

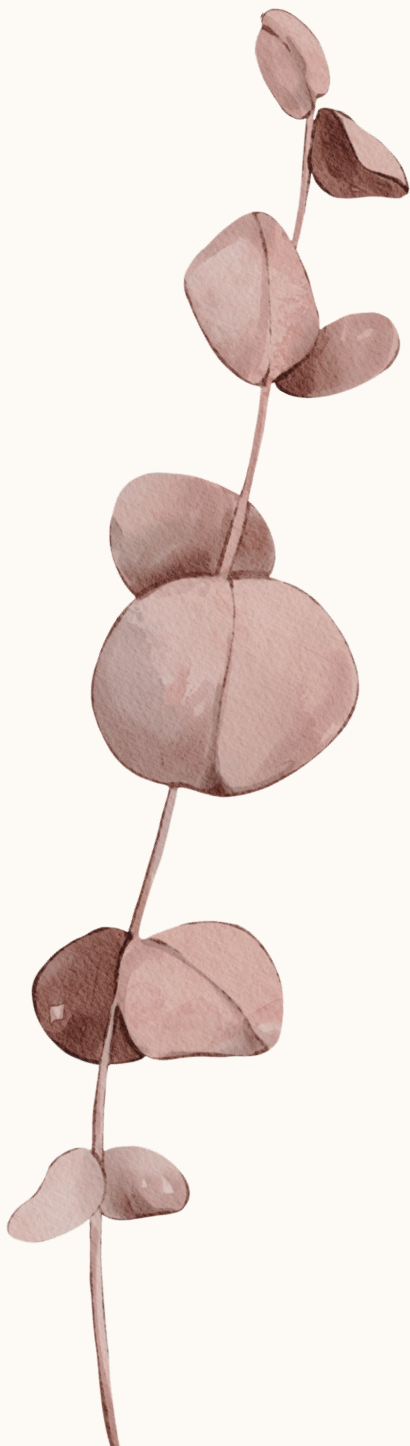


EL JARDÍN DE BMUM

Carta







Bienvenid@

Un espacio acogedor, donde el ritmo se adapta a ti y cada detalle invita a sentirte como en casa. Aquí, todo está pensado para que disfrutes con calma, sin prisas y con la calidez de siempre.



Contiene Soja



Contiene lácteos



Contiene frutos secos



Contiene nueces



Contiene apio



Contiene gluten



Contiene pescado



Contiene huevo



Contiene mostaza



Contiene sésamo



Bebidas calientes

Cafés



De especialidad, tostado con esmero y preparado en nuestra cafetera La Marzocco para una experiencia única. Origen: Nicaragua.

Espresso Café italiano intenso y con cuerpo.	€2.90
Americano Suave y equilibrado, ideal para disfrutar lentamente.	€2.90
Cortado Espresso con un toque de leche para un balance perfecto.	€2.90
Café con leche Espresso con leche al vapor, cremoso y delicioso.	€3.20
Doble carga Para los que necesitan un extra de energía.	€3.20
Capuchino con cacao Espuma aterciopelada con un toque de cacao.	€4.20
Caramelo latte Dulce y sedoso con un toque de caramelo.	€4.20
Bombón Un capricho dulce con leche condensada.	€4.20
Iced coffee Refrescante y con mucho sabor.	€3.90
Vaso de leche Fría o caliente - Solo o con Cola Cao. + 1€	€1.80



Infusiones especiales y té

Frutos rojos · Manzanilla · Menta poleo · Rooibos Aromáticos y relajantes.	€3.20
Chai latte Mezcla de especias con leche espumosa	€4.20
Matcha latte · Receta secreta by Noe Verde vibrante y antioxidante. + Mango y fruta de passion 1,10€	€5.40
Té verde Ligero y refrescante, ideal para revitalizarse.	€3.20
Té rojo Profundo y terroso con propiedades depurativas.	€3.20

*LECHES Y BEBIDAS VEGETALES: elige entre leche normal, sin lactosa, semidesnatada, desnatada.
Avena, soja, almendra y coco €0.60*



Bebidas frías

Refrescantes

Agua mineral Ligera y pura.	€2.50
Agua Solán de Cabras Agua mineral premium.	€2.80
Agua con gas Ligera y refrescante.	€3.00
Refrescos Coca-Cola · Aquarius · y más...	€3.50
Kombucha Fermentada de manera natural, llena de probióticos.	€5.00

Smoothies

Elige: bebida vegetal o leche.

