

with artisan sourdough bread made with spelt or wholemeal "florencia aurora" wheat.

WITH CHEESE	WITH EGG	VEGAN
A - CABRITO Fresh goat's cheese, chutney*, hummus*, vegetables, sprouts*.	B - BERRITO Watercress, free-range boiled egg, yogurt sauce*, vegetables, sprouts*.	H - AUBERGINES Aubergine salad, hummus*, vegetables, sprouts*.
G - ALMOGROTE Almogrote, pear, walnuts, hummus*, lettuce, sprouts*.	C - HUEVITO Free-range boiled egg, hummus*, vegetables, sprouts*.	F - REMOBOSHI Beetroot*, umeboshi vinegar, ginger, mint, hummus*, vegetables, sprouts*.

*Homemade products freshly prepared every day with love

Extra: +€1 Crispy Spirulina from Tenerife

HEALTHY CUPS

YOGURT CUP Sugar-free Greek-style dairy yogurt, mixed fresh fruit. € 3.8	AÇAÍ CUP Organic Açaí pulp, banana, mixed fresh fruit. € 7.5	FRUIT SALAD CUP Fresh seasonal colourful mixed fruit. Regular € 2.6 - Maxi € 4
--	--	---

Toppings (1 Free, then +€0.5 each):

- Mixed Seeds
- Walnuts
- Sugar-free crunchy muesli
- Honey
- Grated dried coconut

Extras:

+€1 Powdered red cactus fig "Higo Tinto" from Tenerife.

+€1 Crispy **Spirulina** from Tenerife

+€1 Corn canarian "Gofio"

⚠ ALLERGEN WARNING

Inform staff of allergies. We can adapt dishes but can't guarantee allergen-free due to cross-contamination.



SOMMER MENÜ



KALTGEPRESSTE SÄFTE

ohne Zusatz von Wasser, Eis oder Zucker.

REGULAR - € 3,9

MAXI - € 4,9

ANTIOXIDANTIEN	GRÜNE	MIT FRÜCHTEN
1 - ROJO Rote Beete, Apfel, Orange, Zitrone.	2 - VERDISSIMO Mangold/Grünkohl, Minze, Apfel, Zitrone.	4 - ACE Orange, Karotte, Zitrone.
5 - VIOLETA Rot- oder Weißkohl, Apfel, Minze, Zitrone.	3 - VERDE Brunnenkresse, Petersilie, Zucchini, Apfel, Zitrone.	8 - AMARILLO Papaya, Karotte, Orange.
	6 - BLANCO+ Gurke, Sellerie, Karotte, Apfel, frischer Ingwer.	10 - NARANJA Frisch gepresste Orange.

Extras: +€0,3 x Zutat (frischer Ingwer, frische Kurkuma, Aloe Vera)

+€1 Pulver aus roter Feige „Higo Tinto“ von Kaktus aus Teneriffa

+€1 Knusprige **Spirulina** aus Teneriffa

SMOOTHIES VEGAN

(nur in der Größe MAXI erhältlich)

11 - AÇAÍ DRINK Bio-Açaí-Fruchtfleisch, Banane, Apfelsaft. € 5,9	12 - ERDBEER-BANANE Erdbeere, Banane, Apfelsaft. € 4,9	13 - WALDBEEREN Heidelbeere, Kirsche, Erdbeere, Mango, Apfelsaft. € 4,9	14 - GOFIO ENERGY Kanarischer Mais Gofio, Banane, Apfelsaft. € 5,9
--	--	--	---

Extra: +€1 Pulver aus roter Feige „Higo Tinto“ von Kaktus aus Teneriffa



FRISCHE SANDWICHES

€ 4,5

mithandwerklichem Sauerteigbrot aus Dinkel oder Vollkornweizen „Florencia Aurora“.

MIT KÄSE	MIT EIER	VEGANS
A - CABRITO Frischer Ziegenkäse, Chutney*, Hummus*, Gemüse, Sprossen*.	B - BERRITO Brunnenkresse, gekochtes Ei aus Freilandhaltung, Joghurtsauce*, Gemüse, Sprossen*.	H - AUBERGINEN Auberginensalat*, Hummus*, Gemüse, Sprossen*.
G - ALMOGROTE Almogrote, Birne, Walnüsse, Hummus*, Kopfsalat, Sprossen*.	C - HUEVITO Gekochtes Ei aus Freilandhaltung, Hummus*, Gemüse, Sprossen*.	F - REMOBOSHI Rote Beete*, Umeboshi-Essig, Ingwer, Minze, Hummus*, Gemüse, Sprossen*.

