

BEZZBOŻNY

## KONKRET

GF / V

ZAPYTAJ JAKI SMAK JEST DOSTĘPNY

12 zł / 250g

### Chłodnik z kiszonych buraków ogórkiem i miętą

Ekologiczny sok z kiszonych buraków / Ekologiczne ziarno słonecznika / Ekologiczny olej słonecznikowy / Ogórki zielone / Przyprawy i świeże zioła

### Chłodnik ogórkowy z imbirem i kardamonem

Ogórki zielone / Ekologiczne nerkowce / Ekologiczna oliwa / Przyprawy

GF / V

POLSKI KLASYK

12 zł / 300g

### Zalewajka ziemniaczana zabieleną słonecznikową śmietaną

Ziemniaki / Cebulka / Ekologiczne ziarno słonecznika / Ekologiczny olej słonecznikowy / Przyprawy

GF / V

23 zł

### Makaron zapiekany w sosie ziołowym z karczochami, porem i cukinią z nutą syropu balsamicznego ze świeżo mielonym czarnym pieprzem

Bezglutenowy makaron kukurydziany / Ekologiczna oliwa / Karczoch / Por / Cukinia / Ziemniaki / Przyprawy

GF / V

BEZZBOŻNY SPECJAŁ

28 zł

Podawany do wyboru z bułką lub komosą ryżową lub niepaloną kaszą gryczaną

### Wegański ser migdałowy w oliwie ze świeżymi ziołami, oliwkami i cytryną zapiekany na jabłkach

Ekologiczna migdały / Ekologiczny olej słonecznikowy / Olej kokosowy / Jabłka / Cytryna / Czosnek / Oliwki kalamon / Rozmaryn / Przyprawy

### Wegański ser migdałowy zapiekany w oliwie z pomidorami i ząbkami czosnku ze słodką nutą syropu z agawy oraz ostrą papryką

Ekologiczna migdały / Ekologiczny olej słonecznikowy / Olej kokosowy / Pomidory / Czosnek / Ekologiczna oliwa / Ekologiczny syrop z agawy / Przyprawy

GF / V

28 zł

### Bakłażany i cukinie zapiekane w słonecznikowym sosie beszamelowym z aromatycznym lubczykiem i pomidorami

Podawane do wyboru z bułką lub komosą ryżową lub niepaloną kaszą gryczaną

Bakłażany / Cukinie / Pomidory / Czosnek / Ekologiczne ziarna słonecznika / Ekologiczny olej słonecznikowy / Przyprawy

GF / V

GRECKI KLASYK

17 zł

### Fava z grochu w oliwie z oliwek z prażonym sezamem i ostrą papryką

Podawana z pieczywem

Ekologiczny groch / Ekologiczna oliwa / Pieczone warzywa / Przyprawy

GF / V

26 zł

### Twarożek nerkowcowo-słonecznikowy na mieszance sałat z czarnuszką, sosem balsamicznym i pachnącym olejem słonecznikowym

Podawany z pieczywem

Ekologiczne ziarno słonecznika / Ekologiczne nerkowce / Ekologiczny olej słonecznikowy nierafinowany / Mix sałat / Ekologiczny ocet balsamiczny

DODAJ ZDJĘCIE #BEZZBOŻNY  
@ MIESZKAMWPIEKARNI

BEZZBOŻNY

## DODATKI

GF / V		5 zł / porcja
	<b>Komosa ryżowa</b>	100g
	<b>Niepalona kasza gryczana z pachnącym olejem słonecznikowym</b>	130g
	<small>Kasze podawane są w temperaturze pokojowej</small>	
	<b>Pieczywo</b>	150g

## NA SŁODKO

GF / V	DOSTĘPNE SMAKI DO WYBORU PRZY BARZE	13 zł / porcja
	<b>Ciasto typu fudge miękkie, przypominające konsystencją krówkę</b>	
	<small>Orzech laskowy z kawałkami czekolady / Mak / Kawa / Czekolada / Pomarańcza z kakao / Mięta z kakao</small>	

GF / V	INDYJSKI PRZYSMAK	13 zł / porcja
	<b>Besan Halva z migdałami i musem z pigwy</b>	
	<small>Ekologiczna ciecierzycza / Ekologiczny cukier trzcinowy nierafinowany / Olej kokosowy / Ekologiczne migdały / Cytryna / Ekologiczny mus z pigwy / Przyprawy</small>	

