

# AL·LÈRGENS & MACROS SPRING.

Allergens & Macros  
Spring 2026.

	Api / Celery	Gluten	Crustacis / Crustaceans	Ous / Eggs	Peix / Fish	Tramussos / Lupin	Llet / Milk	Mol·luscos / Molluscs	Mostassa / Mustard	Fruits secs / Nuts	Cacauets / Peanuts	Sèsam / Sesame	Soja / Soy	Sulfits / Sulphites
<b>PER A COMPARTIR / TO SHARE</b>	Labneh beets & berries						•			•				•
	Tàrtar crunchy de tonyina / Tuna tartare				•								•	•
	Ben's sweet potato fries												•	•
	Hummus to share									•		•		
	Crudités	•												
<b>MARKET PLATES</b>	Amanida base market / Market salad base								•			•		•
	Amanida de llegums / Grain salad									•				
	Pa / Bread		•	T			T			T		T		
<b>GARDEN BOWL</b>	Spicy feta bowl						•		•	•	T	•	•	•
	Latin lover									•			•	•
	Green harissa bowl	•								•		•	•	
	Ginger honey goat						•			•				•
	Avocado supergreen									•	T		•	•
<b>PROTEÏNA / PROTEIN</b>	Falafel											•		
	Pollastre piri piri / Piri piri chicken									•			•	•
	Pollastre llimona mostassa / Lemon chicken								•				•	•
	Herb tofu											•	•	•
	Vedella chimichurri / Chimichurri steak	T							•			T		•
	Tataki de tonyina** / Tuna tataki**			T	•			T				•	•	•
	Honest salmon			T	•			T				•	•	
	Hot honey halloumi						•						•	•
<b>GUARNICIONS / SIDES</b>	House hummus									•		•		
	Patates maionesa tòfona / Potatoes truffle												•	•
	Espàrrecs amb labneh i tahina rosa / Asparagus with labneh and pink tahini						•			•		•		
	Arròs marroquí / Moroccan rice	•								•		•	•	•
	Guacamole nikkei													
	Carbassa rostida & feta / Roasted pumpkin						•			•			•	•
	Albergínia glacejada amb herb salad / Glazed aubergine with herb salad								•	•				•
	Moniato rostit tahina / Roasted sweet potato								•	•	T	•		•
	Verdures de temporada / Seasonal veggies								•					•
	<b>SALSSES / SAUCES</b>	Mayo trufada / Truffle mayo												•
Alioli plant-based													•	•
Smoked olive oil butter							•							
Fermented chilli jam														•
Chipotle mayo													•	•
Tahina / Tahini												•		

\*\* La tonyina que utilitzem s'ha sotmès a un tractament de congelació a -20°C durant un mínim de 24 hores. / <sup>T</sup> Indica **traces** no intencionades de l'al·lergen segons la informació dels nostres proveïdors. Tot i que apliquem mesures de control i bones pràctiques d'higiene, pot produir-se **contaminació creuada** durant la preparació dels plats.

\*\* The tuna we use has been subjected to a freezing treatment at -20°C for a minimum of 24h. / <sup>T</sup> Indicates the possible unintentional **presence** of an allergen, based on information provided by our suppliers. Although we apply control measures and good hygiene practices, **cross-contamination** may occur during the preparation of dishes.

# AL·LÈRGENS & MACROS ESMORZAR.

## Allergens & Macros Breakfast 2026.

	Api / Celery	Gluten	Crustacis / Crustaceans	Ous / Eggs	Peix / Fish	Tramussos / Lupin	Llet / Milk	Mol·luscos / Molluscs	Mostassa / Mustard	Fruits secs / Nuts	Cacauets / Peanuts	Sèsam / Sesame	Soja / Soy	Sulfits / Sulphites
<b>TORRADES / TOASTS</b>	Loaded tomato toast	●		●			T			T		T		
	Turkish eggs	●		●			T 1			●	T	T	T	
	Loaded avocado toast	●		●			T			●		T	●	
	Mediterranean eggs benedict	●		●			T			●		T	●	T
	Honest pan tumaca	●	T	T	T		T			T		T	●	
	Avocado toast "bagel"	●		T			T			●		●		
	Smoked salmon florentine	●		●	●		T			●		●	●	
	Hummus toast (app only)	●		T			T				T	●		
<b>HOUSE SPECIALS</b>	Breakfast "tostada"			●									●	●
	Matcha pistachio pancakes	T		●			●			●	T		●	
	Breakfast burrito	●								●			●	●
<b>BOWLS</b>	XL yogurt with fresh fruit					T	1			●	T	●		
	Blueberry chia-pudding	T								●	T	●	●	
	Protein-power overnight oats	T								●	T	●		●
	Açaí bowl			T						●	T	●	T	
<b>EXTRAS</b>	Ous remenats amb dukkah / Scrambled eggs			●						●				
	Ou escalfat / Poached egg			●										
	Granola keto / Keto granola			T						●	T	●	T	
	Salmó fumat / Smoked salmon				●									
	Formatge halloumi / Grilled halloumi cheese						●							
	Alvocat / Avocado													
	Doble pa / Double bread	●		T			T			T		T		

<sup>1</sup> Segons el tipus de iogurt, conté: iogurt grec, lactosa; iogurt de coco, soja. / <sup>T</sup> Indica **traces** no intencionades de l'al·lèrgen segons la informació dels nostres proveïdors. Tot i que apliquem mesures de control i bones pràctiques d'higiene, pot produir-se **contaminació creuada** durant la preparació dels plats.

