

Bumá GRêN

FOOD
with
SPIRIT

“ Eres tú aquí y ahora. Necesitas cuidarte, quererte y ser consciente de tu lugar en el mundo, notas el empujón que te hacía falta.

Quieres empezar, lo estabas esperando.
Es justo lo que te hace falta. ”

MENÚ

Food with spirit.

DESAYUNOS

MENÚ MEDIODÍA

CARTA

BEBIDAS

BODEGA



DESAYUNOS

HASTA LAS 12:00

HUEVOS

- Benedict. Huevo escalfado, salsa holandesa, aguacate panceta o salmón.. • 10,90    
- Omelette. De patata hecha a la minute. • 7 
- Salmón ahumado. • 9  
- Ibérico. • 9 
- Espárragos. Espárragos trigueros, puerro y cebolla. • 7,5 

BRIOCHE

- Bikini planchado. Brioche, pavo cocido, queso emmental. • 7,5   
- Bikini Tartufado. Brioche, pavo cocido, queso emmental y tartufo • 8   

ENTREPÁN

- Catalana. Pan de chapata, paleta ibérica y tomates cocinados • 7,8 
- Tostada de salmón ahumado con aguacate • 8 
- Tostada de aguacate con brotes tiernos • 6.5 
- Tostada de hummus con pimientos dulce y AOVE • 6.5 

CROISSANT SALADO

- Pavo-queso fresco. Con mostaza antigua y rúcula. • 6,50    
- Salmón ahumado, mozzarella, pesto y tomate • 7,50     
- Ibérico. Paleta ibérica con tomates cocinados • 7,50   

DULCE

- Croissant Clásico. • 3   
- Tartas Bumpgreen (consulta nuestros sabores) • 6.5
- Bizcochos Bumpgreen (consulta nuestros sabores) • 4.5

*Consulta los alégenos de nuestras tratas y bizcochos con nuestro presonal



MENÚ MEDIODÍA

DISPONIBLE DE LUNES A VIERNES
BEBIDA NO INCLUIDA

ENTRANTE - A ELEGIR -

19.90

- Salmorejo
- Ensalada mediterránea con tomate cherry, canónigos, espinacas, aceituna negra y verde, burrata y pistachos.
- Crema de calabaza templada
- Alcachofas a la crema confitadas con aceite de carbón de laurel, cebolla crujiente, crema de almendra, praliné, sal de limón y queso rallado. (1 unidad)

PRINCIPAL - A ELEGIR -

- Salmón a la plancha con boniato asado, avellanas, sirope de agave, aliño base y brotes tiernos (Sup. 2€)
- Wok de ternera salteado con verduras frescas de temporada y almendras tostadas
- Tagliatelle vegetal de calabacín, setas de temporada y lascas de parmesano
- Nutribowl 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, picada de almendra y salsa curry coco.
- Nutribowl - de arroz integral o quinoa- acompañado de salmón marinado, aguacate, bimi, cebolleta, aliño citrico y mayonesa.
- Pechuga de pollo campero acompañado de puré trufado, quinoa y boniato.
- Burger BumpGreen. Pan brioche con cebolla confitada, tomate pasificado, queso, shichimi y mayonesa japonesa. Acompañado de patatas al horno con ajo, perejil y mantequilla.

POSTRE A ELEGIR

- Tarta de queso casera • Gofre de dulce de leche • Fruta de temporada

***BEBIDA NO INCLUIDA**





ENTRANTES

GUACAMOLE CASERO CON CRUDITÉS Y CHIPS DE TRIGO • 14

- Kimchi, zanahoria, pepino y apio crujiente.

COCA PIZZA DE VERDURAS DE LA HUERTA • 14.5

- Berenjena, cebolla, pimiento, tomate pasificado, y praliné de almendras, ajo-miel, aceituna negra deshidratada, aliño Bumpgreen, rúcula y queso.

