



ENTRADAS

Guacamole e Chips de Banana Verde • R\$39

Nossa entrada preferida da casa! Guacamole fresco com toque acentuado de limão, servido com chips crocantes de banana verde.

Burrata Com Tomatinhos Confitados, Pesto e Focaccia • R\$49

Queijo cremoso de búfala, pesto de manjeriço basilico, tomatinhos confitados, brotos de rúcula com limão siciliano e focaccia.

Hommus de Grão de Bico • R\$39

com mini cenoura salteada e pães.

Cesta de Pães Artesanais • R\$14

(Pão artesanal integral e multigrãos ou sem glúten)

Sopa de Abóbora • R\$28

com leite de coco e couve.
Acompanha pão multigrãos feito na casa.)

Creme de Ervilha • R\$28

Sopa de ervilhas com creme de castanhas e verdura verde escura refogada.
Acompanha pão multigrãos feito na casa.

SALADAS E COMPLEMENTOS

Salada Caprina • R\$42

Mescla de folhas, tomatinhos, rabanete, cenoura, pepino, tolete de pupunha e queijo de cabra marinado no azeite.

Salada Caprese • R\$42

Mescla de folhas, tomatinhos, rabanete, cenoura, pepino, tolete de pupunha e mussarela de búfala.

Salada Camembert Vegan • R\$42

Mescla de folhas, tomatinhos, rabanete, cenoura, pepino, tolete de pupunha e queijo tipo camembert vegano a base de castanhas de caju.

Adicione uma quiche por + R\$18

Quiche Integral de Abobrinha e Alho Poró com Queijo
Quiche Vegana de Espinafre (Low Carb)
Quiche Vegana de Cogumelos (Low Carb)

RISOTOS

Risoto Vermelho com Shitake • R\$68

Arroz vermelho, queijo gorgonzola, nozes, peras secas e shitake grelhado no azeite de ervas frescas e alho-poró.
Versão vegana – com queijo de castanhas.

Risoto Negro • R\$68

Arroz negro, queijo brie, abóbora assada, champignon, parmesão e semente de abóbora
Versão vegana – com queijo de castanhas.

MASSAS OVOLACTOVEGETARIANAS

Flor de Abóbora • R\$69

Massa caseira orgânica recheada com purê de abóbora e queijo coalho ao molho de manteiga de sálvia, castanhas de caju e queijo parmesão.

Ravióli de Taléggio e Verduras ao Pomodoro • R\$69

Massa integral preparada na casa com açafrão da terra, recheada com queijo taléggio e verduras refogadas (ora-pro-nóbis, espinafre e alho poró), ao molho de tomates pedaços e manjeriço.

MASSAS VEGANAS

Torteli de Alcachofra e Tofu ao Pomodoro • R\$69

Massa artesanal vegana, recheada com alcachofra, tofu e alho poró ao molho de tomates pedaços e queijo parmesão vegano

Ravioli de Aspargos e Limão Siciliano

ao Molho de Castanhas • R\$69

Massa artesanal vegana, recheada com tofu, aspargos e limão siciliano ao molho de creme de castanhas e ervas, críspis de alho poró e queijo parmesão vegano.

MENU EXECUTIVO

DE 2ª À 6ª - DAS 12H ÀS 15H30

*Acompanha Mini-Salada ou Sopa do dia (consulte nossa equipe)

Segunda-feira

PF do Banana Verde • R\$49

Arroz integral, feijão do dia, verdura refogada, farofa e uma proteína a escolher:

Omelete de Parmesão e Ervas

ou

Tofu Grelhado c/ Cebola Caramelizada

ou

Quibebe de Abóbora

Terça-feira

Estrogonofe de Pupunha • R\$49

Palmito pupunha, cogumelos e biomassa de banana verde.
Acompanha arroz cateto com vermelho, brócolis ao azeite de alho e batatas rústicas.

Opção vegana: com creme de castanhas

Quarta-feira

Feijoada Vegana • R\$49

Feijão preto com legumes e tofu defumado. Acompanha arroz cateto com vermelho, pupunha grelhada com vinagre e chips de banana verde, brócolis ao alho e farofa de mandioca com cebolas caramelizadas.

Quinta-feira

Panqueca Integral de Espinafre • R\$49

Massa a base de aveia, recheada com espinafre, cebolas caramelizadas e mussarela de búfala. Servida ao pomodoro com manjeriço, queijo parmesão e champignons salteados.

Sexta-feira

Moqueca de Pupunha • R\$49

Moqueca de palmito pupunha com biomassa de banana verde, brócolis com champignon ao azeite de alho, farofa de banana da terra com castanhas, arroz cateto com vermelho e feijão fradinho ao vinagre.

SOBREMESAS

Torta de Caramelo de Amendoim com Chocolate Belga • R\$24

A favorita! Com base crocante de amendoim, caramelo de amendoim com açúcar de coco e creme de chocolate belga.

VEGAN | SEM GLÚTEN | SEM LACTOSE | COM AÇÚCAR DE COCO

Torta Cookies com Brigadeiro Funcional • R\$24

Essa combinação ficou incrível. Deliciosa base de cookies com recheio cremoso de brigadeiro funcional.

VEGAN | SEM GLÚTEN | SEM LACTOSE
COM AÇÚCAR DEMERARA ORGÂNICO E AÇÚCAR DE COCO

Torta de Banana com Doce de Leite de Castanhas • R\$24

Não tem como resistir a essa delícia! Camadas de farofa de aveia e castanhas, intercaladas com bananas e cobertura de Doce de Leite de Castanhas.

VEGAN | SEM GLÚTEN | SEM LACTOSE | COM AÇÚCAR DE COCO

Torta de Limão Siciliano e Frutas Vermelhas • R\$24

Para os amantes desobremesas frescas e cítricas. Torta a base de aveia, creme de limão siciliano e coulis de frutas vermelhas.

VEGAN | SEM GLÚTEN | SEM LACTOSE | COM AÇÚCAR DEMERARA ORGÂNICO

Mousse de Chocolate • R\$24

Mousse a base de chocolate 50%, baunilha, açúcar orgânico, licor, coberta com coulis de frutas vermelhas e farofa de aveia.

SEM GLÚTEN | COM AÇÚCAR ORGÂNICO

BEBIDAS

Chá Mate Gelado • R\$14

Mate orgânico, mascavo, limão, gengibre e hortelã.

Água da Jamaica • R\$14

Chá de hibiscos, mascavo, gengibre, limão siciliano e hortelã.

SUCOS FUNCIONAIS

Suco Antioxidante • R\$19

Jabuticaba, amora, capim santo e água de coco.

Suco Desintoxicante • R\$19

Abacaxi, água de coco, hortelã, gengibre e kale.

Simplesmente Tangerina • R\$17

Kombucha • R\$16

Consulte os sabores com nossa equipe.

Kiro • R\$16

Consulte os sabores com nossa equipe.

Água de Coco • R\$10

Taça de Suco de Uva • R\$14

Suco de uva integral tinto ou branco, sem adição de açúcar (300ml).

Sucos - Green People • R\$12

Consulte os sabores com nossa equipe (250ml).

Café Espresso Especial Wolf

Simples • R\$7

Duplo • R\$9

Café Espresso Macchiato

Simples • R\$9

Duplo • R\$12

