



PARA COMPARTIR
TO SHARE

Surtido de quesos artesanos	13,50 €
<i>Selection of artisanal cheeses</i>	
Paletilla ibérica de bellota (45 g)	16,00 €
<i>Acorn-fed Iberian shoulder ham (45 g)</i>	
Surtido de embutidos ibéricos	17,00 €
<i>Selection of cured iberian meats and sausages</i>	
Hummus de calabaza con queso ricota y espinacas frescas	11,50 €
<i>Pumpkin hummus with ricotta cheese and fresh spinach</i>	
Carpaccio de calabacín, avellanas, tomate seco y queso	12,75 €
<i>Courgette carpaccio, hazelnuts, dried tomato and cheese</i>	

ENTRANTES
STARTERS

Ensalada de quesos artesanos y nueces	14,50 €
<i>Artisanal cheese and walnut salad</i>	
Ensalada verde	13,50 €
<i>Green salad</i>	
Ensalada César con pollo y anchoas	15,00 €
<i>Caesar salad with chicken and anchovies</i>	
Crema de zanahoria con naranja, jengibre y queso Bauma crema ácida	12,50 €
<i>Carrot cream with orange, ginger and Bauma cheese sour cream</i>	
Gazpacho andaluz con crema de aguacate	12,50 €
<i>Andalusian gazpacho with avocado cream</i>	

HEALTHY BOWLS 17,50 €

Lentejas, pollo y...
mozzarella, manzana, rábano, col lombarda, col kale, pepino,
cebolla tierna, pimienta rojo y verde, pasas, cilantro, vinagreta
miso.

Lentils, chicken and...
*mozzarella, apple, radishes, red cabbage, kale, cucumber, spring onion,
red and green pepper, raisins, coriander, miso vinaigrette.*

Quinoa, 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.

PASTA
PASTA

Pasta fresca a escoger:
macarrones o tallarines con salsa al gusto:
boloñesa rústica, ibérica o pesto vegano 14,50 €

*Fresh pasta of your choice:
macaroni or tagliatelles with your choice of sauce:
rustic bolognese, Iberian or vegan pesto.*

Ravioli de carne asada con crema de queso	14,75 €
<i>Roast meat ravioli with cream cheese</i>	
Ravioli de calabaza asada y seitán con salsa de rúcula y tomate seco	14,75 €
<i>Roasted pumpkin and seitan ravioli with rocket and sun-dried tomato sauce</i>	
Falso risotto de boletus edulis	15,25 €
<i>Pasta risotto of ceps</i>	
Canelones “La Parada”	15,25 €
<i>“La Parada” cannelloni</i>	
Lasaña vegetal de berenjena y boloñesa de verduras	14,75 €
<i>Veggie lasagne of aubergine and vegetable bolognese</i>	
Arroz cremoso de langostinos con espárragos verdes	17,50 €
<i>Creamy king prawn rice with green asparagus</i>	

COCAS ARTESANAS
Y COCAS FINAS

HOMEMADE FLAT BREADS
AND THIN FLAT BREADS

Coca artesana con paletilla ibérica de bellota, mozzarella y rúcula	13,25 €
<i>Homemade flat bread with acorn-fed Iberian shoulder ham, mozzarella and rocket</i>	
Coca de recapte con escalivada y queso de cabra	13,25 €
<i>Catalan crunchy flat bread with roasted vegetables and goat’s cheese</i>	
Coca de recapte con tomate fresco, cebolla confitada y mozzarella	13,25 €
<i>Catalan crunchy flat bread with fresh tomato, onion confit and mozzarella</i>	
Coca fina con butifarra “esparracada” y queso	14,50 €
<i>Thin flat bread with “butifarra esparracada” (large ragged Catalan pork sausage) and cheese</i>	
Coca fina con sobrasada ibérica y queso	14,50 €
<i>Thin flat bread with Iberian Majorcan sausage and cheese</i>	
Coca fina con carpaccio de ternera, parmesano y rúcula	14,50 €
<i>Thin flat bread with veal carpaccio, parmesan and rocket</i>	
Coca fina con pisto confitado, queso y salmón macerado con limón	15,00 €
<i>Thin flat bread with ratatouille confit, cheese and lemon-macerated salmon</i>	

PANES
BREAD

Pan de coca tostado con tomate de colgar, aceite y sal	4,50 €
<i>Toasted flat bread with ripe tomato, oil and salt</i>	
Mini baguette sin gluten	4,10 €
<i>Gluten-free baguette</i>	