## NAPOJE / herbaty

Możliwe ponowne zalanie herbat przy barze

<b>Herbata kwitnąca</b>	14 zł / 0,6l
<b>Ekologiczna mieszanka ziół</b>	14 zł / 0,6l
<small>Lipa kwiat – Malina owoc – Wiałówka kwiat – Czarny bez kwiat Lawenda kwiatostan – Melisa liść – Wrzos kwiat – Głóg kwiatostan Szałwia liść – Oregano kwiatostan – Gajnik kwiatostan – Mięta liść Pokrzywa liść – Czarny bez kwiat – Skrzyp – Poziomka liść – Wrzos kwiat</small>	<small>Rozgrzewająca Relaks Ziołowy Ogród Oczyszczająca</small>

<b>Czarna herbata z mrożonymi owocami</b>	10 zł
---	-------

## NAPOJE / kawy

Podajemy domową kawę przygotowywaną w kawiarkach. Ta metoda parzenia wymaga dłuższej chwili oczekiwania. Używamy ekologicznej kawy fair trade Arabica z Gwatemali o niskiej kwasowości. Biała kawa jest z mlekiem owsianym waniliowym lub owsianym bezglutenowym certyfikowanym.

<b>Czarna kawa</b>	8 zł
<b>Biała kawa</b>	12 zł

## NAPOJE / inne

<b>Wielkopolska woda Wirenka</b>	3 zł / 0,7l
<b>Ekologiczna kombucza</b>	12 zł
<b>Ekologiczny sok z brzozy z cytrusami i syropem z pączków sosny</b>	12 zł

**Możliwość przyniesienia swojego alkoholu**

(obj. alk. do 15%)

DODAJ ZDJĘCIE #BEZZBOŻNY  
@ MIESZKAMWPIEKARNI

## BEZZBOŻNE ZAKUPY

GF / V / BEZ CUKRU

NABIAŁ WEGAN / DOSTĘPNE PRODUKTY W LODÓWCE

Bazą produktów są ekologiczne orzechy i ziarna.

### Słonecznikowe kremy kanapkowe w różnych smakach

8 zł / 130g

Naturalny / Pomidorowy / Ziołowy / Czosnkowy / Curry / Kiszony ogórek / Lubczyk  
Idealne do kanapek, sprawdzają się jako baza sosów lub zup.

### Migdałowiec w ziołach

15 zł / 100g

Alternatywa dla białego tocznego sera. Stworzony na bazie migdałów, obtoczony w ziołach. Polecamy jako tapas lub do kanapek.

### Węgierski krem migdałowy

7,5 zł / 60g

Może zastąpić tradycyjny smalec. Kanpki z nim są obłędne, polecamy!

### Krem orzechowy po włosku

10,5 zł / 60g

Włoski klasyk a la pesto z orzechów włoskich. Polecamy do makaronów lub jako dip do salatek.

### Wegańska alternatywa dla masła

10 zł / 100g

Naturalne / Czosnkowe

Sprawdzi się jako codzienna alternatywa dla tradycyjnego masła. Można na nim smażyć i piec.

### Smalec wegan

8 zł / 100g

Cebulowy / Paprykowy / Tymiankowy

Smakowy tłuszcz z dodatkami przypraw używany, jako smarowidło do kanapek. Można na nim smażyć i piec.

### Majonez nerkowcowy

15 zł / 130g

Sprawdzi się jako alternatywa dla tradycyjnego majonezu. Polecamy do kanapek i tradycyjnych salatek.

### Bielik nerkowcowy

20 zł / 330ml

Alternatywa dla śmietany do zabelniania zup, sosów, dodatek do smoothie.

### Krem kminkowy a la smażony

15 zł / 100g

Propozycja na kanapki dla amatorów kminku.

### Topione kulki nerkowcowe w ziołowej solance

15 zł / 130g

Kulki wegańskiego sera w ziołowej zalewie. Topią się jak ser w piecu lub patelni.

Zalewę można wykorzystać do przygotowania sosu lub zupy.

GF / V / BEZ CUKRU

CHLEB BEZGLUTENOWY / DOSTĘPNE RODZAJE ZA BAREM

Oferujemy pieczywo bezglutenowe z Piekarni Bezglutenowej Pochleb od środy do piątku.

Ilość pieczywa może być ograniczona, dlatego zachęcamy do zakupów od rana.

Więcej o pieczywie na [www.pochleb.pl](http://www.pochleb.pl) lub u obsługi za barem.