

## RESPETANDO LAS COSTUMBRES:

*nuestro chef*  
**David Ariza**

Recuperador de los usos tradicionales de la cultura gastronómica mediterránea por vocación, nuestro poeta de los fogones es un especialista en la cocina con plantas silvestres, los arrozos y peces.

## *Super-alimentos*

Se trata de alimentos, principalmente frutas y verduras, ricos en nutrientes (superior al que puedan tener otros alimentos), beneficiosos para la salud y el bienestar.

El contenido de vitaminas, antioxidantes, minerales, fibra, fitonutrientes presentes en ellos, nos da un impulso extra para ayudar a prevenir enfermedades y el envejecimiento.

## NATURAL SALADS

¿Vegano? Pregunta a tu camarero las opciones.

- ✓ **ENSALADA DE CRUCÍFERAS** ..... 9  
brócoli, coliflor, guisante, edamame, pesto, perejil, albahaca y sal de naranja.
- 🌱 **¿Vegano? Pídelo con pesto de rúcula.**
- ✓ **ENSALADA DE LENTEJAS CON TOQUES ASIÁTICOS** ..... 9  
edamame, remolacha, sésamo, nueces, pasas y fruta de temporada.
- ✓ **ENSALADA TEMPLADA NIÇOISE “BUMPGREEN”** ..... 12  
con aguacate, fideos de calabacín, patatas cocidas y huevo a baja temperatura. Ideal para compartir.
- TEXTURAS BUMPGREEN** ..... 11  
ensaladilla caliente/fría de pescado azul, sobre crema de guisantes, base de espinacas, patatas prensadas, huevo, encurtidos y teja de hortaliza verde. Interpretación de la ensaladilla clásica, para que formes parte de una experiencia gastronómica y seas tú mismo quien elabora el plato. La teja es el sustituto del clásico piccolini. Ideal para compartir.
- 🌱 **¿Sin gluten? Pídelo sin teja.**

## ENTRANTES

### DIPEA: HUMMUS DE GARROFÓ O REMOLACHA

¡Elige un snack para untar sano y diferente! Tu hummus con:

- 🌱 **CHIPS DE VERDURAS O CORTE CASERO DE BONIATO** . 7,5  
¿Vegano? Pide nuestra mayonesa de algas.
- ✓ **ALCACHOFAS A LA CREMA** ..... 10  
alcachofas confitadas con aceite de carbón de laurel, cebolla crujiente, crema de almendra, praliné y queso rallado.
- 🌱 **FORTALEZA EN CREMA** ..... 6  
fuente de vitamina A y antioxidantes: zanahoria y calabaza ecológicas con jengibre.
- ✓ **AUBERGINE** ..... 8,5  
berenjenas asadas con crema de almendra picada praliné y sal de Añana.
- ✓ **COCA-PIZZA DE VERDURAS DE LA HUERTA** ..... 10  
berenjena, tomate pasificado, crema de almendras, tapenade, brotes y queso Comté Cantagrullas.
- 🌱 **También tenemos versión vegana.**
- FIGATELL DE SEPIA** ..... 9  
el chef David Ariza reinventa la típica sepia a la plancha. Presentada como un burger (sin pan), con picada de almendra, praliné y macerada durante 12 horas.
- QUICHÉ DE JAMÓN Y QUESO PARMESANO** ..... 8  
con kale, tomate pasificado, caldo miso, nata de arroz, crema de almendra y harina de espelta. Servido con mezzclum.

## LUNCH DINNER

MEDIODÍA y NOCHE