



NATURAL REAL FOOD

Creemos en una alimentación consciente y saludable. Elaboramos nuestra carta con alimentos reales, sin aditivos, autóctonos y de temporada, para aprovechar al máximo su potencial.

DE LA HUERTA

- RAFF CON VENTRESCA

Tomate Raff con ventresca, aguacate, cebolla morada y alcaparros. Sal negra, sal ahumada y AOVE **media 7€ entera 12,5€**

- MOZZARELLA DE BÚFALA SALAD

Tomate, calabacín, mozzarella de búfala, hojas de albahaca, rúcula y salsa tartuffata. **13 €**

Extra pan masa madre **1,5 €**

Extra de tiras focaccia negra **1,6 €**

ENSALADA CON SARDINAS EN CONSERVA

(LA BRÚJULA)

Ensalada con sardinas en conserva (la brújula); endivias, brotes tiernos, zanahoria en tiras huevo cocido, queso feta de cabra y tomates cherrys. **13,5 €**

BOWL VERDE

Mix de hojas verdes, aguacate, pepino, col, salsa pesto, toque de lima, semillas de cañamo. **media 6€ entera 10,5€**

Love Health

Para dipear y compartir

- Ensaladilla de bonito Gourmet con alcachofitas. **media 4€ entera 6€**

- Ensaladilla de bonito Gourmet con huevo y ventresca. **7 €**

- Revuelto de champis, espinacas, ajos tiernos y alcachofas. **10 €**

- Patatas con huevo roto, jamón de cebo, alcachofitas y salsa tartuffata. **11 €**

- Patatas con salsa de queso azul. **9 €**

- Nachos veganos con salsa cheddar. **7 €**

- Focaccia con carbón activo, tomates cherrys, aceitunas, calabacín y burrata ahumada. **9,5 €**

- Tabla de humus **10 €**

- QUESOBRADA

Quesadilla de tortilla de maíz sin gluten, sobrasada vegana, queso brie, romero y miel. **9,5 €**

- RATATOUILLE

Tabla variada de quesos con pan Tostado, sobrasada vegana, fruta y frutos secos. **media 11€ entera 16€**

- TABLA IBÉRICA

Tabla variada de embutidos con focaccia al carbón vegetal y frutos secos. **media 15€ entera 21€**

CALENTITOS Y ESPECIALES

- PIPO

Bocadillo de pechuga de pollo de campo con salsa pesto, mezcla de queso brie con queso TALEGGIO, tomate y salsa de yogurt. **10 €**

- PULPOFICTION

Pata de pulpo a la cerveza sobre una crema de boniato y pimentón ahumado acompañado de ajitos tiernos y salsa especial. **18 €**

- VEGGI TACOS

Tortillas de maíz sin gluten, tofu revuelto, verduritas salteadas, sobrasada vegana y hummus. **10 €**

- TACOS DRY AGE

Tortillas de maíz sin gluten, guisado de carne madurada 45 días, cebolla pimiento, ajo tierno, salsa de tomate, queso taleggio y sobrasada vegana. **12 €**

Nuestros dulces habituales

Nuestros dulces están preparados con ingredientes naturales, sin gluten y endulzados con dáttil, pensando en nuestros clientes.

- BROWNIE ECOLÓGICO

Brownie ecológico chocolate 85%, harina de almendra y de trigo sarraceno, dáttil y azúcar de coco. **porción 3€ con helado 6€**

- CHEESECAKE

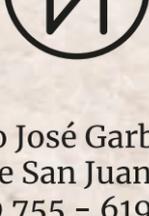
Cheesecake de galleta sin gluten, queso crema realfood sin aditivos, yogurt bio y dáttil. **6 €**

- DONUT DEL DÍA

Sin lactosa, sin gluten y endulzado con dáttil. **unidad 2€ con helado 4,5€**

**“Dime lo que comes
y te diré quién eres”**

Anthelme Brillat-Savarín 1825



Calle Maestro José Garberi nº5 local 1
Pau 5 - Playa de San Juan Alicante 03540
966 509 755 - 619 640 914

naturalrealfood.com

natural@naturalrealfood.com



ALÉRGENOS



GLUTEN



CRUSTÁCEO



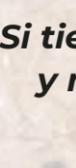
HUEVO



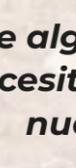
PESCADO



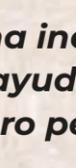
CACAHUETE



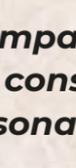
SOJA



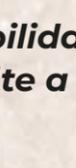
LÁCTEO



FRUTO DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DÍÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCO



ALTRAMUZ

**Si tiene alguna incompatibilidad
y necesita ayuda, consulte a
nuestro personal**

**“Comer sano significa celebrar
la abundancia, preparar rece-
tas deliciosas con ingredientes
de calidad y, en definitiva,
hacer más feliz a la gente”**

naturalrealfood.com