PARA TERMINAR
LAST BUT NOT LEAST

CREPS
CRÊPES

Crep de dos chocolates	7,50 €
<i>Double-chocolate crêpe</i>	
Crep de fresas y crema catalana	7,50 €
<i>Strawberry and Catalan cream crêpe</i>	
Crep de manzana y canela con crema pastelera	7,50 €
<i>Apple and cinnamon crêpe with pastry cream</i>	
Crep de limón y azúcar	7,50 €
<i>Lemon crêpe with sugar</i>	

DEL DÍA
OF THE DAY

Crema catalana	6,50 €
<i>Catalan cream</i>	
Macedonia de fruta fresca	6,50 €
<i>Fresh fruit salad</i>	
Pastel artesano del día	7,00 €
<i>Homemade cake of the day</i>	

CAFÉS E INFUSIONES
COFFEES AND INFUSIONS

Café solo	2,50 €
<i>Black coffee</i>	
Café cortado*	2,75 €
<i>Espresso macchiato*</i>	
Café con leche*	3,00 €
<i>White coffee*</i>	
Café americano	2,50 €
<i>Large black coffee</i>	
Capuchino*	3,00 €
<i>Cappuccino*</i>	
Leche con cacao*	2,50 €
<i>Milk with cocoa*</i>	
Chocolate caliente	4,00 €
<i>Hot chocolate</i>	
Chocolate caliente con bizcochos de soletilla	5,50 €
<i>Hot chocolate with ladyfingers</i>	
Infusiones Sans & Sans	4,00 €
<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	3,60 €
<i>Soft drinks</i>	
Agua 0,50 l	2,90 €
<i>Water</i>	
Zumos	4,50 €
<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, cacahuetes, soja, leche, frutos secos, apio, mostaza, semillas de sésamo, sulfitos, altramuces, 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.

APERITIVOS
APERITIFS

St-Germain Spritz	10,00 €
Aperol Spritz	9,00 €
Martini Bianco	5,00 €
Martini Rosso	5,00 €
Yzaguirre Blanco	5,00 €
Yzaguirre Rojo	5,00 €

VINO BLANCO
WHITE WINE

	COPA GLASS	BOTELLA BOTTLE
Espelt Vailet ^(eco) , D.O. Empordà Garnatxa blanca, macabeu	5,25 €	20,50 €
Aguazul , D.O. Rueda Verdejo	5,50 €	22,00 €
Martín Códax , D.O. Rías Baixas Albariño	5,90 €	25,00 €

VINO ROSADO
ROSÉ WINE

Chivite Las Fincas , D.O. Navarra Garnacha negra	5,90 €	26,00 €
--	--------	---------

VINO TINTO
RED WINE

L'Expressió del Priorat , D.O. Priorat Garnatxa, Carinyena	7,50 €	39,50 €
Bardos Viñedos de Altura , D.O. Ribera del Duero / Tinta del país	6,50 €	29,50 €
Lan D-12 , D.O.Ca. Rioja Tempranillo	5,50 €	23,50 €

CAVA

Juvé & Camps Reserva de la Familia ^(eco) , D.O. Cava Macabeu, parellada, xarel·lo	6,90 €	36,00 €
--	--------	---------

SANGRÍA / SANGRIA
El Nacional & St-Germain

Vino tinto <i>Red wine</i>	7,50 €	29,50 €
Cava <i>Cava</i>	7,50 €	29,50 €
Tinto de verano <i>Red wine and lemonade</i>	7,00 €	-

(eco) Ecológico: Menos sulfitos, sin químicos ni aditivos.

Organic: Less sulfites, no chemicals or additives.

CERVEZAS
BEERS

	CAÑA HALF A PINT (25 cl)	PINTA PINT (50 cl)	BOTELLA BOTTLE
Estrella Damm Cerveza mediterránea <i>Mediterranean beer</i>	3,60 €	6,70 €	3,85 €
Voll-Damm Cerveza doble malta <i>Double malt beer</i>	-	-	4,00 €
Damm Lemon Auténtica clara mediterránea <i>The authentic Mediterranean shandy</i>	-	-	3,85 €
Free Damm Cerveza sin alcohol <i>Alcohol-free beer</i>	-	-	3,85 €
Daura Cerveza sin gluten <i>Gluten-free beer</i>	-	-	3,85 €
Rosa blanca Cerveza lager lupulada mallorquina <i>Mallorcan hoppy lager beer</i>	-	-	3,85 €
Inedit 75 cl Cerveza de malta y trigo con especias <i>Malt and wheat beer brewed with spices</i>	-	-	7,75 €