

<i>Fresco fresco</i>	mediano	grande
Ensalada Levante   lechuga, tomate cherry, nueces, pasas y queso de cabra	6.50 €	12.00 €
Tomate Aliñado   tomate en rodaja, salsa de mostaza y miel de caña	4.00 €	7.50 €
Ensalada César lechuga, tomate, pollo, queso, picatoste y salsa César	6.50 €	12.00 €
Ensalada Griega con salsa Tzaziki   tomate, pepino, cebolleta queso feta, aceitunas negras, salsa de yogurt, pepino y ajo	6.50 €	12.00 €
Ensalada con Superalimentos lechuga, tomate, tofu,   manzana, quinoa negra, canónigo, rúcula y moringa	6.50 €	12.00 €
Tabulé de Quinoa Negra   quinoa negra, tomate, pepino, cebolleta, con aliño de limón, hierbabuena, ajo, sal y aceite	6.50 €	12.00 €
Ensalada Verde   canónigos, rúcula, ajo, parmesano en escamas	6.50 €	12.00€

Los Salmorejos

Salmorejo cordobés 5.00 €

tomate, pan, huevo duro,
jamón serrano, ajo y aceite

Salmorejo de remolacha  5.00 €

tomate, remolacha, pan,
daditos de manzana, picatoste,
ajo y aceite

Salmorejo de manzana   5.00 €

tomate, manzana, pasas,
nueces, ajo y aceite

Nuestras croquetas

Croqueta de garbanzo y espinaca  

garbanzo, espinaca, arroz, curry, sal,
rebozada en harina de maíz y perejil

Croqueta de quinoa y calabaza  

quinoa y calabaza sofrita con cebolla,
ajo, zanahoria y pimiento verde,
rebozada en harina de maíz y perejil

Plato Mediano. 4 croquetas con:

Hummus/ Alioli vegano/ Pisto 5.50 €

Hummus, alioli vegano y pisto 6.50 €

Plato Grande. 8 croquetas con:

Hummus/ Alioli vegano/ Pisto 10.00 €

Hummus, alioli vegano y pisto 12.00 €

A cualquier hora

mediano grande

Berenjenas fritas   **4.50 €** **8.00 €**
con miel de caña
rebozadas en harina de arroz

Huevos Rotos  **6.50 €** **12.00 €**
patatas fritas, huevos camperos,
jamón serrano

Patatas Bravas   **4.50 €** **8.00 €**
con salsa brava y
mayonesa vegana

Provoleta   **7.00 €**
con tomate fresco y orégano

Tri Hummus   **7.00 €**
De garbanzo, de aguacate y
de remolacha con crackers

Patatas Fritas   **4.00 €**
Suplemento de Chutney de tomate **1.00 €**

El Pisto

Pisto con huevos   **6.50 €** **11.50 €**
pisto con huevos camperos

Pisto con berenjenas   **6.50 €** **11.50 €**
fritas

Pisto con patatas fritas   **5.50 €** **9.50 €**

Pisto : cebolla, zanahoria, ajo,
pimiento rojo y verde, tomate,
calabacín, berenjena

Nuestros platos

mediano grande

Tofu Encebollado  5.50 € 10.00 €

tofu, cebolla caramelizada,
salsa de soja, sésamo,
miel de caña, arroz basmati

Seitan Encebollado  6.00 € 11.00 €

seitan, cebolla caramelizada,
salsa de soja, sésamo,
miel de caña, arroz basmati

Milhojas de remolacha   **Templada con quinoa** 6.50 € 12.00 €

quinoa negra sofrita en cebolla,
ajo, zanahoria y pimiento,
y con láminas de remolacha

Tomatún  8.50€

Tomate relleno de atún de almadraba,
alcaparras y mayonesa vegana

Tomatofu   7.50€

Tomate relleno, tofu macerado en soja,
alcaparras y mayonesa vegana

Endivias rellenas a la Barbateña  9.50€

Relleno de masa de patata,
judías verdes y atún de almadraba
con salsa de pimiento rojo y
hummus de aguacate

Endivias rellenas Veganas   8.50€

Relleno de masa de patata,
judías verdes y tofu macerado en soja
con salsa de pimiento rojo y
hummus de aguacate

Las Hamburguesas

BioBurger Vegana



Soja, remolacha, calabacín y zanahoria

BioBurguers Vegetarianas



Tofu y algas (base de soja)

Seitan (base de harina de trigo)

