



PARA COMPARTIR
TO SHARE

Surtido de quesos <i>Selection of cheeses</i>	12,00 €
Paletilla ibérica de bellota (45 g) D.O. Guijuelo <i>Acorn-fed Iberian shoulder ham (45 g)</i> <i>D.O. Guijuelo</i>	15,00 €
Surtido de embutidos <i>Selection of cured meats and sausages</i>	16,00 €
Hummus de calabaza con queso ricota y espinacas frescas <i>Pumpkin hummus with ricotta cheese</i> <i>and fresh spinach</i>	11,00 €
Carpaccio de calabacín, avellanas, tomate seco y queso <i>Courgette carpaccio, hazelnuts, dried tomato and cheese</i>	12,00 €

ENTRANTES
STARTERS

Ensalada de quesos artesanos y nueces <i>Artisanal cheese and walnut salad</i>	13,75 €
Ensalada verde <i>Green salad</i>	12,00 €
Ensalada César con pollo y anchoas <i>Caesar salad with chicken and anchovies</i>	14,75 €
Crema de zanahoria con naranja y jengibre <i>Carrot cream with orange and ginger</i>	12,00 €
Gazpacho andaluz con picadillo de verduras y picatostes <i>Andalusian-style gazpacho with minced vegetables</i> <i>and croutons</i>	10,50 €

COCAS ARTESANAS
Y COCAS FINAS

HOMEMADE FLAT BREADS
AND THIN FLAT BREADS

Coca artesana con paletilla ibérica de bellota, mozzarella y rúcula <i>Homemade flat bread with acorn-fed Iberian</i> <i>shoulder ham, mozzarella and rocket</i>	12,00 €
Coca de recapte con escalivada y queso de cabra <i>Catalan crunchy flat bread with roasted</i> <i>vegetables and goat's cheese</i>	12,00 €
Coca de recapte con tomate fresco, cebolla confitada y mozzarella <i>Catalan crunchy flat bread with fresh tomato,</i> <i>onion confit and mozzarella</i>	12,00 €
Coca fina con butifarra “esparracada” y queso <i>Thin flat bread with “butifarra esparracada”</i> <i>(large ragged Catalan pork sausage) and cheese</i>	13,00 €
Coca fina con sobrasada ibérica y queso <i>Thin flat bread with Iberian Majorcan sausage</i> <i>and cheese</i>	13,00 €
Coca fina con carpaccio de ternera, parmesano y rúcula <i>Thin flat bread with veal carpaccio, parmesan and rocket</i>	13,00 €
Coca fina con pisto confitado, queso y salmón macerado con limón <i>Thin flat bread with ratatouille confit,</i> <i>cheese and lemon-macerated salmon</i>	14,00 €

Empanadilla de coca fina con tomate confitado, pisto y albahaca <i>Small turnover of tomato confit, ratatouille and basil</i>	13,00 €
---	---------

PANES
BREAD

Pan de coca tostado con tomate de colgar, aceite y sal <i>Toasted flat bread with ripe tomato, oil and salt</i>	3,75 €
Pan de doble fermentación <i>Double-fermented bread</i>	3,50 €
Mini baguette sin gluten <i>Gluten-free baguette</i>	3,50 €

PASTA
PASTA

Pasta fresca a escoger: macarrones o tallarines con salsa al gusto: boloñesa rústica, ibérica o pesto vegano <i>Fresh pasta of your choice:</i> <i>macaroni or tagliatelles with your choice of sauce:</i> <i>rustic bolognese, Iberian or vegan pesto.</i>	13,50 €
Ravioli de carne asada con crema de queso <i>Roast meat ravioli with cream cheese</i>	13,50 €
Ravioli de calabaza asada y seitán con salsa de rúcula y tomate seco <i>Roasted pumpkin and seitan ravioli with rocket</i> <i>and sun-dried tomato sauce</i>	13,50 €
Falso risotto de boletus edulis <i>Pasta risotto of ceps</i>	13,50 €
Canelones “La Parada” <i>“La Parada” cannelloni</i>	14,00 €
Lasaña vegetal de berenjena y boloñesa de verduras <i>Veggie lasagne of aubergine and vegetable bolognaise</i>	13,50 €
Ensalada de fusilli con tartar de atún <i>Fusilli salad with tuna tartare</i>	13,50 €

