

JANTAR NATURAL

Cardápio Sabor com Saúde- Sextas e Sábados

ENTRADAS

BRUSCHETAS NO CHAPATI (no pão indiano assado)
TAPIOCA DE CIDREIRA E COALHADA SECA E SALSA DE TOMATE
TAPENADE NA TORRADA INTEGRAL (azeitonas, alho poró, alcaparras, gengibre)

CALDO DO DIA

COM CRÓTONS INTEGRAIS

PRATOS DO CHEF

MEDALHÃO DE QUINUA OU SOJA AO MOLHO POIVRE, RISOTO SHITAKE E ASPARGOS AO GHEE
MEDALHÃO DE PVT AO MOLHO DE UVAS, ERVILHAS TORTAS COM PURÊ DE PEQUI E NINHO CROCANTE DE MANDIOQUINHA

LIVE FOOD (Alimentação Viva)

CANELONI DE ABOBRINHA, RECHEADO COM RICOTA DE CASTANHA DO PARÁ, TOMATE SECO, ALHO PORÓ, AZEITE AO MOLHO DE MANJERICÃO

RISOTOS

CURCUMA COM GENGIBRE ou SHITAKE, SHIMEJI E COGUMELO PARIS

PRATOS RÁPIDOS

QUICHE DE PALMITO OU ALCACHOFRAS, GUARNECIDOS COM SALADA ESPECIAL AO MOLHO DE MANJERICÃO, ABACAXI OU LIMÃO CRAVO
ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM PVT E TOFU DEFUMADO

MASSAS ESPECIAIS

PENNE INTEGRAL À BOLONHESA (SOJA), BASILICO E ALCAPARRAS
SPAGUETTI DE QUINUA REAL AO BECHAMEL E TOMATE SECO
PARAFUSO DE ARROZ À PRIMAVERA, COM CATUPIRY
HARUSSAME (MASSA DE FEIJÃO) AO MOLHO DE AZEITE, SHOYO E GERSAL

PIZZAS BROTINHO

Com molho de tomates frescos, feitas com ghee, farinha integral e sem ovos.

MUSSARELA, TOMATE FATIADO, FOLHAS DE MANJERICÃO E NOZES PICADINHA

MUSSARELA DE BÚFALA, RÚCULA, TOMATE SECO E CASTANHA DO PARÁ

ABOBRINHA, ALHO PORÓ, MILHO, TOMATE PICADO E AZEITONAS

BRÓCOLIS, ALHO PORÓ NO AZEITE, TOMATE SECO E TOMATE FRESCO

ALCACHOFRA, PALMITO, TOMATE PICADINHO E AZEITONAS

DOCE: BANANA, MAÇÃ, AMEIXAS, CANELA, MEL E TWIST DE GENGIBRE

BAKED POTATO

Com opções de recheios: 1) sal e azeite ou ghee; 2) Tofu fresco e defumado com especiarias; 3) Requeijão, alcaparras e parmesão; 4) mussarela, requeijão e agrião

SOBREMESAS

FRUTA DA ESTAÇÃO COM CHANTILY ou FIGOS AO MEL COM SORVETE ORGÂNICO

SORVETES ORGÂNICOS OU COM LEITE DE CASTANHA DO PARÁ

Anna Prem fica na Rua Muniz de Souza, 1170 SP Tel: 11 32087552

Anna Prem

BISTRÔ E RESTAURANTE NATURAL