





BRUNCH & MERIENDA

Pan SIN GLUTEN horneado al momento (5 min. aprox)

VEGANO

SWEET

Açaí bowl		4.00 €
Ensalada de fruta del tiempo		3.00 €
Pastel de choco		3.70 €
Cheesecake		3.70 €
★ Helados Nobó LIBRES DE: GLUTEN, AZÚCAR, SOJA & LÁCTEOS		3.75 €

- CHOCOLATE & ALMENDRAS TOSTADAS - VAINILLA Y COCO - LIMÓN FRESCO - FRUTA DE LA PASIÓN CON MANGO -

SANDWICHES

Queso brie con huevo duro, mayonesa, rúcula y tomate (Veggie)	PAN REDONDO, BURGER		5.00 €
Solomillo con mostaza antigua, tomate, zanahoria, lechuga y all i oli	PAN REDONDO, BURGER		
Pollo con tomate seco, bacon, lechuga y mayonesa	PAN DE PAYÉS, RÚSTICO		
Jamón Ibérico y queso brie	PAN DE MOLDE		

TOSTAS

Pavo, aguacate, tomate, queso manchego, semillas de sésamo	PAN DE PAYÉS, RÚSTICO		4.50 €
De salmón, tomate y aguacate	PAN DE PAYÉS, RÚSTICO		

BOCADILLOS

PAN SEMILLAS / PAN NORMAL

Salmón con tomate y lechuga		4.00 €
Tortilla a la francesa		
Jamón Ibérico 5J SUPL. 1€		
Queso manchego y tomate seco		

VA DE HUEVOS (ECO)

DISPONIBLES TODO EL DÍA

Revuelto de huevos con champiñones, tostada y ensalada	PAN DE MOLDE	
Huevos benedict sobre tosta con salsa holandesa y aguacate	PAN REDONDO, BURGER	
Huevos fritos con pavo y tostada	PAN DE MOLDE	

OFERTAS DE DESAYUNO

10:00 - 13:00

Bocadillo + Café SUPL. ZUMO NARANJA 1€	4.50 €
Sandwich / Bocadillo / Tosta + Zumo natural	7.00 €
Menú Brunch A CONSULTAR	12.00 €

ALERGENOS

LACTEOS
 HUEVOS
 PESCADO
 CRUSTACEO
 MOLUSCOS
 MOSTAZA
 SESAMO
 SOJA
 APIO
 SESAMO
 FRUTOS SECOS
 CACAHUETES
 ALTRAMUZ
 SO₂
 SULFITOS





LA CARTA

Todos nuestros platos se pueden combinar con el menú del día



► ENTRANTES & PASTAS

Sopa espumada de setas con huevo poché		6.20 €
Pasta Carbonara		7.40 €
+0.50€ Fideos soba con berenjena y mango		8.00 €
+1.50€ Pizza de jamón ibérico, salsa de tomate, albahaca y Stillton		11.00 €
+0.75€ Pizza vegetariana		9.00 €
Macarrones con pesto rojo y brie		7.20 €
Ventresca sobre gelée de tomate y olivada		6.50 €

► DE LA HUERTA

Ensalada de verano: arroz, aguacate, mango, pepino, sandía...		7.50 €
+1.00€ Ensalada de espinacas con salmón ahumado y mermelada de mango		8.40 €
+0.50€ Ensalada de quinoa con fruta y salsa de fresa		8.00 €
Gratin de calabacín y queso de cabra al curry		6.90 €
+1.50€ Burrata con tomate de Barbastro, canónigos y aguacate		11.50 €
Ensalada "Superfood" con quinoa, arroz salvaje y salsa de açaí		7.50 €
+0.50€ Ensalada César con pollo, boniato y parmesano		7.90 €

► PRINCIPALES

+1.00€ Burger de Tofu		9.50 €
+1.25€ Salmón al curry con yuca		10.00 €
+1.50€ Secreto de cerdo ibérico con uva, mango y reducción de jerez		10.50 €
+1.75€ Ceviche de atún con guacamole de nachos		11.00 €
+0.50€ Calamarcitos con arroz basmati, canónigos y zanahoria aromatizada		8.50 €
+1.75€ Wok de ternera con verduritas, sésamo y soja sin gluten		11.00 €
+1.00€ Pulpo guisado con balsámico y miel sobre arroz integral		9.00 €

► DULCES & POSTRES

Pastel muerte por chocolate		3.70 €
Sorbet de lima & genjibre		3.50 €
Madalena de té matcha		3.90 €
Mousse de requesón + Lima		3.80 €
Cheesecake		3.70 €

ALERGENOS

LACTEOS		HUEVOS		PESCADO		CRUSTACEO		MOLUSCOS		MOSTAZA		SOJA		APIO
SESAMO		FRUTOS SECOS		CACAHUETES		ALTRAMUZ		SULFITOS						





BEBIDAS

ZUMOS NATURALES 35cl

3.75 €

Feelin' Green -> Limón, melón y menta

Depurativo, antioxidante, ayuda a eliminar retención de líquidos

Multivitamin -> Naranja, zanahoria, manzana, apio y jengibre

Depurativo, energético, elimina toxinas, diurético

Detox -> Remolacha, naranja, zanahoria

Vitaminas A y C, antioxidante, contra el estreñimiento

Fat-burn -> Naranja, zanahoria y piña

Ayuda a quemar grasas, lleno de vitaminas A & C

Purify -> Pepino, espinaca, kale, jengibre

Bajo en calorías, fibra, calcio, magnesio, ayuda a perder peso

Banana Balance -> Plátano, fresa y naranja

Recomendable para antes de entrenar, ofrece energía a nuestros músculos

Super Power -> Naranja, apio y pepino

Ayuda a calmar el hambre, muy bajo en calorías por lo que es reductor de grasa

Naranja exprimida

3.00 €

CERVEZAS

Mahou sin gluten

3.00 €

Peroni

3.50 €

VINOS

BLANCOS

Gewürztraminer Exòtic D.O. Penedès / Organic & Orgasmic

14 € / 2.50 €

Babau Xarel.lo / D.O Penedès / Ecològic

15 € / 2.50 €

NEGROS

Garnatxa, Carinyena D.O. Priorat / Organic & Orgasmic

16 € / 3.00 €

La Traca D.O. València Bobal y tempranillo / Ecològic

18 € / 3.00 €

COCKTAILS

Mimosas / Bloody Mary / Moscow mule / Gin & Tonic / Beata

7.00 €

COFFEE TIME

LECHE: DESNATADA, ENTERA, SIN LACTOSA, DE ARROZ, DE COCO, DE SOJA

Café

1.10 €

Cortado

1.20 €

Capuccino

1.80 €

Suizo / Irlandés

3.00 €

Tés / infusiones

2.50 €





M2 Gluten Free Restaurante
Avenida Diagonal 505, 08029, BCN
info@metric-market.com
(93) 797 52 63

Lunes - Viernes: 10h - 20:30h
Sábado: 12h - 20:30h

