

## CARTA GLUTEN FREE

si, tota la carta sense gluten!

### Amarides

**TROPICAL BURRATA** ¡NOVETAT! 16,90€

Mezclum, tomàquet a daus, avocat, burrata, vinagreta de maracuià, ametlles.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis / ametlles

**AMENIDA RENTRESCA** ¡NOVETAT! 13,90€

Rúcula, espinac, tomàquet cherry, vinagreta de fruits vermells, ventresca, ceba morada, formatge feta, crocant de padà.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**AMENIDA GREEN CAPRESE** 11,90€

Ruca, espinac, tomàquet a rodanxes, mozzarella fresca, pesto vegà d'ametlles, ametlles torrades i reducció de vinagre de mòdena i dàtil. **Al·lèrgens:** cacauet / ous / fruits de closca / lactis / sèsam

**AMENIDA CÉSAR** 12,90€

Enciam romana, pit de pollastre cruixent, salsa cèsar especial, grana padà, crotons de pa de blat de moro.

**Al·lèrgens:** api / cacauet / ous / fruits de closca / lactis / mostassa / sèsam / soja / sulfits

### Para compartir

**MINI TACOS** 9,90€

Massa de mill i quinoa, formatge mozzarella, bec de gall, salsa de iogurt natural i guacamole casolà (3 unitats).

**Tria: Vedella picada, Vedella metxada o Pollastre.**

**Al·lèrgens:** api / ous / fruits de closca / lactis / sulfits

**MINI TACOS VEGANS** 10,90€

Massa de mill i quinoa, jackfruit metxat, formatge mozzarella vegà, bec de gall, salsa agra de iogurt de soja i guacamole casolà (3 unitats).

**Al·lèrgens:** api / fruits de closca / sulfits

**BONIATS BBQ** 9,90€

Irresistibles bastons de moniato al forn amb la nostra exclusiva i exquisida salsa BBQ Natura. **Al·lèrgens:** api / cacauet / fruits de closca / sèsam / soja / sulfits

**TENDERS DE POLLASTRE** 12,90€

Delicioses tires de pollastre al forn cobertes de cruixents flocs de blat de moro, acompanyada de la nostra salsa BBQ Natura i allioli a base de iogurt grec. **Al·lèrgens:** api / cacauet / fruits de closca / ou / lactis / mostassa / sèsam / soja / sulfits

**XIPS AMB HUMMUS** 7,90€

Xips de mill i quinoa amb hummus de la setmana

**Al·lèrgens:** api / cacauet / fruits de closca / ou / lactis / mostassa / sèsam / soja / sulfits

# PIZZA NATURA

## Pizzas

La nostra massa conté mill, quinoa i aigua

Sí, només conté 3 ingredients, no més!

**OU TRUFAT** 21,90€

Tomàquet natural, mozzarella, ou, crema de tòfona, ruca, grana padà, carpaccio de tòfona i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**CODORNIZZA** 18,90€

Tomate natural, mozzarella, huevos de codorniz, jamón ibérico, rúcula, grana padano, y orégano.

**Al·lèrgens:** frutos de cáscara / huevos / lácteos

**IBÉRICA** +VENUDA 17,90€

Tomàquet natural, mozzarella, pesto d'ametlles, pernil ibèric, grana padà, ruca i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis / sulfits

**CAPRESE** 14,90€

Tomàquet natural, mozzarella, rodanxes de tomàquet, alfàbrega fresca, pesto d'ametlles i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**OUVOCAT** 17,90€

Tomàquet natural, mozzarella, ou, avocat, ruca, grana padà, xampinyons i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**BURRATA** 18,90€

Tomàquet natural, mozzarella, pesto d'ametlles, alfàbrega fresca, burrata artesanal i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**4 FORMATGES** 14,90€

Tomàquet natural, mozzarella, formatge blau, corró de cabra, grana padà i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis / sulfits

**MEXICANA** POPULAR 15,90€

Tomàquet natural, mozzarella, vedella metxada, ceba morada, pebrot i orenga.

