

BRUNCH - BOWLS - TAPAS - SANDWICH GOURMET
CAFE DE ESPECIALIDAD - LATTES - TES

Hola fred!

Hola frío. Hello cold weather!



SPIRULINA

Alga rica en proteïnes i de propietats antioxidants.
Alga rica en proteínas y de propiedades antioxidantes.
A seaweed, rich in proteins with antiox attributes.



SUPER VITAMINIC

Suc súper vitamínic. Suc de taronja, matcha i alga espirulina.

Zumos súper vitamínico, con zumo de naranja, matcha y alga espirulina.

High vitamime contcntrate juice. With orange juice, matcha and spirulina.

3,90€



CHAI LATTE

Te negre especiat amb llet batuda.

Te negro especiado con leche batida.

Spiced black coffee with steamed milk.

2,85€



GOLDEN LATTE

Beguda de cúrcuma i llet batuda.

Bebida de cúrcuma y leche batida.

Turmeric bebrage with steamed milk.

2,90€



MATCHA LATTE

Beguda de matcha i llet batuda.

Bebida de matcha y leche batida.

Matcha bebrage and steamed milk.

2,85€



Cafè d'origen. Café de especialidad. Specialty coffee. Roasted in Barcelona.

DEMANA EL TEU CAFÈ AMB LLET VEGETAL SENSE CÀRREC
PIDE TU CAFE CON LECHE VEGETAL SIN CARGO.
ORDER YOUR COFFE WITH MILK PLANT FREE OF CHARGE

Espresso. 1,40€

Ristretto, fet amb cafè torrat artesanalment a Barcelona.
Ristretto hecho con café tostado de manera artesanal en Barcelona.
Ristretto made with a handmade roasted coffee.

Cortado o Cappuccino. 1,60€

Combinació de cafè d'origen amb llet batuda.
Una combinación de leche batida y café de origen.
Steamed milk mixed with specialty coffee.

Latte. 1,80€

Un gran cafè d'origen combinada amb llet batuda.
Un gran café de origen combinado con leche batida.
A big coffe combined with steamed milk.

Café americano. 2,10€

Una gran tassa de cafè.
Una gran taza de café.
A big coffee cup.

Baileys Coffee. 2,80€

Cafè d'origen combinat amb licor de crema de whisky.
Café de origen combinado con licor de crema de whisky batida.
Specialty coffee mixed with whiskey cream liquor.

Tes & Infusions.

Te (Amb teína. Con teína. With teine) 2,30€

Vermell, verd o negre. Consulti la nostra carta de tes.
Rojo, verde o negro. Consulte nuestra carta de tes.
We have a red, green or black teas. Ask for the menu.

Infusions (Sense teína. Sin teína. No teine) 2,30€

Disposem d'una amplia carta d'infusions. Demani-la.
Consulta nuestra carta de infusiones. Solicítela a nuestro personal.
Ask our staff for our infusion menu.

Lattes.

DEMANA EL TEU CAFÈ AMB LLET VEGETAL SENSE CÀRREC
PIDE TU CAFE CON LECHE VEGETAL SIN CARGO.
ORDER YOUR COFFE WITH MILK PLANT FREE OF CHARGE

Chai Latte. 2,85€

Te negre especiat amb llet batuda.
Te negro especiado con leche batida.
Spiced black coffee with steamed milk.

Golden Latte. 2,90€

Beguda de cúrcuma i llet batuda.
Bebida de cúrcuma y leche batida.
Turmenic bebrage with steamed milk.

Macha Latte. 2,85€

Beguda de matcha i llet batuda.
Bebida de matcha y leche batida.
Matcha bebrage and steamed milk

Sucs acabats de fer. Zumos recién hechos. Fresh juices.

Berry. 3,50€

Beguda depurativa amb fruits vermells i taronja.
Bebida depurativa hecha con frutos rojos y naranja.
A detox drink made with red fruits and orange.

