




ESTRATTI € 5


+ Shot di YERBA MATE con zenzero e limone € 2

 **Garden** Pomodori, carote, sedano, zenzero, limone, basilico, sale di sedano

 **Light Green** Ravanello, cetriolo, sedano, zenzero, menta

 **Total Orange** Carota, albicocche, pesca, curcuma

 **Rouge** Anguria, limone, zenzero


 **Orange** Melone, pesca, limone, basilico

 **Cinnamon** Pesca, basilico, cannella


 **Frutti Rossi** Prugna, frutti di bosco, pesca, menta

Allergene: Sedano

FRULLATI € 5


 **Green Cream** Avocado, sedano, cetriolo, polvere di moringa (dolcificante su richiesta)

 **Energy** Pesca, polvere di moringa + Yerba Mate con zenzero e limone, datteri


 **Goji** Pesca, albicocca, curcuma, bacche di goji (dolcificante su richiesta)

Allergene: Sedano


MILK SHAKE € 6

 **Beige** Latte di mandorla, datteri, cannella, noce moscata, maca


PT Tonico, ricostituente, nutriente, remineralizzante, sistema nervoso


 **Golden Milk** Latte di mandorla, curcuma, olio di mandorla, nettare d'agave

PT Antinfiammatorio, nutriente, energetico, remineralizzante


 **Tiramisù** Latte di noci del Brasile, banana, raw cacao, olio di cocco, maca, datteri

PT Molto nutriente, sostegno epatico

 **Avocado seeds** Latte di mandorla, pesca, polvere di seme di avocado essiccato, zenzero, nettare d'agave

 **Coffee** Latte di mandorla, caffè, nettare d'acero


PT Sostiene il sistema nervoso, epatico; Perfetto berlo al mattino

 **Matcha Milk** Latte di mandorla, tè matcha, datteri, olio di cocco, vaniglia, cannella

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


MILK SHAKE € 6

 **Beige** Latte di mandorla, datteri, cannella, noce moscata, maca


PT Tónico, ricostituente, nutriente, remineralizzante, sistema nervoso


 **Golden Milk** Latte di mandorla, curcuma, olio di mandorla, nettare d'agave

PT Antinfiammatorio, nutriente, energetico, remineralizzante


 **Tiramisù** Latte di noci del Brasile, banana, raw cacao, olio di cocco, maca, datteri

PT Molto nutriente, sostegno epatico

 **Avocado seeds** Latte di mandorla, pesca, polvere di seme di avocado essiccato, zenzero, nettare d'agave

 **Coffee** Latte di mandorla, caffè, nettare d'acero


PT Sostiene il sistema nervoso, epatico; Perfetto berlo al mattino

 **Matcha Milk** Latte di mandorla, tè matcha, datteri, olio di cocco, vaniglia, cannella

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

BEVANDE DISSETANTI E FERMENTATE HOME MADE

 **Yerba mate, zenzero, limone**

PT *yerba mate: energizzante, tonico, diuretica, antiox, aumenta il metabolismo*
Zenzero: gastroprotettore, attivazione metabolica

€ 3

 **Gassosa allo zenzero, limone, zucchero di canna integrale**

PT *Zenzero: gastroprotettore, attivazione metabolica*

€ 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

CAFFÉ &...

 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
 Caffè shakerato in infusione con foglie di menta fresca e sciroppo d'acero	<i>Carminativo per sistema gastroenterico e sedativo per il sistema nervoso</i>	€ 4

...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

Allergene: Mandorla, Nocciola, Soia