

D O Ğ A L  
T A Z E  
T E M İ Z  
Y E M E K

## SMOOTHIE KASELERİ



Bitkisel süt (badem veya hindistan cevizi) ile

Bütün smoothie kaselerimiz isteğe göre glutensiz granola ile verilebilmektedir (çapraz bulaşma olasılığı nedeniyle çölyak hastaları için uygun olmayabilir)

Smoothie kaseleri isteğe göre granolasız hazırlanabilir

### Kırmızı Başlıklı Kız

Ev yapımı granola, pancarlı yoğurt, organik bal, nar, fırınlanmış pancar, kuru turna yemişi, kurutulmuş çilek, chia tohumu, çiğ badem, granola kütürü

### Pamuk Prens'in Elması

Ev yapımı granola, fındık sütlü yoğurt, organik bal, kırmızı elma, fındık, nar

### Yeşilin 50 Tonu

Ev yapımı granola, yoğurt, avokado, kale, yeşil elma, kivi, kereviz sapı, maydanoz, salatalık, misket limonu suyu, zencefil, kabak çekirdeği, taze nane

### Orange is the New Black

Ev yapımı granola, portakal, bal kabağı, havuç, zencefil, zerdeçal, organik elma suyu, kuru kayısı, çiğ fındık, chia tohumu

### Atomik Smoothie Kasesi

Ev yapımı granola, badem sütü, muz, organik raw kakao, ev yapımı yer fıstığı ezmesi, vanilya

### Ilık Kinoa Kasesi

Siyah ve beyaz kinoa, greçka, hindistan cevizi sütü, hindistan cevizi, organik elma suyu, kuru kayısı, yabanmersini, nar

## KAHVALTI TABAKLARI



Kahvaltılarımız organik, ekşi maya tam buğday ve çavdar ekmekleri ve siyah çay ile servis edilmektedir. Organik yumurta seçiminizi çırpılmış, poşe, sahadna ya da haşlanmış olarak seçebilirsiniz.

### Günün En Önemli Öğünü

Tatlı kırmızı biberli beyaz peynir, otlu ricotta, dereotlu keçi peyniri, organik yumurta, domates & salatalık & biber, çörekotu, ay çekirdeği, zeytin çeşitleri, kuru meyve, organik reçeller, organik bal, çiğ ceviz, çiğ badem

### Organik Türk Kahvaltısı

Ezine beyaz peynir, Kars kaşarı, Bergama tulumu, biberli lor, Healin muhammara, zahter & sızma zeytinyağı, organik yumurta, Tokat bez sucuğu, domates & salatalık, organik reçel, organik bal, organik tereyağı, zeytin çeşitleri

### “Yeşil Sabahlar”

#### %100 Vegan & Organik

Ev yapımı vegan peynir, yeşil zeytin, avokado, otlu cevizli ezme, Yedikule marulu, yeşil elma, kereviz sapı, salatalık, bebek ıspanak, köy biberi, kabak, kabak çekirdeği, kale, kale cipsi

## ORGANİK YUMURTALAR



Sertifikalı organik yumurtalar kullanıyoruz

### Bulut Menemen

Çanak kale tarla Domatesi, köy biberi, kapya biber

### Hazer Şefin Menemeni

Domates, acı Samandağ biberi, çarliston biberi, fırınlanmış sarımsak, tütülenmiş kırmızı biber, yumurta, kızarmış ekşi maya ekme

### Healin Omlet

3 yumurtadan nohut unlu, zerdeçalı omlet, kale, kabak, havuç, avokado, beyaz peynir, taze kişniş, brokoli, karnabahar

### Fit-in Yemyeşil Açık Omlet

3 yumurta beyazı, avokado, brokoli, kale, kabak, kale, keçi peyniri, taze soğan, dereotu, taze kişniş

### Healin Egss Royale

Ev yapımı zerdeçalı bazlama, ev yapımı somon gravlax, kale, poşe yumurta, zerdeçalı hollandez sos, salatalık, turp, dereotu

## ORGANİK DİLİM ÜSTÜ YUMURTALI KAHVALTILAR



### Bol Tohumlu

### Pancarlı Siyez Ekmeği

### Üstü Zerdeçalı “Altın Yumurta”

Pancarlı Siyez unlu dilim(ay çekirdeği, kabak çekirdeği, zerdeçal, kuru üzüm, kuru incir, haşhaş tohumu, keten tohumu); frenk soğanı ve chili biberli Ezine peyniri, guacamole & zerdeçalı poşe yumurta

### Ekşi Maya

### %100 Siyez Ekmeği Üstü

### Izgara Bergama Tulumu

Bergama tulumu, sote mantar, tek göz yumurta, taze kekik, cherry domates, köy biberi, çiğ ceviz, sote ıspanak, ızgara ekşi maya Siyez ekmeği

### Healin Chia Tohumlu ve Avokadolu Kahvaltı

Chili biberli avokado ezmesi, otlu, biberli organik lor peyniri, çırpılmış, sahadna ya da poşe yumurta, chia tohumlu kızarmış ekme, salatalık, havuç, bebek turp, dereotu, çörekotu

### %100 Siyez Dilimi Üstü

### Tokat Bez Sucuğu

Izgara Tokat Bez sucuğu, ızgara kolot peyniri, ıspanaklı humus, köy biberi, çeri domates

### Çıtır Dilim Üstü

### Somon Gravlax “İskandinav”

Kızarmış ekşi maya cevizli organik tam buğday ekmeği, ev yapımı somon gravlax, avokado, frenk soğanı ve limonlu organik lor peyniri, salatalık, bebek turp, kapari, kurutulmuş zeytin, kırmızı soğan turşusu, dereotu, kayısı yumurta, karışık yeşillik

## Glütensiz Protein Pancake “Pandora’s Cake”



Keçiboynuzu unu, nohut unu, tarçın, süt, ev yapımı fırınlanmış organik yer fıstığı ezmesi, muz, yaban mersini, bal, badem