

rachel's eco love

ALL DAY MENU

small
business.
big heart 

HEALTHY BOWLS

PORRIDGE Avena integral, leche de coco, canela, fresas y plátano	9
JUNGLE BREAKFAST Granola, fruta de temporada, yogurt y amor	10.5
SEASONAL FRUIT SALAD Ensalada de frutas	8.9
CHIA ME UP! Pudding de semillas de chía, leche de coco y frutas	10.9
SIGNATURE AÇAÍ BOWL Bowl de açai cubierto de granola Rachel's plátano, fresas, coco rallado	13.5
GREEN DETOX Despierta cada día con esta sana combinación de espinacas, jengibre, plátano, naranja, piña, mango y manzana	12.5
GOOD VIBES Subidón de proteínas con este sabroso y suave bowl de plátano, miel, leche de soja y mantequilla de cacahuete	12.5
PINK EVIDENCE  Bowl de pitahaya con tus toppings favoritos	13.5
MARBEFORNIA  Zum de naranja, plátano, piña y mango	12.5
KETONOLA  Yogurt de coco, granola de nueces y arándanos	11.9

SUPER BOWLS

BANANA, PEAR & VANILLA  BOWL	14.5
MORNING FUEL Espinacas, apio, aguacate, leche de almendras, semillas de lino y Super Elixir	14.5

CON CUCHARA

CREMA DE ZANAHORIA	8.9
CREMA DE CALABAZA	8.9
CREMA DE MAÍZ	8.9
GAZPACHO (EN TEMPORADA)	8.9

TOAST

HI! HONEY

Tostada con higos, mascarpone y pistachos

8.5

GOOD MORNING TOAST

Pan multigrano con mantequilla y mermelada o aceite y tomate o pavo

4.5

AVOCADO TOAST

Pan de oliva rustico con aguacate y un toque de semillas de sesamo

6.9

NEW YORK AVOCADO

Tostada de pan de centeno con aguacate y chile

6.9

SUPERMAN TOAST

Tostada de pan de centeno, crema de almendras, plátano, miel y canela

6.9

FETA AVO

Aguacate, feta, tomates cherry y albahaca

8.5

SWEET/SAVORY

TORTITAS DE ZANAHORIA

14.9

DULCE GRATITUD

Pancake con platano caramelizado, sirope de arce y crema de coco

14.9

CREPES DULCES/SALADOS

Elige una salsa dulce: sirope de arce, agave, chocolate, miel o frutas de temporada
Elige salado: verduras de temporada o jamón y queso

12

THE WAFFLE

Gofre casero con frutas

12.5

FRENCH TOAST

12.5

PASTELERÍA ARTESANA

BOLITAS DE PROTEINA

3.5

COOKIES

Chocolate, Choco Chips, Peanut Butter, Vegana Choco Negro, Vegana Choco Blanco

¡PREGUNTA POR NUESTRAS TARTAS!

*every day
on sundays
we brunch*

DEL GALLINERO

HUEVOS DIVORCIADOS

Huevos escalfados, crema agria, salsa roja, chimichurri, aguacate, pimentón

13.9

MONTERREY EGGS

Huevos fritos, aguacate, ensalada, tostada y patatas asadas

14

DESAYUNO REVOLTOSO

Huevos revueltos y pan de oliva tostado

9.9

HUEVOS BENEDICTE

* Añade salmón, jamón o pavo + 2,90€

(1 huevo) 7.5

(2 huevos) 13.9

SMASHED AVOCADO TOAST BENEDICTE

2 huevos pochados, salsa holandesa con curry sobre una base de aguacate

14.9

QUINOA HEAVEN

2 huevos pochados, quinoa roja y blanca, calabaza asada, espinacas salteadas, tomate cherry, feta, albahaca y tomate chutney

13.9

HUEVOS VERDES

Huevos revueltos con pesto y parmesano con pan de oliva

10.9

MARINA PUENTE ROMANO

Salmón ahumado, huevos revueltos, aguacate, queso halloumi a la plancha y ensalada

15.9

TORTILLA FRANCESA

*Añade cebolla, tomate, pimientos, champiñones, espinacas o queso (+1€ por extra ingrediente)
También disponible con claras de huevo

7

KETO AVOCADO BENEDICTE

Aguacate, huevos pochados, salmón ahumado, salsa holandesa, espárragos y cebolla

16.5

SANDWICHES/BURGERS

BREAKY

Tostada con aguacate, huevo a la plancha y un toque picante

9.9

MEXICAN BURGER

Pechuga de pollo al estilo mexicano, guacamole, tomate fresco, repollo morado, jalapeños y chipotle con lima fresca ¡Picante!