<sup>1</sup> Depending on the type of yogurt, it contains: Greek yogurt, lactose; coconut yogurt, soy. / <sup>T</sup> Indicates the possible unintentional **presence** of an allergen, based on information provided by our suppliers. Although we apply control measures and good hygiene practices, **cross-contamination** may occur during the preparation of dishes.

# AL·LÈRGENS & MACROS DRINKS.

Allergens & Macros Drinks 2026.

	Api / Celery	Gluten	Crustacis / Crustaceans	Ous / Eggs	Peix / Fish	Tramussos / Lupin	Llet / Milk	Mol·luscos / Molluscs	Mostassa / Mustard	Fruits secs / Nuts	Cacauets / Peanuts	Sèsam / Sesame	Soja / Soy	Sulfits / Sulphites
<b>WINTER WARMERS</b>	Matcha coconut cloud													
	Espresso coconut cloud													
	Pistacho latte		1				1			●	T		1	
	Ube collagen glow		1				1			1			1	
	Protein cold foam						1							
	Protein matcha cold foam						1							
<b>SHAKERS</b>	Iced vanilla matcha latte		1				1			1			1	
	Red berry shaker		1				1			1			1	
	Iced matcha latte		1				1			1			1	
	Fruit matcha latte		1				1			1			1	
<b>VINS / WINES</b>	Le naturel													
	Le naturel blanco													
	Volador													●
	Volador blanc													●

<sup>1</sup> Segons el tipus de llet o beguda vegetal, conté: llet de vaca, lactosa; beguda d'ametlla, fruits de pela; beguda de civada, gluten; beguda de soja, soja. / <sup>T</sup> Indica **traces** no intencionades de l'al·lergen segons la informació dels nostres proveïdors. Tot i que apliquem mesures de control i bones pràctiques d'higiene, pot produir-se **contaminació creuada** durant la preparació dels plats.

<sup>1</sup> Depending on the type of milk or plant-based drink, it contains: cow's milk, lactose; almond drink, nuts; oat drink, gluten; soy drink, soy. / <sup>T</sup> Indicates the possible unintentional **presence** of an allergen, based on information provided by our suppliers. Although we apply control measures and good hygiene practices, **cross-contamination** may occur during the preparation of dishes.

# AL·LÈRGENS & MACROS HONEST BITES

Allergens & Macros  
Honest Bites 2026.

	Api / Celery	Gluten	Crustacis / Crustaceans	Ous / Eggs	Peix / Fish	Tramussos / Lupin	Llet / Milk	Mol·luscos / Molluscs	Mostassa / Mustard	Fruits secs / Nuts	Cacauets / Peanuts	Sèsam / Sesame	Soja / Soy	Sulfits / Sulphites
<b>HONEST BITES</b> Chocolate chip cookie				T						T			T	
Cookie de gerds i festuc / Raspberry and pistachio cookie										●	T		T	
Yellow carrot chai cake				T						●	T		T	
Marbled chocolate and tahini cake with coffee glaze				T						●		●	T	●
Banana bread				T						●	T			
Shoyu pecan pie										●			●	
Miso koji apple pie		T		T						●	T		●	
Chocolate avocado mousse with olive oil & maldon salt				T						●			●	
Pistachio matcha overnight protein oats			T		T					●	T		T	
Raw chocolate duo		T		T						●	T			
Raw maca coconut bar				T						●	T		●	
Lime pistachio bar with raspberry white chocolate				T						●	T		T	●
Orange protein power				T						●	T		T	●
Matcha protein power		T		T						●	T		T	
Cocoa protein power										●	T	●		
Pesto veggio tofu				●						●		●	●	
Breakfast egg gouda				●			●			●		●	●	
Chicken harissa club				●			●		●	●		●	●	●

<sup>T</sup> Indica **traces** no intencionades de l'al·lergen segons la informació dels nostres proveïdors. Tot i que apliquem mesures de control i bones pràctiques d'higiene, pot produir-se **contaminació creuada** durant la preparació dels plats.

<sup>T</sup> Indicates the possible unintentional **presence** of an allergen, based on information provided by our suppliers. Although we apply control measures and good hygiene practices, **cross-contamination** may occur during the preparation of dishes.