Algas y berenjenas

Hamburguesas de carne

Hamburguesa de Retinto (ternera local) 200 gr

Hamburguesa de pollo 200 gr

Todas las hamburguesas se pueden servir de estas formas:

- sin pan, al plato, con ensalada o patatas **7.00 €**
- con pan y queso **6.50 €**
- con pan, queso, tomate y lechuga **7.50 €**
- con pan, queso, tomate, lechuga, huevo y bacón **8.50 €**
- con patatas fritas suplemento de **1.50 €**

Hamburguesa de cordero 200 gr

Con pan, sobre un lecho de cebolla caramelizada,

con patatas, acompañada de

chutney de tomate picante

y mermelada de ciruelas

10.00 €

Postres La Cobijada sin Gluten



Suspiros de Té Verde al limón con pistachos	4.00 €
Delicias de Naranja con mandarinas al Cointreau	4.00 €
Flan de Queso con mermelada de Arándanos	4.00 €
Helado de Ferretino Crocante	4.00 €
Helado de Mango (leche de soja) ☾	4.00 €
Helado de Fresa (leche de soja) ☾	4.00 €
Helado de Yogurt Griego con mango y maracuya	4.00 €

Nuestros Postres Caseros Veganos



Capricho de la Alhambra ☀ Dátiles rellenos de cacao puro, tahini, sirope de agave, nueces y canela. Acompañados de yogurt vegano	4.50 €
Pudin Ayurvédico Semillas de chía, cúrcuma, cardamomo y leche de avena. Con sirope de mango y virutas de cacao	4.50 €
Mousse Vegana ☀ Aguacate, cacao puro, aceite de coco, sirope de agave y pistachos	5.00 €

Cafés

Café solo	1.20 €
Café cortado	1.40 €
Café americano	1.50 €
Café con leche	1.60 €
Café con leche de soja o sin lactosa	1.70 €
Cappuccino	2.00 €
Café Bombón	1.80 €
Carajillo	2.00 €
Te – Infusiones	1.50 €

Cocktail **6.00 €**

Coco Loco

Pulpa de coco, azúcar, coco natural, pulpa de lima y limón, vodka, triple seco, ron, leche condensada.

Piña Colada

Pulpa de piña, ron, azúcar, pulpa de coco, piña y coco natural, Malibú y leche condensada.

Caipirinha

Cachaza, azúcar, pulpa de limón y lima.

Mojito

Ron, azúcar moreno, lima, refresco y hierbabuena.

Refrescos

Coca Cola, Fanta	1.50 €
Sprite, Tónica	1.50 €
Schweppes Tónica o Naranja	1.70 €
Aquiarius, Nestea	1.80 €
Fritz-Kola Vegana	2.50 €
Fritz-Kola Vegana Bio	3.00 €
Agua con gas	1.50 €
Agua 500 cl	1.00 €
Agua 1.5 l	2.00 €
Zumo botellín	1.50 €
Zumo de Naranja natural	2.00 €
Smoothies	4.50 €
Benjamín de Cava	3.00 €
Quinto de Sidra Ladrón de Manzanas	2.50 €

Cervezas

Grifo

Caña	1.50 €
Copa 0.3 cl	2.50 €
Jarra 0.5 l	4.00 €

Botellas

Mahou 0,0 Tostada	2.50 €
Quinto Cruz Campo	1.50 €
Tercio Cruz Campo / Mahou	2.50 €
Tercio Radler / Mahou	2.50 €
Coronita/Maestra /Barrica	3.00 €
Tercio de Mahou SIN Gluten	3.00 €

Aperitivos

Copa de Manzanilla	2.00 €
Copa de Tío Pepe	2.20 €
Copa de Solera	2.00 €
Copa de Canasta	2.50 €
Copa de Vermouth	2.50 €
Copa de licor	2.50 €
Tinto de verano	2.00 €
Cubata	5.00 €
Cocktail	6.00€

Vinos

	Copa	Botella
Blancos		
Estola – La Mancha	2.00 €	11.00 €
<i>Verdejo</i>		
Viñas del Vero - Somontano	2.20 €	12.00 €
<i>Chardonnay y Macabeo</i>		
Entrechuelo - Cádiz	2.50 €	14.00 €
<i>Chardonnay</i>		
Tintos		
Devoción	2.00 €	11.00 €
<i>Rioja joven</i>		
Entrechuelo Roble - Cádiz	2.50 €	14.00 €
<i>Cabernet sauvignon, tempranillo, syrah y malbec</i>		
Celeste	2.60 €	16.00 €
<i>Ribera del Duero</i>		