

## EL PESCADO DE descarte

Son las especies de pescado poco comerciales que se devuelven al mar, vivas o no. Esta acción de derroche, nos obliga a replantearnos la norma y buscar una forma de actuar más sostenible y tradicional: cocinarlos.

## GANADERÍA ECOLÓGICA DEHESA

### El Milagro

En la granja se crían animales de forma sostenible y respetuosa, que garantiza el bienestar animal, con el fin de producir alimentos sanos y naturales. Las vacas de raza avileña negra ibérica, se crían en libertad, alimentándose de forma natural de los pastos, forrajes y piensos elaborados en la propia finca. Las ovejas y corderos son de raza talaverana, autóctona y bien adaptada al medio. Viven en el campo pastando en praderas y rastrojos.

### cachena

Es la ternera autóctona gallega. Alimentadas con los pastos de la montaña lucense y cereales sin aditivos, se mueven con total tranquilidad al aire libre por toda la finca. Este bienestar da la mejor calidad de carne.

Bum  
GRÉN  
FOOD  
with  
SPIRIT

## mar

**CEVICHE** de pescado blanco macerado en jengibre, . . . . . 12  
limon y cilantro servido con brotes ácidos.

**SARDINA** ahumada sobre galleta de cacahuete. . . . . 11  
del "Collaret", hummus de garrofón, tartar de tomate pasificado y sal de naranja.

**PESCADO** de descarte al horno con puré de asadillo, . . . . . 14  
picada de frutos secos, aceite de cebollino y praliné.  
Acompañado de quinoa ecológica.

## montaña

▼ **BURGER DE QUINOA ECOLÓGICA**, elaborada con humus . 11.5  
de garrafón, tomate, berenjena asada, shiitake, almendra tostada,  
puré de asadillo y cebolla crujiente. Servida con brotes y patata asada.

**"AUTÉNTICA" BURGER BUMPGREEN** . . . . . 13  
todo sabor, preparada con nuestra ternera Cachena, queso conté  
Cantagrullas, puré de ajo, tomate pasificado y cebolla crujiente.

¿Sin gluten? Pídelo con pan especial.

**BURGER** de rabo de toro desmigado y deshuesado, . . . . . 13  
pan artesano elaborado con harina ecológica, mermelada  
de piquillo y ajo miel acompañado de patatas al horno.

¿Sin gluten? Pídelo con pan especial.

**GALO CELTA** Pollo gallego criado en libertad a base de . . . . . 13,5  
cereales en Galicia: rollos de "Galo Celta", cocinado a baja  
temperatura con salsa de coco-miso, kale, bimi y patatas cocidas.

Carne **ECOLÓGICA** de la "Granja Ecológica Dehesa El Milagro":

**CROCA ECOLÓGICA** sobre brasas y cenizas, . . . . . 15  
(cadera) fileteada servida con pimientos asados y ajos. (200 gr.)

**LINGOTE ECOLÓGICO** de cordero con cous-cous, . . . . . 16,5  
tomate pasificado, romero, un trazo de cenizas y quemado con  
soplete.

▼ **PAN ARTESANO DE ZAYA** Por persona. . . . . 1,5  
Cesta de panes variados y rosquilletas: pan ecológico  
de autor horneado con masa madre.

**PAN ARTESANO SIN GLUTEN** Por persona. . . . . 2

## LUNCH DINNER

mediodía y noche

▼ OVOLACTOVEGETARIANO

▼ PLANT-BASED

SIN GLUTEN