*Hausgemachte Produkte, jeden Tag frisch und mit Liebe zubereitet

Extra: +€1 Knusprige **Spirulina** aus Teneriffa

GESUNDE BECHER

JOGHURTBECHER Zuckerfreier griechischer Milchjoghurt, gemischtes frisches Obst. € 3,8	AÇAÍ-BECHER Bio-Açaí-Fruchtfleisch, Banane, gemischtes frisches Obst. € 7,5	OBSTSALATBECHER Frisches saisonales, buntes Obst. Regular € 2,6 - Maxi € 4
--	--	---

Beläge (1 gratis, dann +€0,5 / Stk):

- Gemischte Samen
- Walnüsse
- Zuckerfreies knuspriges Müsli
- Honig
- Kokosraspel

Extras:

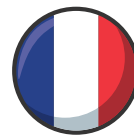
- +€1 Pulver aus roter Feige „Higo Tinto“ von Kaktus aus Teneriffa
- +€1 Knusprige **Spirulina** aus Teneriffa
- +€1 Kanarischer Mais "Gofio"

⚠ ALLERGENWARNUNG

Bitte Allergien dem Personal mitteilen. Anpassungen sind möglich, aber wir können keine allergenfreien Speisen wegen Kreuzkontamination garantieren



MENU D'ÉTÉ



JUS PRESSÉS À FROID

sans eau, glace ou sucre ajoutés.

REGULAR - € 3,9

MAXI - € 4,9

ANTIOXYDANTS	VERTS	AVEC FRUITS
1 - ROJO ● Betterave, pomme, orange, citron.	2 - VERDISSIMO ♥ Blettes/choux frisés, menthe, pomme, citron.	4 - ACE 🥕 Orange, carotte, citron.
5 - VIOLETA ● Chou rouge ou blanc, pomme, menthe, citron.	3 - VERDE ● Cresson, persil, courgette, pomme, citron.	8 - AMARILLO ● Papaye, carotte, orange.
	6 - BLANCO+ ● Concombre, céleri, carotte, pomme, gingembre frais.	10 - ORANGE 🍊 Orange fraîchement pressée.

Extras: +€0,3 x ingrédient (gingembre frais, curcuma frais, Aloe Vera)

+€1 Poudre de figue rouge "Higo Tinto" de cactus de Ténérife.

+€1 Spiruline croustillante de Tenerife

SMOOTHIES VEGANS

(disponible uniquement en format MAXI)

11 - AÇAÍ DRINK 🍇 Pulpe d'Açaí bio, banane, jus de pomme. € 5,9	12 - FRAISE BANANE 🍓🍌 Fraise, banane, jus de pomme. € 4,9	13 - FRUITS ROUGES 🍒 Myrtille, cerise, fraise, mangue, jus de pomme. € 4,9	14 - GOFIO ENERGY 🌾 Gofio canarien de maïs, banane, jus de pomme. € 5,9
---	---	--	---

Extra: +€1 Poudre de figue rouge "Higo Tinto" de cactus de Ténérife.



SANDWICHES FRAIS

€ 4,5

avec du pain artisanal au levain à base d'épeautre ou de blé complet «florencia aurora».

AVEC FROMAGE	AVEC OEUF	VEGANS
A - CABRITO 🐐 Fromage de chèvre frais, chutney*, houmous*, légumes, germes*.	B - BERRITO 🌿 Cresson, oeuf dur fermier, sauce au yaourt*, légumes, germes*.	H - AUBERGINES 🍆 Salade d'aubergines, houmous*, légumes, germes*.
G - ALMOGROTE 🧀 Almogrote, poire, noix, houmous*, laitue, germes*.	C - HUEVITO 🥚 Oeuf dur fermier, houmous*, légumes, germes*.	F - REMOBOSHI 🌱 Betterave*, vinaigre d'umeboshi, gingembre, menthe, houmous*, légumes, germes*.

