








Arroces y otros (Pedido mínimo de 1 Kg.)

Precio 22 €/kg. | Aprox. para 4 personas

- Arroz amarillo con verduras variadas. 
- Arroz con salsa de tomate y verduras (tipo pisto). 
- Arroz 3 delicias con zanahoria, guisantes y tofu ahumado. 
- Cuscús con verduras y especias.
- Taboulé de cuscús (ensalada fría) con aceitunas negras, zanahoria, nueces, edamames, semillas y salsa agrídulce con hierbabuena.

Guisos (Pedido mínimo de 1,5 Kg.)




Precio 26 €/kg. | Aprox. para 4/5 personas

- Potaje de garbanzos con setas (estilo callos). 
- Guiso de patatas con verduras y Heura. 
- Guiso de alubias rojas o blancas (a preferencia) con verduras variadas. 
- Chili sin carne: soja texturizada y alubias con verduras y especias. 

Platos al horno



Vienen en bandejas horneables de aluminio. Se venden completas.

Precio 33 €/bandeja | Aprox. para 6 o 7 personas

- Lasaña de Boloñesa de soja texturizada con verduras y salsa de tomate.
- Pastel de espinaca, pisto y bechamel. 
- Gratinado de verduras con bechamel (a elegir entre brócoli y coliflor o menestra de verduras). 
- Musaka vegetal de berenjenas y pisto con bechamel. 
- Pastel de patatas (estilo tortilla al horno) | **El coste de este plato es de 30 €/bandeja.**

Salmorejos y cremas (Pedido mínimo de 1L.)


Precio 16,50 €. aprox. para 4/5 personas

- Salmorejo clásico.
- Salmorejo de zanahoria / Remolacha / Pimientos del piquillo / Clásico con manzana. 
- Cremas a elegir, sabor: calabaza, zanahoria y jengibre / Crema de berenjena / Puerro, calabacín y patata / Crema de zanahoria, calabacín y yogurt de soja / Crema de brócoli, patata y leche de coco. 

Masas horneadas y otras

Pedido mínimo de 12 unidades




Precio 22 €

- Pizza roll de boloñesa de soja texturizada y salsa de tomate.
- Rollito masa filo relleno de patata salteada | **Pedido mínimo 6 uds./4 € la unidad.**
- Pakoros de espinacas y especias (tipo buñuelo). 
- Saquitos de berenjena y queso vegano.

Otros platos con legumbres

Pedido mínimo de 1 kg.





Precio 22 | Aprox. para 4 personas

- Curry de garbanzos con calabaza, a elegir (curry amarillo o dulce, rojo o verde). 
- Wok de verduras con legumbres a elegir entre garbanzo, alubia roja o lenteja (lleva pimiento rojo y verde, calabacín y zanahoria). 
- Garbanzos cremosos con setas. 

Platos ricos en verduras

Pedido mínimo de 1,5 kg.




Precio 22 €

- Espinacas a la crema con tofu ahumado y berenjena. 
- Pisto tradicional de verduras. 
- Menestra de verduras con leche de coco. 
- Revuelto de verduras con tofu (a elegir dos verduras para el revuelto): judías verdes, guisantes, calabaza, zanahoria, espinacas, pimiento rojo, berenjena y calabacín. 

Platos fríos

Pedido mínimo de 1 kg.

Precio: 20 € | Aprox. para 4/5 personas

- Ensaladilla vegana con patata, guisante, zanahoria y veganesa (a elegir el tipo de veganesa: clásica, mostaza, o remolacha). 
- Patatas ali-oli con salsa casera. 
- Hummus de garbanzos a elegir: clásico / remolacha / curry / pimientos del piquillo. 



Sin gluten

Nuestros platos no están exentos de contaminación cruzada