HEALTHY BOWLS

Lentejas, pollo y... mozzarella, manzana, rábano, col lombarda, col kale, pepino, cebolla tierna, pimienta rojo y verde, pasas, cilantro, vinagreta miso.	16,00 €
Lentils, chicken and... mozzarella, apple, radishes, red cabbage, kale, cucumber, spring onion, red and green pepper, raisins, coriander, miso vinaigrette.	
Quínoa, langostinos y... habas confitadas, champiñones portobello, puré de calabaza, pimiento rojo y verde, cebolla tierna, apio, coco seco laminado, salsa de queso.	
Quinoa, king prawns and... pickled broad beans, portobello mushrooms, pumpkin purée, red and green pepper, spring onion, celery, dried coconut flakes.	
Arroz, atún y... rúcula selvática, semillas de sésamo, pimienta rojo y verde, cebolla tierna, aguacate, mango, zanahoria, tomates cereza rojos y amarillos, vinagreta de miso.	
Rice, tuna and... rocket, sesame seeds, red and green pepper, spring onion, avocado, mango, carrot, red and yellow cherry tomatoes, miso vinaigrette.	
Cuscús, salmón marinado y... salsa teriyaki, brócoli, tomates cereza, cebollitas encurtidas, brotes de soja, chips de yuca, granada, hummus de calabaza, vinagreta de mostaza.	
Couscous, marinated salmon and... teriyaki sauce, broccoli, cherry tomatoes, pickled onions, bean sprouts, cassava chips, pomegranate, pumpkin hummus, mustard vinaigrette.	

Convierte tu healthy bowl en vegano sustituyendo
la proteína por tofu.
Make your healthy bowl vegan by replacing protein with tofu.



PARA TERMINAR LAST BUT NOT LEAST

CREPS CRÊPES

Crep de dos chocolates	6,75 €
<i>Double-chocolate crêpe</i>	
Crep de fresas y crema catalana	6,75 €
<i>Strawberry and Catalan cream crêpe</i>	
Crep de manzana y canela con crema pastelera	6,75 €
<i>Apple and cinnamon crêpe with pastry cream</i>	
Crep de limón y azúcar	6,75 €
<i>Lemon crêpe with sugar</i>	

DEL DÍA OF THE DAY

Crema catalana	6,00 €
<i>Catalan cream</i>	
Macedonia de fruta fresca	6,00 €
<i>Fresh fruit salad</i>	
Pastel artesano del día	6,50 €
<i>Homemade cake of the day</i>	

CAFÉS E INFUSIONES COFFEES AND INFUSIONS

Café solo	1,90 €
<i>Black coffee</i>	
Café cortado*	2,00 €
<i>Espresso macchiato*</i>	
Café con leche*	2,50 €
<i>White coffee*</i>	
Café americano	2,00 €
<i>Large black coffee</i>	
Capuchino*	2,50 €
<i>Cappuccino*</i>	
Leche con cacao*	2,20 €
<i>Milk with cocoa*</i>	
Chocolate caliente	3,50 €
<i>Hot chocolate</i>	
Chocolate caliente con bizcochos de soletilla	4,50 €
<i>Hot chocolate with ladyfingers</i>	
Infusiones Sans & Sans	3,50 €
<i>Sans & Sans teas</i>	

- Earl Grey Luxus
- China Mai Feng
- China Pu-erh
- Ceilan Breakfast
- Mint Splash
- Rooibos
- Cosmic Fruit
- Jengibre Limón / *Ginger Lemon*

*Disponemos de leche de vaca fresca entera y semidesnatada, bebida de soja y bebida de avena.

**We have whole and semi-skimmed fresh cow's milk, soy drink and oat drink.*

Refrescos	3,00 €
<i>Soft drinks</i>	
Agua 0,50 l	2,65 €
<i>Water</i>	
Zumos	3,90 €
<i>Juices</i>	

IVA INCLUIDO. Este establecimiento cumple con la normativa sobre prevención de la parasitosis por anisakis en productos de pesca. Algunos productos contienen gluten, crustáceos, huevo, pescado, cacahuètes, soja, leche, frutos secos, apio, mostaza, semillas de sésamo, sulfitos, altramucos, moluscos y derivados. En caso de alergia comuníquelo a nuestro personal. Este establecimiento tiene a disposición de sus clientes información de los platos que ofrece. Este establecimiento facilita a sus clientes que puedan llevarse sin coste adicional los alimentos que no hayan consumido.

VAT INCLUDED. This establishment complies with the regulations on the prevention of parasitism by anisakis in fishery products. Some products contain gluten, crustaceans, eggs, fish, peanuts, soybeans, milk, dried fruit and nuts, celery, mustard, sesame seeds, sulfites, lupin, molluscs and by-products. In case of allergy, please inform our staff. This establishment has at your disposal information on the dishes it offers. This establishment makes it easy for its customers to take away food that they have not consumed at no additional cost.