VEGANO

cambia el queso por rawusano

ALCACHOFAS A LA CREMA • 15.5

- Alcachofas confitadas con aceite de carbón de laurel, cebolla crujiente, crema de almendra, praliné, sal de limón y queso rallado.

VEGANO

cambia el queso por rawusano

WOK DE GARBANZOS, ACEITUNA NEGRA Y ESPINACAS • 12

- Salteado de garbanzos, ajo, aceituna negra en rodajas y espinacas frescas.

NUTRIBOL • 14 PÍDELO CON ARROZ O QUINOA

- Arroz integral, aguacate, salmón marinado, bimi, cebolleta, aliño cítrico y mayonesa.

VEGETARIANO

Pídelo sin salmón y sin mayonesa

NUTRIBOWL DE HEURA AL CURRY - 100% VEGETAL - • 15

- 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, picada de almendra y salsa curry coco.

PLANT-BASED

HUMMUS • 9.5

- Nuestro hummus de garbanzos tradicional acompañado de unas deliciosas chips de verduras y crudités.

SALMOREJO • 9.5 (EN TEMPORADA)

- Servido con virutas de jamón y huevo duro.

CALDO DE COLÁGENO • 9.5 (EN TEMPORADA)

- Acompañado de guisantes y jamón.

CREMA DE CALABAZA • 9.5 (EN TEMPORADA)



CRUSTÁCEOS
CRUSTACEANS



HUEVO
EGG



SOJA
SOYBEANS



FRUTOS CÁSCARA
TREE NUTS



CACAHUETE
PEANUTS



CEREALES CON
GLUTEN



ALTRAMUCES
LUPINS



LECHE
MILK



PESCADO
FISH



SULFITOS
SULPHUR DIOXIDE



SÉSAMO
SESAME



MOLUSCOS
MOLLUSCS



MOSTAZA
MUSTARD



APIO
CELERY

ENSALADA NIÇOISE • 13.5

• Con tomate ecológico, aguacate, huevo, espárragos de temporada y patata todo servido sobre una cama de brotes tiernos con salsa nicçise.

ENSALADA MEDITERRÁNEA • 15

• Tomate cherry , burrata, aceitunas negras y verdes, canónigos, espinacas y pistachos, acompañado de un toque de pesto.

TORTILLA DE PATATA AL ESTILO BETANZOS • 15

• Tortilla de patatas y espinacas

ENSALADA DE LENTEJAS, TOQUES ASIÁTICOS • 12

• Con edamame, remolacha, sésamo, nueces, pasas y fruta de temporada.

ENSALADA DE CRUCÍFERAS • 10.5

• Brócoli, coliflor, guisante, edamame, pesto,perejil, albahaca y sal de naranja.

VEGANO Pídelo con pesto vegano



SALMÓN A LA PLANCHA • 19.5

Con boniato asado, avellanas, sirope de agave, aliño base y brotes tiernos.

WOK DE TERNERA • 14.5

Salteado con verduras frescas de temporada y almendras tostadas

PECHUGA D E POLLO CAMPERO • 14

Acompañado de puré trufado, quinoa, boniato.

NOODLES DE BONIATO • 14

Al cremoso de coco y Portobello acompañado de bimi, sésamo, cebollitas en vinagre, nueces, anacardos, alcaparras y sal de naranja.

PULPO AL CURRY • 16

Para de pulpo braseada sobre arroz integral aliñado y salsa de curry BumpGreen, aguacate y tomate pacificado.

SOLOMILLO DE CERDO, CALABAZA Y ALMENDRAS - 15

Sobre cama de puré de calabaza y almendras tostadas acompañado de ensalada de brotes tiernos.

PASTA DE QUINOA CON HEURA • 14

Elaboración artesana con pesto fresco.

TAGLIATELLE VEGETAL • 14

De calabacín, setas de temporada y lascas de queso curado.

SATSHUKA • 13

Con verduras y huevo ecológico.

