

## Agua de Mar

Fuente de vida única, extraída a mar abierto. Filtrada, esterilizada y envasada con todos los nutrientes, minerales y oligoelementos. Su composición química es muy parecida al plasma sanguíneo lo que la hace muy beneficiosa para los seres vivos.

TE INVITAMOS A QUE PRACTIQUES LOS

LUNES  
SIN  
CARNE

**POR EL MEDIO AMBIENTE**  
Cuidemos el planeta. Casi el 20% de las emisiones de gases efecto invernadero son emitidos por la industria ganadera: la producción de animales para consumo humano.

**POR LOS ANIMALES**  
Es filosofía. Evitaríamos el sacrificio de una pequeña porción de animales criados en granjas industriales, donde no los tratan nada bien.

**POR TU SALUD**  
Cuidarse de una forma muy sencilla. Una dieta basada en vegetales mejora tu salud cardiovascular entre otros beneficios.

#meatlessmonday #lunessincarne

## DRINKS

Hechos con Agua de Mar\*\* para ¡¡SUPERVITAMINARTE Y MINERALIZARTE!!

- GREEN CELERY** ..... 5,5  
hojas verdes, romero, apio, pepino, perejil, manzana Fuji y limón.
- GREEN MINT** ..... 5,5  
hojas verdes, naranja, hinojo, romero, piña y menta.
- ROOTS BEET IT** ..... 5,5  
remolacha, piña, zanahoria, manzana Granny Smith y lima.
- ROOTS GINGER** ..... 5,5  
zanahoria, manzana Golden y jengibre fresco.

## NATURAL SALADS

¿Vegano? Pregunta a tu camarero las opciones.

- V ENSALADA DE GARBANZOS CON SALSA DE COCO** ..... 10  
Deliciosa combinación de nutrientes y energía en esta receta de origen vegetal. Elaborada con brotes, rúcula, sésamo negro, bimi escaldado y picado, zanahoria, Portobello, tomate pasificado, picada de almendras, ajo miel, aliño Bumpgreen, sal de limón y pimienta.
- NEW TOMATO FEST** ..... 12  
Mezcla ibárrbara! Tomates: rosa valenciano, pasificado, seco y puré de tomate asado. Con pescado azul en escabeche, aliño Bumpgreen y pesto de albahaca, sal de limón y aceituna negra deshidratada.
- V ¿Vegetariano? Cambia el pescado por aguacate asado y sin pesto.**
- NEW NUTRIBOWL DE POLLO AL CURRY -100% VEGETAL-** ..... 13  
**V** Con "HEURA", la proteína vegetal a base de soja no transgénica, creada por la startup española "Foods for Tomorrow". Con arroz integral, bimi, boniato, calabacín, cilantro, sésamo, aceite de rúcula y salsa curry.
- NUTRIBOWL -PÍDELO CON ARROZ O QUINOA-** ..... 13  
la propuesta más completa para una alimentación saludable en un bol. Arroz integral, aguacate, salmón marinado, bimi, cebolleta, aliño cítrico y todos los beneficios de las algas.
- V ¿Vegetariano? Pídelo sin salmón.**
- V ENSALADA ANCESTRAL** ..... 13  
ensalada de trigo sarraceno con gran poder energizante, receta ganadora del concurso #yococinobumpgreen de María Kindelán. Fusili de trigo sarraceno con aderezo de umeboshi, aguacate y salmón.
- V ¿Vegano? Pídelo sin salmón.**
- V ENSALADA DE QUINOA ECOLÓGICA** ..... 10  
con quinoa ecológica, garbanzos y yogur de Granja Cantagruillas.

LUNCH DINNER  
MEDIODÍA Y NOCHE

## 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 YO ME MIMO** ..... 11  
bomba de antioxidantes a base de espinacas, remolacha y queso de almendras en este completo plato lleno de cosas buenas. Espinacas, coliflor en arbolitos, hummus de remolacha, pasas, ciruelas, queso de almendras, tomate pasificado y sal de naranja.
- ✓ **ENSALADA DE KALE (SÓLO MEDIODÍA)** ..... 9  
combina con maestría el bimi y el kale, dos de los súper-alimentos más ricos en propiedades con nuestro toque mediterráneo.
- ✓ **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.
- ✓ **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 Cantagruillas.  
También tenemos versión vegana.

## LUNCH DINNER MEDIODÍA Y NOCHE