VINO BLANCO WHITE WINE

	COPA GLASS	BOTELLA BOTTLE
Xarel·lo , D.O. Penedès Xarel·lo	4,75 €	19,00 €
Afortunado , D.O. Rueda Verdejo	4,75 €	19,00 €
Martín Códax , D.O. Rías Baixas Albariño	5,00 €	23,00 €

VINO ROSADO ROSÉ WINE

Chivite Las Fincas , D.O. Navarra Garnacha negra	5,50 €	25,00 €
--	--------	---------

VINO TINTO RED WINE

Terral , D.O. Penedès Cabernet franc, syrah	-	25,00 €
Bardos Romántica , D.O. Ribera del Duero Tinta del país	5,50 €	26,00 €
Lan D-12 , D.O.C. Rioja Tempranillo	4,75 €	22,00 €

CAVA

Juvé & Camps, Reserva de la Familia , D.O. Cava Macabeu, parellada, xarel·lo	5,75 €	30,00 €
Núria Claverol Rosé , D.O. Cava Pinot noir	6,50 €	32,00 €

SANGRÍA SANGRIA

Lolea de vino Cabernet sauvignon, tempranillo, merlot	-	23,00 €
Lolea de Cava	-	23,00 €
Tinto de verano <i>Red wine and lemonade</i>	5,75 €	-

VINO DULCE SWEET WINE

Humm , D.O. Penedès Muscat	4,75 €	24,00 €
--------------------------------------	--------	---------

CERVEZAS BEERS

	CAÑA HALF A PINT (25 cl)	PINTA PINT (50 cl)	BOTELLA BOTTLE
Estrella Damm Cerveza mediterránea <i>Mediterranean beer</i>	3,50 €	5,75 €	3,65 €
Voll-Damm Cerveza doble malta <i>Double malt beer</i>	-	-	3,90 €
Damm Lemon Auténtica clara mediterránea <i>The authentic Mediterranean shandy</i>	-	-	3,65 €
Free Damm Cerveza sin alcohol <i>Alcohol-free beer</i>	-	-	3,65 €
Daura Cerveza sin gluten <i>Gluten-free beer</i>	-	-	3,65 €
Rosa blanca Cerveza lager lupulada mallorquina <i>Mallorcan hoppy lager beer</i>	-	-	3,65 €
Inedit 75 cl Cerveza de malta y trigo con especias <i>Malt and wheat beer brewed with spices</i>	-	-	6,65 €

ALÉRGENOS DE NUESTROS PLATOS

ALLERGENS OF OUR DISHES

DICIEMBRE 2022

DECEMBER 2022

NOMBRE DEL PLATO NAME OF THE DISH	 Gluten Gluten	 Crustáceos Crustaceans	 Huevos Eggs	 Pescado Fish	 Cacahuetes Peanuts	 Soja Soya	 Lácteos Dairy	 Frutos de cáscara Nuts	 Apio Celery	 Mostaza Mustard	 Sésamo Sesame	 Dióxido de azufre y sulfitos Sulfur dioxide and sulphites	 Moluscos Molluscs	 Altramuces Lupin
PANES BREAD														
Pan de coca tostado con tomate de colgar, aceite y sal Toasted flat bread with ripe tomato, oil and salt	X				T			T			T			
Pan de doble fermentación Double-fermented bread	X							T			T			
Mini baguette sin gluten Gluten-free baguette														
PARA COMPARTIR TO SHARE														
Surtido de quesos Selection of cheeses	X						X					X		
Paletilla ibérica de bellota Acorn-fed Iberian shoulder ham												X		
Surtido de embutidos Selection of cured meats and sausages	X						T					X		
Hummus de calabaza con queso ricota y espinacas frescas Pumpkin hummus with ricotta cheese and fresh spinach	X					T	X	X		T	X	X		
Carpaccio de calabacín, avellanas, tomate seco y queso Courgette carpaccio, hazelnuts, dried tomato and cheese	T				T		X	X				X		
ENTRANTES STARTERS														
Ensalada de quesos artesanos y nueces Artisanal cheese and walnut salad					T		X	X				X		
Ensalada verde Green salad												X		
Ensalada César con pollo y anchoas Caesar salad with chicken and anchovies	X	T	X	X	T	X	X	X	T	X	T	X		
Crema de zanahoria con naranja y jengibre Carrot cream with orange and ginger					T		X	X						
Gazpacho andaluz con picadillo de verduras y picatostes Andalusian-style gazpacho with minced vegetables and croutons	X							T	T			X		
COCAS ARTESANAS Y COCAS FINAS HOMEMADE FLAT BREADS AND THIN FLAT BREADS														
Coca artesana con paletilla ibérica de bellota, mozzarella y rúcula Homemade flat bread with acorn-fed Iberian shoulder ham, mozzarella and rocket	X					T	X					T		
Coca de recapte con escalivada y queso de cabra Catalan crunchy flat bread with roasted vegetables and goat's cheese	X					T	X					T		
Coca de recapte con tomate fresco, cebolla confitada y mozzarella Catalan crunchy flat bread with fresh tomato, onion confit and mozzarella	X					X	X	T				T		
Coca fina con butifarra “esparracada” y queso Thin flat bread with “butifarra esparracada” (large ragged Catalan pork sausage) and cheese	X					X	X		T			X		
Coca fina con sobrasada ibérica y queso Thin flat bread with Iberian Majorcan sausage and cheese	X					T	X							
Coca fina con carpaccio de ternera, parmesano y rúcula Thin flat bread with veal carpaccio, parmesan and rocket	X					T	X							
Coca fina con pisto confitado, queso y salmón macerado con limón Thin flat bread with ratatouille confit, cheese and lemon-macerated salmon	X			X		T	X		T			T		
Empanadilla de coca fina con tomate confitado, pisto y albahaca Small turnover of tomato confit, ratatouille and basil	X		X		T		X	X			T	X		