*Produits maison fraîchement préparés chaque jour avec amour

Extra: +€1 Spiruline croustillante de Tenerife

VERRES SAINS

COUPE DE YAOURT 🍓 Yaourt laitier à la grecque sans sucre, fruits frais mélangés. € 3,8	COUPE D'AÇAÍ 🍇 Pulpe d'açaí biologique, banane, fruits frais mélangés. € 7,5	SALADE DE FRUITS 🍓 Fruits frais colorés de saison mélangés. Regular € 2,6 - Maxi € 4
--	--	---

Garnitures (1 gratuit, puis +€0,5 /u):

- Graines mélangées
- Noix
- Muesli croustillant sans sucre
- Miel
- Coco râpée

Extras:

+€1 Poudre de figue rouge "Higo Tinto" de cactus de Ténérife.

+€1 Spiruline croustillante de Tenerife

+€1 Le "Gofio" canarien au millet

⚠️ ALERTE ALLERGÈNE

Informez le staff des allergies. Nous pouvons adapter les plats, mais il est impossible de garantir l'absence d'allergènes à cause de la contamination croisée.



MENU DE VERÃO



SUCOS PENSADOS A FRIO

sem adição de água, gelo ou açúcar.

REGULAR - € 3,9

MAXI - € 4,9

ANTIOXIDANTES	VERDES	COM FRUTAS
1 - ROJO ● Beterraba, maçã, laranja, limão.	2 - VERDISSIMO ♥ Acelga/kale, hortelã, maçã, limão.	4 - ACE 🥕 Laranja, cenoura, limão.
5 - VIOLETA ● Repolho vermelho ou branco, maçã, hortelã, limão.	3 - VERDE ● Agrião, salsa, abobrinha, maçã, limão.	8 - AMARILLO ● Mamão, cenoura, laranja.
	6 - BLANCO+ ● Pepino, aipo, cenoura, maçã, gengibre fresco.	10 - LARANJA 🍊 Laranja fresca espremida no momento.

Extras: +€0,3 x ingrediente (gengibre fresco, cúrcuma fresca, Aloe Vera)

+€1 Pó de figo vermelho "Higo Tinto" de cacto de Tenerife

+€1 Spirulina crocante de Tenerife

SMOOTHIES VEGANOS

(disponível somente no tamanho MAXI)

11 - AÇAÍ DRINK 🍇 Polpa de açaí bio, banana, suco de maçã. € 5,9	12 - BANANA MORANGO 🍌🍓 Morango, banana, suco de maçã. € 4,9	13 - FRUTAS VERMELHAS 🍒 Mirtilo, cereja, morango, manga, suco de maçã. € 4,9	14 - GOFIO ENERGY 🌾 Gofio canário de milho, banana, suco de maçã. € 5,9
--	---	--	---

Extra: +€1 Pó de figo vermelho "Higo Tinto" de cacto de Tenerife

SANDUÍCHES FRESCOS

€ 4,5

com pão artesanal de massa fermentada de espelta ou de trigo integral "florencia aurora".

COM QUEIJO	COM OVO	VEGANOS
A - CABRITO 🐐 Queijo de cabra fresco, chutney*, hummus*, legumes, brotos*.	B - BERRITO 🌿 Agrião, ovo cozido caipira, molho de iogurte*, legumes, brotos*.	H - BERINJELAS 🍆 Salada de berinjela*, homus*, legumes, brotos*.
G - ALMOGROTE 🌾 Almogrote, pera, nozes, homus*, salada, brotos*.	C - HUEVITO 🍳 Ovo cozido caipira, homus*, legumes, brotos*.	F - REMOBOSHI 🌱 Beterraba*, vinagre de umeboshi, gengibre, hortelã, homus*, legumes, brotos*.

*Produtos caseiros preparados diariamente com amor

Extra: +€1 Spirulina crocante de Tenerife

COPOS SAUDÁVEIS

COPO DE IOGURTE ● Iogurte lácteo estilo grego sem açúcar, mistura de frutas frescas. € 3,8	COPO DE AÇAÍ 🍇 Polpa de açaí orgânico, banana, mistura de frutas frescas. € 7,5	SALADA DE FRUTAS 🍓 Frutas frescas e coloridas da estação. Regular € 2,6 - Maxi € 4
--	---	--

Toppings (1 grátis, depois +€0,5 /u):

- Sementes mistas
- Nozes
- Muesli crocante sem açúcar
- Mel
- Coco ralado

Extras:

+€1 Pó de figo vermelho "Higo Tinto" de cacto de Tenerife

+€1 Spirulina crocante de Tenerife

+€1 Gofio de milho das Canárias

⚠️ AVISO SOBRE ALÉRGENOS

Informe a equipe sobre alergias. Podemos adaptar os pratos, mas não garantimos a ausência de alérgenos devido à contaminação cruzada.