**Al·lèrgens:** api / ous / fruits de closca / lactis / sulfits

**VEGETARIÀ** 13,90€

Tomàquet natural, mozzarella, pebrot, ceba morada, ruca, xampinyons, blat de moro dolç i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**NATRUFA** 19,90€

Salsa beixamel casolana, mozzarella, xampinyons, ruca, grana padà, salsa especial de tòfona, carpaccio de tòfona i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**KABRA** 15,90€

Tomàquet natural, mozzarella, ceba dolça, blat de moro, formatge de cabra i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis / sulfits

**POLLASTRE BBQ** EL XEF RECOMANA 16,90€

Mozzarella, salsa BBQ Natura, pit de pollastr fumada al carbó d'alzina, ceba, pebrot, oliva negra i orenga.

**Al·lèrgens:** api / fruits de closca / ous / lactis / sulfits

**BOLOÑA** 15,90€

Mozzarella, salsa bolonyesa, xampinyons, pesto d'ametlles, grana padà, alfàbrega fresca i orenga.

**Al·lèrgens:** api / fruits de closca / ous / lactis / sulfits

**NAPOLI** 14,90€

Tomàquet natural, mozzarella, grana padà, xampinyons, ruca i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

**MARGARITA** 12,90€

Tomàquet natural, mozzarella i orenga.

**Al·lèrgens:** fruits de closca / ous / lactis

## Pizzas Veganes

**ALVOCAT ROQUEFORT** 15,90€

Mozzarella vegà, tomàquet natural, Formatge blau vegà, Xampinyons, Avocat, Formatge parmesà vegà i Orenga.

**Al·lèrgens:** Sulfits

**POLLASTRE BBQ VEGÀ** 16,90€

Salsa bbq Healthy, Mozzarella vegà, Pebrot, Ceba blanca, Olives negres, Tires de pollastre vegà Heura i Orenga.

**Al·lèrgens:** Api / Cacauets / Fruits secs / Sèsam / Sulfits

**MEXICANA VEGÀ** 16,90€

Mozzarella vegà, Salsa de tomàquet, Jack fruit, Pebrot, Ceba vermella, Pic de gall, Alvocat i Orenga. **Al·lèrgens:**

**Al·lèrgens:** Api / Soja / Sulfits

**JARDINERA** 14,90€

Mozzarella vegà, Salsa de tomàquet, Ceba vermella, Pebrot, Xampinyons, Blat de moro dolç, Olives negres, Pesto vegà i Rúcula.

**Al·lèrgens:** Api / Cacauet / Fruits secs / Sèsam / Sulfits

## Extras

### VEGETALS

Olives negres **+1,90€**  
Ceba vermella **+1,90€**  
Ceba dolça **+1,90€**  
Xampinyons **+1,90€**  
Bec de gall **+1,90€**  
Blat **+2,90€**  
Pebrot **+1,90€**  
Ruca **+2,90€**  
Avocat **+3,90€**

Carpaccio de tòfona **+3,90€**  
Tomàquet cherry **+1,90€**  
Tomàquet natural **+1,90€**

### FORMATGES

Blau **+3,90€**  
Cabra **+3,90€**  
Grana padà **+3,90€**  
Formatge crema **+3,90€**  
Mozzarella fresca **+3,90€**  
Burrata artesanal **+4,90€**  
Mozzarella **+3,90€**

### CARNS

Vedella metxada **+3,90€**  
Pollastre **+3,90€**  
Salsa bolonya **+4,90€**  
Pernil Ibèric **+3,90€**  
Vedella picada **+3,90€**  
Ou de gallina (x1) **+2,90€**  
Ous de guatlla (x4) **+4,90€**

### VEGA

Jackfruit mechado **+3,90€**  
Mozzarella vegà **+2,90€**  
Formatge blau vegà **+3,90€**  
Parmesà vegà **+2,90€**  
Tires de pollastre vegà **+4,90€**

### SALSAS

Beixamel casolana **+1,90€**  
Salsa bolonya **+3,90€**  
BBQ Natura **+3,90€**  
Pesta vegà **+2,90€**  
Especial de tòfona **+4,90€**

Tots els nostres plats són **lliures de gluten**, elaborats de seguida amb ingredients ecològics de primera qualitat, **saludables i plens de nutrients** que afavoreixen el bon funcionament de l'organisme.