TARTAR DE TOMATE Y AGUACATE• 13.5

Con tomate y aguacate, aceite de rúcula, aceituna negra, aliño asiático y sal de limón.

LINGOTE DE CORDERO • 18

Con cous-cous, tomate pasificado, romero, un trazo de cenizas y quemado con soplete.

TARTAR DE SALMÓN • 14

Sobre lecho de alga wakame, sésamo negro, aguacate, yogur de Granja Cantagrullas, aliñado con salsa de ostra.

BURGUERS

“AUTÉNTICA” BURGER BUMPGREEN • 14,5

Pan brioche con cebolla confitada, tomate pasificado, queso, shichimi y mayonesa japonesa. Acompañado de patatas al horno con ajo, perejil y mantequilla.

BURGER DE KIMCHI• 15

Pan brioche con cebolla crujiente, tomate pasificado, queso, shichimi, mayonesa japonesa y kimchi. Acompañado de boniato asado.

“THE BEYOND BURGER” - 100% VEGETAL - • 15

Con parmesano-raw, tomate pasificado, sichimi, salsa vegetariana, cebolla crujiente y pan brioche.

PLANT-BASED

BURGER DE RABO DE TORO • 16.5

Desmigado y deshuesado, mayonesa de piminto rojo asado y ajo miel, acompañado de patatas al horno y en pan de masa madre.

*Todos los productos de la pesca servidos crudos o semicrudos han sido previamente sometidos a un proceso de congelación, conforme a la normativa sanitaria vigente.



CRUSTÁCEOS
CRUSTACEANS



HUEVO
EGG



SOJA
SOYBEANS



FRUTOS CÁSCARA
TREE NUTS



CACAHUETE
PEANUTS



CEREALES CON
GLUTEN



ALTRAMUCES
LUPINS



LECHE
MILK



PESCADO
FISH



SULFITOS
SULPHUR DIOXIDE



SÉSAMO
SESAME



MOLUSCOS
MOLLUSCS



MOSTAZA
MUSTARD



APIO
CELERY

POSTRES

BROWNIE DE CHOCOLATE • 7
con helado de caramelo salado.

TARTA DE QUESO ARTESANA • 6.5

TEXTURAS DE CACAO • 7
con helado de cacahuete.

GOFRE BG • 7
con mermelada de pistacho o chocolate o dulce de Leche

TARTAS BUMPGREEN • 6.5
consulta nuestros sabores

*Consulta los alérgenos de nuestras tratas y bizcochos con nuestro presonal

MACEDONIA DE FRUTA O FRUTA DE TEMPORADA • 6.5



BEBIDAS

PARA SUPERVITAMINARTE Y MINERALIZARTE!
Hechos con Agua de Mar

PLANT-BASED

GLUTEN FREE

GREEN CELERY • 6

Hojas verdes, romero, apio, pepino, perejil, manzana Fuji y limón



GREEN MINT • 6

Hojas verdes, naranja, hinojo, romero, piña y menta.

ROOTS GINGER • 6

Zanahoria, manzana Golden y jengibre fresco.

KOMBUCHA • 4

AGUA MINERAL 50CL • 3.20

REFRESCOS • 3.50

TÉ / INFUSIÓN • 3.50

CERVEZA VOLL DAMN • 4

CERVEZA VICTORIA SIN ALCOHOL • 4

CERVEZA DAURA DAMN SIN GLUTEN • 4.2

DOBLE DE CERVEZA • 4

VERMUT • 6.5

VINOS TINTOS

- VIÑA HERMINIA CRIANZA • BOTELLA 17
- ARIENZO DE MARQUÉS DE RISCAL CRIANZA • BOTELLA 19
- VIÑA POMAL CRIANZA • BOTELLA 20
- MARQUÉS DE RISCAL RESERVA • BOTELLA 28
- SAN VICENTE 2020 • BOTELLA 51
- ZARZUELA ROBLE • BOTELLA 18
- CEPA 21 • BOTELLA 29
- PAGO DE LOS CAPELLANES ROBLE • BOTELLA 31
- EMILIO MORO • BOTELLA 33
- CARMELO RODERO CRIANZA • BOTELLA 36
- BOBAL DE ESTENAS • BOTELLA 19

