

דגן ואנטיפסטי

אורז מלא

קינואה אורגנית

אורז יסמין לבן

כרוב לבן אפוי בתנור שמן זית, מלח, צילי גרוס

בצל סגול מקורמל בתנור, שמן זית, מלח, פלפל, חומץ

עדשים שחורות בצל סגול עגבניות ושקדי

גזרים בתבלינים מחוקים חריפים

תפוחי אדמה צרובים בתנור, מרווה, מלח ים

קישוא אפוי בתנור, מלח ים פלפל וטימין

סלק אפוי בתנור, שמן זית, מלח, פלפל ואורגנו טרי

שעועית ירוקה ואפונת גינה, שמן זית, מלח ובזיליקום טרי

ראשונות

סלט ירוק-חסה ועלי בייבי

סלט ירקות שוק ויניגרט זמן זית ולימון

סלט טאבולה

סלט גרגרי חמוס ועשבי תיבול

מרק קישואים ונענע

מרק קטניות ועשבי תיבול

תוספות בתשלום

ביצה..... 4

רצועות עוף..... 17

ירקות אנטיפסטי 25/35

תוספת דגן..... 20/30

תוספת מרק..... 20/30

עיקריות

גולאש בשר בפפריקה

ראגו בשר, ירקות שורש, עשבי תיבול, תבלינים

כרע עוף צלוי בתנור. בדבש תמרים אורגני נאות סמדר, סויה וג'ינג'ר

חזה עוף צלוי בתנור. בשמן זית ומלח ים, רוטב דבש תמרים, סויה וג'ינג'ר.

קציצות עוף בקארי זהוב. בטטה, דלעת, ג'ינג'ר וכוסברה טרייה

פילה סלמון אפוי בתנור מושרה במיסו לבן

קציצות טופו ועשבי תיבול. חלב קוקוס, קארי אדום, ירקות כתומים

אנטיפסטי של ירקות דגן וטחינה הר ברכה

סלטים

סלט ירקות שוק. עגבניות, מלפפונים, פלפלים צבעוניים, צנוניות ובצל סגול ויניגרט לימונים מוגש עם לחם לחמא וטחינה הר ברכה

סלט סלמון אפוי. חסה, עלי בייבי, אצות וואקמה, כרוב סגול, בטטה, בוטנים קלויים, שומשום שחור, ויניגרט אסייאתי

סלט נתחוני עוף. חסה, עלי בייבי, קולרבי, גזר, צנון, כרוב סגול, קרוטונים, שומשום שחור, ויניגרט הדרים

סלט רוסטביף. תערובת עלים, שעועית ירוקה, כרוב לבן אפוי, בצל סגול, מלפפון, שקדים קלויים ושומשום שחור. מוגש עם ויניגרט גינג'ר וכוסברה