ALÉRGENOS DE NUESTROS PLATOS

ALLERGENS OF OUR DISHES

DICIEMBRE 2022

DECEMBER 2022

NOMBRE DEL PLATO NAME OF THE DISH	 Gluten Gluten	 Crustáceos Crustaceans	 Huevos Eggs	 Pescado Fish	 Cacahuetes Peanuts	 Soja Soya	 Lácteos Dairy	 Frutos de cáscara Nuts	 Apio Celery	 Mostaza Mustard	 Sésamo Sesame	 Dióxido de azufre y sulfitos Sulfur dioxide and sulphites	 Moluscos Molluscs	 Altramuces Lupin
PASTA PASTA														
Macarrones al gusto Macaroni according to taste	X		X			X	X	X	X	X	T	X		
Tallarines al gusto Tagliatelles according to taste	X		X			X	X	X	X	X	T	X		
Ravioli de carne asada con crema de queso Roast meat ravioli with cream cheese	X		X			X	X	X	X		T	X		
Ravioli de calabaza asada y seitán con salsa de rúcula y tomate seco Roasted pumpkin and seitan ravioli with rocket and sun-dried tomato sauce	X				T		X	X				X		
Falso risotto de boletus edulis Pasta risotto of ceps	T		X				X		T			X		
Canelones “La Parada” “La Parada” cannelloni	X		X		T	T	X	X	T		T	X		
Lasaña vegetal de berenjena y boloñesa Veggie lasagne of aubergine and vegetable bolognaise	T								X			X		
Ensalada de fusilli con tartar de atún Fusilli salad with tuna tartare	X		X	X	T	X		X		T	X			
Salsa boloñesa rústica Rustic bolognese sauce	T								X			X		
Salsa ibérica Iberian sauce	T								X			X		
Salsa pesto vegano Vegan pesto sauce	T							X						
HEALTHY BOWLS														
Lentejas, pollo y... Lentils, chicken and...	X	T	T	X	T	X	X	T	T	X	X	X	T	
Quínoa, langostinos y... Quinoa, king prawns and...	T	X	T		T	T	X	T	X	T	T	X		
Arroz, atún y... Rice, tuna and...	X			X		X		X	X	T	X	T		
Cuscús, salmón marinado y... Couscous, marinated salmon and...	X			X		X	X		X	X	X	X		
PARA TERMINAR LAST BUT NOT LEAST														
Crep de dos chocolates Double-chocolate crêpe	X		X		T	X	X	X		T				
Crep de fresas y crema catalana Strawberry and Catalan cream crêpe	X		X			T	X			T				
Crep de manzana y canela con crema pastelera Apple and cinnamon crêpe with pastry cream	X		X			T	X			T		X		
Crep de limón y azúcar Lemon crêpe with sugar	X		X			T	X			T				
Crema catalana Catalan cream			X				X							
Macedonia de fruta fresca Fresh fruit salad														
Pastel artesano del día Homemade cake of the day	X		X		X	X	X	X				X		