Green. 3,50€

Licuat d'espínacs, poma, cogombre i gingebre.
Licuado de espinacas, manzana, pepino y jengibre.
Juice made with spinachs, apple, cucumber & ginger.

Moly. 3,50€

Suc de pastanaga, remolatxa, poma verda i gingebre.
Zumo de zanahoria, remolacha, manzana verde y gengibre.
Juice made with carrots, beetroot, green apple and ginger.

Tropic. 3,50€

Un dolç i deliciós suc de mango i taronja.
Un dulce y delicioso zumo de mango y naranja.
A sweet and delicious drink made with mango and orange.

Zumo de naranja. 2,50€

Tamaño XL. 3,80€

Fuente de vitamina C, ácido fólico y calcio.

Bebidas naturales

Súper vitamina. 3,90€

Suc súper vitamínic, fet amb taronja, matcha i espirulina.
Zumo super vitamínico, hecho con naranja, macha y espirulina.
Super vitaminic juice made with orange, matcha and spiruline.

Mango Smoothie. 3,80€

Batut de mango natural i llet. Saborós i refrescant.
Batido de leche, mango y leche. Sabroso y refrescante.
Mikshake made with mango. Refreshing and tasty.

Strawberry Smoothie. 3,80€

Batut de maduixes i llet.
Batido de fresas y leche.
Mikshake made with strawberries.

Otras bebidas.

Refrescos. Sodas. 2,50€

Cola / Cola Zero / Nestea / Tónica / Vichy

Cervesa. Cerveza. Beer.

	Moritz	Epidor	Clara	Mestissa
Cañas	1,80 €	2,00 €	2,20 €	2,20 €
Copas	2,30 €	2,50 €	2,70 €	2,70 €
Medianas	2,50 €	2,70 €	-	-

Vi ecològic. Vino ecológico. Organic wine.

DO Tarragona - Clos Mèdol

Copa Vino blanco o negro 2,80 €

SUPLEMENTO 10% EN TERRAZA

Entrepans Bocadillos Sandwich

Mini d'embotit Mini de embutido. Sausage sandw. **2,50€**

Mini de formatge Mini de queso. Cheese sandw. **2,30€**

Bikini. **5,80€**

Sandwich de cecina IGP Lleó i formatge.

Sandwich de cecina IGP León y queso.

A beef-ham slim sandwich with cheese.

Pulled Pork **8,70€**

Porc cuit a baixa temperatura i amanida de col. **AMB GUARNICIO.**

Cerdo cocido a baja temperatura, con ensalada de col. **CON GUARNICION.**

Slow cooked pork with a coleslaw. **SIDE DISH INCLUDED.**

Veggy Burg. **7,90€**

Hamburguesa vegana completa. **AMB GUARNICIO.**

Hamburguesa vegana completa. **CON GUARNICION**

A complete veggy hamburger. **SIDE DISH INCLUDED.**



Cheese Burg. **8,80€**

Hamburguesa 100% vedella amb cheddar. **AMB GUARNICIO.**

Hamburguesa completa 100% ternera con cheddar. **CON GUARNICION.**

A complete 100% beef hamburger. **SIDE DISH INCLUDED.**

Focaccia Mediterránea. **5,70€**

Focaccia de tomàquet amb pebrot al forn i ruca.

Focaccia de tomate con pimiento al horno y rúcula.

A focaccia with comato suffed with roasted pepper and rocket.



Chicken Bigel. **6,80€**

Bagel farcit amb pollastre rostit, ceba caramelitzada i formatge.

Bagel relleno de pollo al horno, cebolla caramelizada y queso.

Bagel suffed with roasted chicken, poached onion and cheese.

Entrepà del xef. Bocado del chef. **4,00€**

El canviem regularment. Consulti el d'avui.

Lo cambiamos regularmente. Consulte el de hoy.

We change it regularly. Ask for today's special sandwich.