VINOS BLANCOS

- MARQUÉS DE IRÚN VERDEJO • BOTELLA 16
- MARINA ALTA • BOTELLA 18
- VIÑA CALERA • BOTELLA 18
- EL NOVIO PERFECTO • BOTELLA 18
- MARÍA SANZO ALBARIÑO • BOTELLA 21
- ENATE CHARDONNAY • BOTELLA 23

CAVAS

- VEGA MEDIEN BRUT NATURE ECOLOGICO • BOTELLA 19
- VEGA MEDIEN ROSADO ECOLOGICO • BOTELLA 20
- RAMÓN CANALS BRUT NATURE RVA. NUMERADA
- BOTELLA 22

CHAMPAGNES

- LAURENT PERRIER LA CUVÉE BRUT • BOTELLA 60
- LAURENT PERRIER LA CUVÉE BRUT 37.5cl • BOTELLA 33

ROSADOS

- MARQUÉS DE RISCAL • BOTELLA 19
- LAURENT PERRIER LA CUVÉE BRUT 37.5cl • BOTELLA 33

LISTADO DE ALÉRGENOS - BUMP GREEN REV.01 ED.00

	GLUTEN	CRUSTACEOS	MOLUSCOS	HUEVO	PESCADO	LECHE	FRUTOS CÁSCARA	CACAHUETE	SOJA	MOSTAZA	SÉSAMO	APIO	SULFITOS	ALTRAMUCES
GUACAMOLE CON CRUJIENTES Y CHIPS	●				●				●				●	
ENSALADA DE VENTRESCA Y SULFITOS					●								●	
COCCA PIZZA ESCALIVADA	●					●	●		T	T				
BASE PIZZA PIADINA	●								T	T				
SALMOREJO				●										
ALCACHOFA CON SALMOREJO Y JAMÓN				●										
WOK DE GARBANZOS													●	
NUTRIBOWL DE QUINOA Y ARROZ	●			●	●				●	●	●		●	
HUMMUS												●	●	
GUISANTES CON JAMÓN												●		
ENSALADA NICOISE				●						●			●	
ENSALADA MEDITERRÁNEA	T			●	T	●	●		T	T		T	●	
TORTILLA DE PATATAS ESTILO BETANZOS				●			●						●	
SAM DE LANGOSTINOS Y AGUACATE	●	●		●					●	●			●	
RAPE EN PAPILOTE					●	●								
SALMÓN A LA PLANCHA	●			●	●		●		●	●			●	
WOK DE TERNERA									●				●	
PECHUGA DE POLLO CAMPERO	●	T		T	T	●	T		T			T		
CEVICHE MIXTO		●	●		●							●		
SOLOMILLO DE CERDO CON CALABAZA Y ALMENDRAS						●	●						●	
TAGLIATELLE VEGETAL						●								
AUTÉNTICA BUMP GREEN	●			●		●			●	●	●		●	

LISTADO DE ALÉRGENOS - BUMP GREEN REV.01 ED.00

	GLUTEN	CRUSTACEOS	MOLUSCOS	HUEVO	PESCADO	LECHE	FRUTOS CÁSCARA	CACAHUETE	SOJA	MOSTAZA	SÉSAMO	APIO	SULFITOS	ALTRAMUCES
BURGUER KIMCHI	●			●		●			●	●	●		●	
BEYOND	●			●		●	●		●	●	●			
PASTA DE QUINOA CON HEURA	●			●	T	●	●		●			T		
SHAKSHUKA CON HUEVO	T			●					T					

Leyenda	
●	Contiene el alérgeno.
T	Puede contener trazas.



BG

BUMPGREEN.COM

