










ESTRATTI

+ SHOT IERBA MATE, zenzero, limone € 2

 Rosé Sedano, finocchio, Rapa rossa, Mela	PT Antiox, digestivo, rimineralizzante, rinfrescante	€ 5
 Rouge Rapa rossa, Carota, Mela, Zenzero,	PT Antiox, ipocalorico, rivitalizzante, ricco di ferro	€ 5
 Orange Carota, Limone, Menta, Zenzero	PT Antiox, immunotonico	€ 5
 Light Green Finocchio, Mela, Menta, Zenzero	PT Digestivo, antinfiammatorio, sedativo	€ 5
 Citrus Arancia, Carota, Limone		€ 5

FRULLATI

 Easy Mela, datteri, cannella	PT Elevato potere nutritivo, debolmente diuretico	€ 5
 Green Cream Avocado, sedano, kiwi dolcificante su richiesta	PT Sostegno epatico, nutriente, vitaminico, restringente	€ 5
 Strong Green Spinaci, mela, datteri, polvere di Moringa		€ 5
 Ecrú Spinaci, mela, kiwi, bacche di goji polvere di Moringa + shot di Yerba Mate e zenzero	PT Energizzante immunostimolante	€ 6

Allergene: Sedano

BEVANDE DISSETANTI E FERMENTATE HOME MADE

 Yerba mate, zenzero, limone	PT <i>yerba mate: energizzante, tonico, diuretica, antiox, aumenta il metabolismo</i> <i>Zenzero: gastroprotettore, attivazione metabolica</i>	€ 3
 Gassosa allo zenzero, limone, zucchero di canna integrale	PT <i>Zenzero: gastroprotettore, attivazione metabolica</i>	€ 3

KOMBUCHA € 3,5

Il Tè Kombucha è una bevanda fermentata a base di tè e di una coltura di batteri e lieviti. Di origine orientale, giunta in Europa dalla Cina e dalla Russia. Per la medicina tradizionale cinese questo tè viene considerato un elisir di lunga vita, una bevanda “viva” ricca di probiotici che aiuta le attività intestinali, i calcoli renali, è benefica nella cura delle malattie cardiache, nei disturbi del sonno, nei dolori articolari ecc..

 **Kombucha - Tè verde**

 **Kombucha - Tè verde e Mango**


 **Kombucha - Tè verde, salvia, limone**

 **Kombucha - Tè nero, mora e fragola**

 **Kombucha - Tè nero, pompelmo, anice stellato, cannella**

KEFIR D'ACQUA AROMATIZZATO

Il Kefir d'acqua è una semplice bevanda fermentata a base d'acqua, i grani di Kefir sono dei fermenti probiotici che immersi nell'acqua si nutrono principalmente di zucchero trasformandolo in enzimi, vitamine e sali minerali. Ha moltissime proprietà terapeutiche, in virtù dei suoi fermenti questa bevanda funziona da riequilibratore della flora batterica, stimola il sistema immunitario intestinale con benefici effetti sul sistema immunitario di tutto il corpo.

 **Kefir aromatizzato** € 3,5








LATTE VEGETALE SPREMUTO A FREDDO 200 ML

Il nostro latte da asporto (€ 5 x ½ litro – € 8 x 1 litro)

 Mandorla	VN 272 Kcal CG Medio PT contiene calcio, energizzante, ricostituente, remineralizzante	€ 3,5
 Nocciola	VN 196,5 Kcal CG Basso PT Remineralizzante, vermifugo, contiene molti lipidi e proteine, antisclerotico, epatoprotettore, contiene molto fosforo	€ 3,5
 Sesamo (Spremuto su richiesta)	VN 229,2 Kcal CG Medio Basso PT ac. Folico, vit. B, calcio, zinco, selenio, ferro, protezione per il sistema cardiovascolare, rafforza le ossa, favorisce il sonno perché aumenta il livello di serotonina	€ 4,5
 Semi di Zucca (Spremuto su richiesta)	VN 217 Kcal CG Basso PT Antiacido, vit.K, triptofano, contrasta lo stress ossidativo, l'invecchiamento cellulare e i radicali liberi. Antiparassitario intestinale la curcubitacina, principio attivo, paralizza i muscoli dei vermi	€ 4,5

Allergene: Mandorla, Nocciola, Sesamo



MILK SHAKE

 Avocado cacao Avocado, latte di mandorla, raw cacao, sciroppo d' agave	PT Vit. A/C/E, omega 3, energizzante, ricostituente, sistema nervoso, remineralizzante	€ 6
 Beige Latte di mandorla, datteri, cannella, noce moscata, maca	PT Tónico, ricostituente, nutriente, remineralizzante, sistema nervoso	€ 6
 Golden Milk Latte di mandorla, curcuma, olio di mandorla, datteri	PT Antinfiammatorio, nutriente, energetico, remineralizzante	€ 6
 Tiramisù Latte di noci del Brasile, banana, raw cacao, olio di cocco, maca, datteri	PT Molto nutriente, sostegno epatico	€ 6
 Matcha Milk Latte di mandorla, tè matcha, datteri, olio cocco, vaniglia, cannella	PT Sostiene il sistema nervoso e cardiovascolare	€ 6
 Avocado seeds Latte di mandorla, spinaci, mela, avocado, polvere di seme di avocado essiccato, zenzero, datteri		€ 6
 Coffee Latte di mandorla, caffè, nettare d'acero	PT Sostiene il sistema nervoso, epatico; Perfetto berlo al mattino	€ 6