Amanides Ensaladas Salads

Amanida de quinoa i alvocat. **6,30€**

Quinoa fresca, alvocat i tomàquet amb mezcum.

Quinoa fresca, aguacate, tomate con mezcum.

Fresh kinoa, avocado ant tomato with a lightly seasoned salad mix.

Ensalada de cus cus y frutos secos. **6,30€**

Cuscus, tomàquet i mezcum d'enciams amb un mix de fruits secs.

Cuscus, tomate y mezcum de lechugas con un mix de frutos secos.

Cuscus, tomato and salad mix with dry nuts.

Ensalada César de pollo. **7,00€**

Pollastre rostit, picatosts i enciam amb la nostra salsa especial.

Pollo al horno, picatostes y lechuga, con nuestra salsa especial.

Roasted chicken, croutons and salad dressed with our special sauce.

Platos y tapas

Guacamole & Nachos. **4,30€**

Fet al moment amb ingredients frescos. Hecha al momento con ingredientes frescos. Prepared from scratch with fresh ingredients.

Patates Bravas. **3,90€**

No les fregim per tal de que siguin saludables i delicioses.

Nuestras patatas bravas no estan fritas.

Our bravas are not fried to get a healthier and delicious dish.

Edamames trufados. **3,80€**

Edamames saltejats, especiats i trufats. Un aperitiu divertit i deliciós.

Edamames salteados, especiados y trufados. Un aperitivo divertidos

LA MOLANTA

Torrades. Tostadas Toasts 3,80€

Dues torrades dolces o salades.

Dos tostadas dulces o saladas y un café o te.

Two toasts sweet or salty with a coffee or tea.

MENU TORRADA

4,80€

Torrada + Beguda
Tostada + bebida
Toast + Drink

Postres. Deserts

Postres en vaso. Dessert in a glass. **3,80€**

Pastel del día. Special cake. **3,80€**

Cookies Nutella. **2,80€**

Cookie trozos. With chocolate chunks. **2,30€**

Bowls.

MENU BOWL 10€

Incluye bebida.
Drink included.

Nº1 Pollo Barbacoa. **8,90€**

Pollo mechado marinado con nuestra salsa bbq, patatas gajos, panocha de maíz y ensalada de quinoa y aguacate.

Roasted chicken with grilled onion and homemade bbq sauce.

Roasted potato wedges. Fresh corn. Kinoa & avocado salad.



Nº2 Poke bowl salmon. **8,90€**

Salmón marinado en soja, aguacate y pepino sobre una base de arroz vaporizado.

Salmon marinated with soia. Steamed rice and avocado & cucumber.



Nº3 Nordic. **8,90€**

Albóndigas vegetales con edamames pelados, berenjena y patata a gajos.

Baked vegetable balls. Edamames & potato wedges. Baked eggplant with soia.



Nº4 Deli. **8,90€**

Seitán acompañado con una bola de hummus y ensalada de cus-cus con tomate seco.

Seitan with seeds. Hummus scoop. and a dry tomato and cus-cus salad



Brunch.

MENU BRUNCH

8,50€

Incluye bebida.
Drink included.

Nº1 Bagel & Guacamole. **7,30€**

Bagel de semillas con aguacate y huevo poché.

Poached egg, tomato and avocado bagel.

Nº2 Espàrrecs i Pernil. **7,30€**

Huevos cocidos con espàrregos y un crujiente de jamón.

Hard boiled eggs with asparagus and crispy ham.

Nº3 Ous benedictins. **6,30€**

English muffin, jamón, mayonesa de cítricos y huevo poché trufado.

English muffin with ham, special sauce and truffled poached egg.

Nº4 Hummus y rúcula. **7,30€**

Torrada de humus amb ruca i tomàquet sec.

Toast of humus with rocket and dry tomato.