## Plats Natura

## VEGETARIAN 15,90€

Mesclum d'enciams, daus de moniato al forn, llombarda fornejada, bimi, cigrons especiats, ceba vermella adobada, xampinyons rostits, carbassó rostit, alvocat, ou a la planxa i germinats de remolatxa.

*Al·lèrgens: ous, sulfits, fruits secs*

## SMOKED CHICKEN 14,90€

Mesclum d'enciams, xurrasc de pollastre fumat, cèrcols de ceba caramel·litzada, patates parmesanes, llombarda fornejada, crema d'alvocat, hummus de la setmana, xampinyons rostits i germinats de remolatxa.

*Al·lèrgens: fruits secs, lactis, sulfits*

## SALMÓ CHIMICHURRI 17,90€

Mesclum d'enciams, salmó enfonat, ceba vermella adobada, guacamole casolà, patates parmesanes, tomàquet cherry confitat, chimichurri de pinya, pastanaga baby rostida i

*Al·lèrgens: peix, lactis, sulfits*

## MEXICAN 14,90€

Mesclum d'enciams, vedella metxada, bec de gall, arròs salvatge especial, patates parmesanes, amanida de llombarda, crema d'alvocat, tires de pebrot rostit, cibulet xinès i

*Al·lèrgens: api, fruits secs, lactis, sulfits, cacauets, fruits de closca*

## HEALTHY COLORS 14,90€

Mesclum d'enciams, vedella picada, amanida de llombarda, pastanaga baby rostida, raves, crema de pebrot rostit, arròs salvatge especial, cibulet xinès, alvocat, ou a la planxa i

*Al·lèrgens: ous, api, lactis, fruits secs, all, sulfits, cacauets, fruits de closca.*

## PLANT BASE 16,90€

Mesclum d'enciams, pollastre Heura marinat amb salsa de soja, raves, alvocat, edamames, puré de moniato, cibulet xinès i llavors de sèsam.

*Al·lèrgens: soja, sulfits, sèsam, fruits secs*

## LASAGNA D'ALBERGINIA 12,90€

Albergínia rostida, mozzarella, tomàquet natural, bolonyesa, beixamel, Grana Padano, pesto d'ametlles i alfàbrega fresca

*Al·lèrgens: api, lactis, all, fruits secs, sulfits*

## ESPAGUETIS DE CARBASSÓ 12,90€

Espirals de carbassó, bolonyesa, Grana Padano i alfàbrega fresca.

*Al·lèrgens: api, all, lactics, sulfits*

## PIZZA NATURA

## Begudes

## SENSE ALCOHOL

Aigua 0,5l	2,90€
Aigua Con Gas 0,33l	3,20€
Coca Cola Zero Zero	3,50€
Sprite Fresh	3,50€
Tónica	3,50€
Nestea	3,50€
Acuario Limón	3,50€
Acuario Naranja	3,50€
Suc - Lemon Fresh	4,90€
Sucs Chica	3,50€
Cerveza Sense Alcohol	3,90€
Suc de Maracuya <b>BEGUDA NATURAL</b>	3,90€
Suc De Fruits Vermells <b>BEGUDA NATURAL</b>	3,90€

## AMB ALCOHOL

Tinto De Verano	4,50€
Cerveza Mica Artesanal	4,50€
Cerveza	3,90€
Cerveza Peroni Italiana	4,50€
Komvida Organic Kombucha	3,90€

*Frutos Rojos, Jengibre Y Limón, Piña Colada, Manzana Canela Y Vainilla, Zanahoria Y Cúrcuma, Kombujito, Pepino y Kiwi, Café.*

