

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.

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.

**TODOS
LOS OBJETOS
BUMPGREEN
ESTÁN EN VENTA,
PREGÚNTANOS**

PESCADOS

- TARTAR DE SALMÓN** 14
sobre lecho de alga wakame, aguacate, yogur de Granja Cantagrullas, aliñado con soja y salsa de ostra.
- ☑ **CEVICHE DE PESCADO BLANCO** 13
macerado en jengibre, limón y cilantro servido con brotes ácidos.
- PESCADO DE DESCARTE AL HORNO** 15
con crema de espinacas, picada de frutos secos, aceite de cebollino y praliné. Acompañado de quinoa ecológica.
- NEW PESCADO AZUL EN ESCABECHE** 14,5
bonito en escabeche, con cebolla confitada, mermelada de limón, sal de limón y brotes.

CARNES

- NEW "ROSBIF" DE PAVO** 13
pechuga de pavo cocinado a baja temperatura, hojas baby, brotes de mostaza y salsa de coco miso.
Para aliñar al gusto, pídelo con la salsa aparte.
- NEW ALLER ET RETOUR** 15
tartar de ternera gallega con cilantro y toques asiáticos, marcado en plancha vuelta y vuelta. Servido con puré de boniato y patata.
- CROCA GALLEGA** 15
ternera fileteada con cenizas, pimientos y patata asada.
- LINGOTE DE CORDERO** 16,5
con cous-cous, tomate pasificado, romero, un trazo de cenizas y quemado con soplete.

PANES

- ▼ **CESTA PAN ARTESANO 100% ECOLÓGICO** 2
pan ecológico de autor horneado con masa madre.
Cesta de panes variados: Centeno; integral con semillas; kamut con aguacate; centeno y malta con higos, ciruelas y nueces
- ☑ **PANECILLO ARTESANO SIN GLUTEN** 1,5

LUNCH DINNER
MEDIODÍA Y NOCHE