SUPLEMENTO 10% EN TERRAZA



HAMBURGUESA

De ternera, con queso cheddar
Beef hamburger, with cheddar cheese

CON GUARNICIÓN

Side dish included

8,80€



VEGGY BURG

Hamburguesa vegana completa.
A veggy hamburger.

CON GUARNICIÓN

Side dish included.

7,90€

**100%
VEGGY**

Nuestras hamburguesas Our hamburguers



PULLED PORK

CON GUARNICIÓN

Side dish included.

8,70€



FOCACCIA MEDITERRANEA

Con pimientos y berenjena al horno.
With roasted peppers and eggplant.

5,70€



BIKINI

Con cecina IDG León y queso.
Cured beef ham and cheese.

5,80€

**100%
VEGGY**

CHICKEN BAGEL
De pollo, cebolla caramelizada y queso.
Roasted chicken, poached onion and cheese.

6,80€





Bowl #1: Tex-Mex 8,90€

Pollastre metxat, ceba caramelitzada i salsa ranxera casolanana.
Patates grill al forn.
Blat de moro..
Amanida de quinoa i alvocat.

*Roasted chicken with grilled onion and homemade bbq sauce.
Roasted potato wedges
Fresh corn.
Quinoa & avocado salad.*

Bowl #2: Poke salmon 8,90€

Salmó marinat amb soja.
Alvocat i cogombre.
Arròs vaporitzat amb gingebre.

*Salmon marinated with soja.
Avocado & cucumber.
Rice*

Bowl #3: Nordic 8,90€

Mandonguilles vegetals cuites al forn.
Edamames pelats, patata a grills
Albergínia al forn marinada amb soja.

*Baked vegetable balls.
Edamames & potato wedges
Baked eggplant with soja.*

Bowl #4: Green 8,90€

Seitán amb llavors.
Bola de hummus.
Amanida de cus-cus i tomaquet sec.

*Seitan with seeds.
Hummus scoop.
Dry tomato and cus-cus salad.*



MENU BRUNCH
8,50€
INCLOU
INCLUDED

Cafè Coffee OR
Tea Tea OR
Aigua Water OR
Vi Wine OR

BRUNCH

Esmorzars de forquilla

Brunch # 1: Bagel 7,30€

Bagel d'alvocat i tomàquet amb ou poché.
Poached egg, tomato and avocado bagel.

Brunch # 2: Espàrragos 7,30€

Ous cuits amb espàrrecs i cruixent de pernil.
Hard boiled eggs with asparagus and crispy ham.

Brunch # 3 : Benedict 6,30€

English muffin amb pernil, una maionesa de cítrics i ou poché trufat
English muffin with ham, sapecial sauce and truffed poached egg.

Brunch # 4 : Hummus 7,30€

Torrada de humus amb ruca i tomàquet sec.
Toast of humus with rocket and dry tomato.





Per què ens diem Restaurant Natural?

Por qué nos llamamos Restaurante Natural?

Why we call us Natural Restaurant?

1.- No comprem productes manufacturats. Tot ho cuinem nosaltres.

No compramos productos manufacturados. Lo cocinamos todo nosotros.

We do not buy manufactures products. We cook everything our own.

2.- Ni tenim fregidora, ni fem servir additius artificials.

Ni tenemos freidora, ni utilizamos aditivos artificiales.

We do not use fryers and we do not use artificial preservatives.

3.- Intentem reduir la nostra petjada ambiental al màxim.

Menys residus i més reciclatge

Intentamos reducir al máximo nuestra huella medioambiental.

Menos residuos y más reciclaje.

We try to reduce our enviromental footprint. Less waste and more reciclyng.

4.- Cuinem amb productes frescos, super aliments i producte eco.

Cocinamos con productos frescos, super alimentos y productos ecológicos.

We cook with fresh products, super foods and organic products.

Menjar millor > Vida més saludable > Ser més feliç.

Comer mejor > Vida más saludable > Ser más feliz.

Eat better > Live healthier > Be happier.