Allergene: Mandorla, Noci del Brasile







LASSI CON YOGURT DI ANACARDI FERMENTATO

Il Lassi è una bevanda indiana ayurvedica indiana che di solito si beve dopo o durante i pasti, è rinfrescante e facilita la digestione perchè è ricco di probiotici

 Lassi Cardamomo, cumino - puoi cambiare spezie e dolcificare a piacere	VN 400 kcal CG Basso PT Antinfiammatorio, immunostimolante, protezione cardiovascolare protettivo per le ossa, carminativo per l'intestino	€ 6
 Lassi con frutta a scelta Cardamomo, cumino		€ 7

Allergene: Anacardi

CAFFÈ &...

 Espresso - Palombini Gusto Oro		€ 1 € 1,5
 Caffè Americano		€ 1,5
 Espresso macchiato con latte di mandorla		€ 1,5 € 2
 “Caffè” di cicoria tostata	<i>Drenante vie urinarie</i>	€ 2
 “Caffè” di carruba	<i>Lenitivo per la gola, Integrazione del calcio</i>	€ 2
 Caffè alla Vietnamita Solo se non vai di fretta...		€ 2,5

...CAPPUCCINO

 Cappuccino con latte di soia	<i>Estrogenico (menopausa, amenorrea)</i>	€ 2,5
 Cappuccino con latte mandorla/nocciola	<i>Antiossidante / Molto nutriente</i>	€ 3,5
 Cappuccino con “caffè” di cicoria e latte di nocciola	<i>Anti generativo del sistema nervoso</i>	€ 3,5
 Cappuccino con “caffè” di carruba e latte di mandorla	<i>Benessere delle ossa</i>	€ 3,5
 Cappuccino Golden Milk Latte di mandorla, curcuma, olio di mandorla, sciroppo d’agave	<i>Antinfiammatorio, Rinforza il sistema immunitario</i>	€ 4
 Cappuccino Matcha con latte di mandorla		€ 4
 Cioccolata calda di anacardi con cacao e datteri		€ 5

Allergene: Mandorla, Nocciola, Soia, Anacardi

BIRRA CRUDA ARTIGIANALE

'Na Birretta Bio

Birra bionda biologica, secca leggera, dissetante e rinfrescante, dai sentori di malto e farro. Beni si abbina a piatti delicati in genere.

**Prodotto da Birradamare - Roma -
Vol. 4,5% - 33 cl.**

*Ingredienti: acqua, malto d'orzo bio,
farro bio, luppolo e lievito*

€ 5

Birra Gluten Free Bio

La birra senza glutine Schnitzer Brau è prodotta nella Foresta Nera, in Germania. È una birra chiara, dal gusto fresco. Il malto di miglio presente nella ricetta la rende indicata per coloro che ricercano prodotti senza glutine. Schnitzer è un'azienda tedesca nata nel 1968. Si è specializzata nella produzione di cibi biologici certificati, sviluppati specificatamente per persone con problemi di intolleranze alimentari.

**Produttore-Distributore: Schnitzerbräu
GmbH & Co. KG, Marleiner Str. 9, D-7765
Offenburg da 7,5% - Vol.5,0% - 33 cl**

*Ingredienti: acqua, malto di miglio bio, proteina dei
piselli bio, luppolo bio, lievito.*

€ 5

INFUSI E TÈ € 3

Genmaicha: Tè verde bancha con riso integrale tostato e soffiato (Giappone)

Yunnan Lincang: Tè verde (Cina)

Ginger Te: Tè nero, zenzero, olio essenziale di zenzero

Lapsang Souchong: Tè nero (Cina)

Jasmine Tea

Tisana Drenante: Betulla, zenzero, cumino, bacche di ginepro, equisetto, finocchio

Tisana Digestiva: Liquirizia, finocchio, anice stellato

Tisana Energetica: Carciofo, Finocchio, Limone, Menta

Tisana con fiori di camomilla biologici essiccati nel nostro laboratorio

Rooibos Giardini di Sicilia: Mandarancio, arancia, mela, carote, foglie di more, eucalpto, rape rosse, ibisco, citronella

Rooibos: goji, mirtilli, fiori di malva

Karkadè: Fiori d'ibiscus

Infuso di Vite Rossa

Antinfiammatorio, antiossidante, tonico, vasoprotettore
Infusione: 10 minuti

€ 3,5