Tropical Sweets Mango, fresa, arándanos y frambuesa.	€6.00
The Little Smoothie Plátano, fresa y/o cacao.	€6.00
Oreo & Lotus Cremoso con galletas Oreo y Lotus.    	€6.00
Fruits Détox Manzana verde, espinacas, kiwi y piña.	€6.00

Añade proteína por +€2.90

Zumos naturales

Naranja natural Exprimido al momento, pura fresca.	€4.80
Bbum special Mezcla tropical de naranja, frambuesa y mango.	€4.80
Limonada fresca Toque cítrico con jengibre y hierbabuena.	€4.80
Baby orange Zanahoria, naranja, jengibre y chía, un extra de vitamina.	€4.80

Batido proteico by Vikkikos

** Proteína Grow*

Sabores: choco salado, mokka frappe y frutos del bosque con yogur griego.	€5.50
---	-------



*Extras (+1.50€): Mantequilla de
almendra/cacahuete, leche o bebida vegetal, cacao
puro o fruta fresca.*

Antojos salados

Nuestras tostas

Tostada de masa madre

€4.80

Crujiente y dorada, acompáñala con:

Tomate natural triturado y AOVE o Mantequilla con mermelada/miel

Añade jamón ibérico +4.00€

Tostada con mousse de aguacate

€6.50

Untuoso aguacate con un toque de limón, ideal para combinar con:

Jamón cocido Ferrarini, huevo poché o revuelto +2.90€ 

Salmón ahumado 4.10 € 

Tostada con queso cottage & tomates cherry

€5.40

Queso cottage cremoso con tomates cherry asados, albahaca y rúcula 

Opción dulce: con fresitas estofadas y frambuesa fresca - €5.40



Nuestros sándwiches:

Croissant & jamón york

€5.25

Croissant crujiente relleno de jamón cocido Ferrarini y queso fundido.   

Focaccia & jamón trufado

€6.90

Pan de focaccia con tomates secos, jamón trufado y queso fundido.  

Pan de cristal & pollo

€6.90

Delicado pan de cristal con pollo asado, manzana, cebolla caramelizada y salsa de curry y mango.    

Brioche y pastrami

€8.90

Pan brioche tierno con pastrami La Finca, queso fundido, pepinillos, cebolla encurtida, espinacas y salsa de mostaza y miel.   

Bagel & salmón

€9.50

Bagel con queso crema a las finas hierbas, salmón ahumado, aguacate, rúcula y canónigos con salsa de queso.    



Antojos salados

Ensaladas

Ensalada Bmum

Colorida combinación de verduras asadas, brotes tiernos y garbanzos con pollo asado o salmón ahumado, todo aderezado con un delicado aceite de albahaca. 

€12.50

Ensalada César de pollo

Crujiente lechuga iceberg con trozos de pollo empanado y horneado, picatostes crujientes, lascas de parmesano y una irresistible salsa César.   

€13.50

Ensalada de pasta con pesto

Pasta al dente con mozzarella fresca, tomates cherry, bimi y una deliciosa salsa pesto, con opción de añadir pollo o atún.  

€13.50

Ensalada de temporada

Lechuga roble de invierno con pollo asado, aguacate cremoso, picatostes dorados, tomate seco, aceitunas negras, lascas de parmesano y huevo poché.   

€13.50

Ensalada de pera y nueces

Pera asada en su punto justo de dulzura, sobre una cama de brotes tiernos, con queso feta desmenuzado, nueces tostadas y un ligero toque de miel.  

€13.50



Poke bowls

Poke Japón

Exquisito arroz de sushi con aguacate cremoso, cebolla morada, edamame y alga wakame. Acompañado de salmón ahumado previamente macerado y un toque de salsa ponzu.  

€14.90

Poke Hawái

Mezcla de arroz, mango jugoso, maíz dulce, aguacate y zanahoria rallada. Con tiernos trozos de pollo, cebolla frita crujiente (opcional), lombarda salteada y una irresistible salsa mirin con mayonesa kimuchi.  

€14.90

Poke Marruecos

Garbanzos especiados con falafel crujiente, cebolla roja, zanahoria encurtida y hummus cremoso. Servido con salsa tahini y pan de pita (opcional). 

€14.90

Poke Italia

Base de quinoa combinada con queso mozzarella o feta, cebolla encurtida, tomates cherry y vinagre balsámico. Acompañado de calabaza asada y frambuesas frescas para un toque dulce. 

€14.90

Extra de pan de pita para acompañar disponible + €1.80

Pregunta por nuestros fuera de carta y opciones para llevar.

Todos los productos son pasteurizados y previamente congelados.

Pan sin gluten disponible (The Leon Baker). + €1.00

Las medias raciones tendrían un coste del 60%.



Antojos dulces

Dulces

Bizcocho de Zanahoria

€3.90

Esponjoso y especiado. Opción sin gluten.  

Llévalo entero por €12

Cookie artesana

€3.90

Crujiente y chocolatosa. Opción sin gluten.    

Crepes con Nutella y frutas frescas

€5.90

Finas y suaves, una delicia.    

Gofres belgas

€5.90

Con nata, frutas, Nutella , chocolate o dulce de leche.   

Yogur griego Pastoret con granola y fruta

€6.50

Cremoso y equilibrado. 