MENU ESTIVO



SUCCHI SPREMITI A FREDDO

senza aggiunta di acqua, ghiaccio o zucchero.

REGULAR - € 3,9

MAXI - € 4,9

ANTIOSSIDANTI	VERDI	CON FRUTTA
1 - ROJO ● Barbabietola, mela, arancia, limone.	2 - VERDISSIMO ♥ Bietola/cavolo nero, menta, mela, limone.	4 - ACE 🥕 Arancia, carota, limone.
5 - VIOLETA ● Cavolo rosso o bianco, mela, menta, limone.	3 - VERDE ● Crescione, prezzemolo, zucchine, mela, limone.	8 - AMARILLO ● Papaya, carota, arancia.
	6 - BLANCO+ ● Cetriolo, sedano, carota, mela, zenzero fresco.	10 - ARANCIA 🍊 Spremuta d'arancia fresca al momento.

Extra: +€0.3 x ingrediente (zenzero fresco, curcuma fresca, Aloe Vera)

+€1 Polvere di fico rosso "Higo Tinto" di cactus di Tenerife

+€1 Spirulina croccante di Tenerife

SMOOTHIES VEGANI

(disponibili solo in formato MAXI)

11 - AÇAÍ DRINK 🍇 Polpa di Açai bio, banana, succo di mela. € 5,9	12 - FRAGOLA BANANA 🍓🍌 Fragola, banana, succo di mela. € 4,9	13 - FRUTTI ROSSI 🍒 Mirtillo, ciliegia, fragola, mango, succo di mela. € 4,9	14 - GOFIO ENERGY 🌾 Gofio canario di mais, banana, succo di mela. € 5,9
---	--	--	---

Extra: +€1 Polvere di fico rosso "Higo Tinto" di cactus di Tenerife



SANDWICH FRESCHI

€ 4,5

con pane artigianale a lievitazione naturale di farro o di grano integrale "florencia aurora".

CON FORMAGGIO	CON UOVA	VEGANI
A - CABRITO 🐐 Formaggio di capra fresco, chutney*, hummus*, verdure, germogli*.	B - BERRITO 🌿 Crescione, uovo sodo ruspante, salsa allo yogurt*, verdure, germogli*.	H - MELANZANE 🍆 Insalata di melanzane*, hummus*, verdure, germogli*.
G - ALMOGROTE 🧀 Almogrote, pera, noci, hummus*, lattuga, germogli*.	C - HUEVITO 🥚 Uovo sodo ruspante, hummus*, verdure, germogli*.	F - REMOBOSHI 🌱 Barbabietola*, aceto di umeboshi, zenzero, menta, hummus*, verdure, germogli*.

*Prodotti artigianali freschi preparati ogni giorno con amore

Extra: +€1 Spirulina croccante di Tenerife

CUP SALUTARI

YOGURT CUP ● Yogurt di latte in stile greco senza zucchero, frutta fresca mista. € 3,8	AÇAÍ CUP 🍇 Polpa di Açai biologica, banana, frutta fresca mista. € 7,5	MACEDONIA DI FRUTTA 🍓 Frutta mista colorata e fresca di stagione. Regular € 2,6 - Maxi € 4
--	--	--

Topping (1 gratuito, poi +0,5€ cad.):

- Semi misti
- Noci
- Muesli crunchy senza zucchero
- Miele
- Cocco secco grattugiato

Extra:

+€1 Polvere di fico rosso "Higo Tinto" di cactus di Tenerife

+€1 Spirulina croccante di Tenerife

+€1 "Gofio" canario di mais

⚠️ AVVISO ALLERGENI

Informa lo staff di eventuali allergie. Possiamo adattare i piatti, ma non garantiamo l'assenza di allergeni a causa della contaminazione incrociata.