14.5

TRUE BURGER

Carne de buey con cebolla caramelizada, espinaca y nuestra salsa especial

16.9

VEGGIE BURGER

Deliciosa hamburguesa vegetariana cocinada con hierbas y especias, pepino, aguacate, tomate, lechuga, cebollino

15.9

LYLA SANDWICH

Aguacate, tortilla francesa, muhammara y espinacas

9.9

ENSALADAS

- RACHEL'S SALAD** 13.5
Kale, aguacate, zanahoria, tomate cherry, rábano rojo, quinoa roja y blanca, y falafel de zanahoria
- COOL SALAD** 15.5
Pollo asado, alfalfa, remolacha, zanahoria, espinacas, albahaca, calabaza, aguacate, eneldo, con nuestra salsa especial; acompañado de hummus de remolacha y pan de pita
- RACHEL'S GREEK SALAD**  14.5
Pepino, tomate, rábanos, cebolla, menta y queso feta
- LOLA SALAD**  15.5
Migas de coliflor, granada, aguacate y pollo con corte a de nueces
- GREEN CLEAN SALAD**  14.5
Quinoa, brócoli, col, almendras, granada y bayas goji
- TULUM SALAD**  15.5
Frijoles, cilantro, aguacate, rábanos, apio, chile y pollo opcional

WRAPS

- WRAP ESSAQUIRA** 13.9
Pollo cocinado al estilo marroquí, tomate, salsa curry y cebolla roja
- FALAFEL WRAP** 12.9
Falafel casero, zanahoria, espinacas, cebolla, albahaca, repollo, aguacate y hummus de remolacha
- LUCKY BASTARD** 14.9
Solomillo de ternera a la plancha, albahaca, aguacate, tomate, zanahoria, cilantro, cebolla, alioli y salsa asiática casera
- TOFU SCRAMBLE**  14.5
Tofu revuelto con cúrcuma, cebolleta, espinacas, tomate seco, aguacate
- BURRITO**  14.9
Huevos revueltos, bacon de pavo, espinacas, queso, cebolleta. Servido con patatas asadas y salsa brava
- WRAP VEGGIE**  13.9
Espinaca, quinoa, hummus, aguacate, cherry, zanahoria, pepino, brotes, garbanzos, tahini verde y aceite de oliva
- WRAP DE SALMÓN**  13.9
Salmon ahumado, aguacate y espinacas

ESPECIALES RACHEL'S

- MI AMIGO** 11.9
Quesadillas de espinacas y queso vegano
- ESPAGUETIS DE LA TIERRA** 13.5
Espaguetis en una rica salsa de tomate
- ESPAGUETIS OF THE SEA** 17.9
Espaguetis con gambones y tomate cherry **iPicante!**
- VEGAN SWEET POTATO CURRY** 13.5
Batata, zanahoria, garbanzos, cebolla, jengibre, col, curry y leche de coco
- MEE GORENG**  14.5
Wok de verduras y fideos chinos con pollo o tofu **iPicante suave, moderadamente picante o muy picante!**
- ONIGIRI**  15.9
Gambas Vegano
- CEVICHE DE REMOLACHA**  15.9

TO SHARE

- NACHOS LOLA** 12.9
Nachos con crema agria y aguacate
- SHARING PLATE** 14.9
Babaganoush, hummus, muhammara, remolacha y hummus de zanahoria, crema blanca
- AVOCADO DIP** 12.9
Pan de aguacate acompañado de nuestro guacamole de la casa y hummus de garbanzos
- TURKISH PASSION** 13.5
Hummus, aguacate, halloumi y granada sobre pan árabe