## Cafes

RISTRETTO	2,20€	CAPPUCCINO	3,20€
EXPRESSO	2,20€	CAFE AMB LLET	2,90€
SOLO	2,20€	AMERICANO	2,90€
MACCHIATO	2,20€	INFUSIONS	2,50€
TALLAT	2,20€		

## Combinats

RON	8,00€	WHISKY	8,00€
VODKA	8,00€	VERMUT	4,50€
GINEBRA	8,00€	APEROL	6,50€

## Vins

## Negres

## VINO DE LA CASA 14,90 €

Copa de vi de la casa 3,90€

## CARRAVALSECA CRIANZA 23,90 €

Celler Casa Primicia  
100% tempranillo, 14 meses en barrica. Rioja

## BIBERIUS 21,90 €

Celler Comenge  
100% tempranillo, 5 meses en barrica. Ribera del Duero

## DOCE LUNAS 24,90 €

Celler el Grillo y la Luna

## Blanca

## VINO DE LA CASA 14,90 €

Copa de vi de la casa 3,90€

## GREGAL D'ESPIELLS 22,90 €

Celler Juvé & Camps  
Muscat de Alejandria (77,5%) y Gewürztraminer

## EIDO DAFONTE 23,90 €

Celler Eido Dafonte  
100% tempranillo. Rías Baixas

## PANDORA 24,90 €

Celler Pandora  
100% verdejo

## MOSCATO CA'BIANCA 22,90 €

Celler Ca'bianca  
Dulce, 100% Moscato Blanco

## Rosat

## VINO DE LA CASA 14,90 €

Copa de vi de la casa 3,90€

## Cavas

## BRUT NATURE RESERVA 25,90 €

Bodega Raventós Basagoiti  
Xarel·lo, Macabeo, Parellada



## Postres

Totes les nostres postres estan endolcides amb dàtil, **no tenen sucres afegits, ni farines refinades.**

## CHEESECAKE 7,90€

Versió especial de la cheesecake, endolcida amb dàtil, elaborada amb una varietat de formatges i una base de cruixent granola healthy d'ametlles. Acompanyada de melmelada de dàtil, fruits vermells i una galeta cruixent de formatge grana padano. **Al·lèrgens:** Cacauets / Fruits de closca / Ous / Lactics / Sèsam / Soja / Sulfits

## MOUSSE DE LA PASSIO 8,90 €

Mousse farcida de melmelada de dàtil i maracuià es troba sobre un llit de la nostra granola healthy especial **Al·lèrgens:** Cacauets / Fruits de closca / Ous / Lactics / Sèsam / Soja

## BROWNIE AMB GELAT DON ERNESTO 7,90€

Versió saludable del brownie tradicional, elaborat amb xocolata suïssa de primera qualitat, ametlles torrades i coronat amb el nostre gelat especial fet al moment amb formatge mascarpone i plàtan. **Al·lèrgens:** Cacauets / Fruits de closca / Ous / Lactics / Sèsam / Soja / Sulfits

## TIRAMISU 7,90€

Versió saludable del tiramisú, elaborat amb capes de pa de pessic de carbassa, deliciosa crema de mascarpone, dàtil, amaretto i cafè italià ecològic. **Al·lèrgens:** Cacauets / Fruits de closca / Ous / Lactics / Sèsam / Soja / Sulfits

## VEGAN QUEEN 8,90€

Mousse vegana de xocolata i moniato, amb una base de cruixent granola Healthy i coberta per una exquisida crema salada de festucs. **Al·lèrgens:** Cacauets / Fruits de closca / Grans de sèsam / Soja / Sulfits

AVOCADO LIME **¡NOVEDAD!** 8,90€

Deliciosa mousse d'alvocat, llima, llet de coco i granola healthy, acompanyada de melmelada de mango, dàtil i cúrcuma. **Al·lèrgens:** Cacauets / Fruits de closca / Grans de sèsam / Soja / Sulfits

CARTA 100% NATURAL  
*si, de veritat!*