

FLAX & KALE



LONGER · EAT BETTER · BE HAPPIER · LIVE LONGER

The logo is a circular emblem with a light blue-to-white gradient background. In the center is a large, bold, black ampersand symbol (&). The text "LONGER · EAT BETTER · BE HAPPIER · LIVE LONGER" is arranged in a circle around the ampersand, following the curve of the inner edge of the circle. The text is in a clean, sans-serif font.

Cafè / Begudes / Drinks

(CAT / ENG)

Eat Better Be Happier Live Longer[®]

FLAX & KALE és un Restaurant Healthy Flexitarià. Tots els plats estan dissenyats pensant no solament en el plaer gastronòmic, sinó també en el seu valor nutricional. Un 80% de la nostra oferta és plant-based i el 20% restant són receptes que inclouen peix blau. Actualment existeixen molt pocs dubtes respecte a la correlació entre una alimentació sana i un estat de salut lliure de malalties. Volem alimentar-te millor per tal que siguis més feliç i aconseguis viure més anys amb una salut de ferro.

Benvinguts al fascinant món de l'alimentació Saborosa + Sana + Sostenible!

**No podem garantir l'absència de contaminació creuada. Si ets al·lèrgic o intolerant a qualsevol tipus d'aliment, si us plau fes-nos-ho saber.*

FLAX & KALE is a Healthy Flexitarian Restaurant. All the dishes are crafted not only to maximize the organoleptic pleasure, but also considering their nutritional value. 80% of our offer is plant-based and the remaining 20% are recipes that include oily fish. Increasingly, scientific evidence supports the correlation between a balanced diet and good health. We feel passionate about feeding you better thus you can be happier and live longer with an optimal health.

Welcome to the fascinating world of Tasty + Healthy + Sustainable food!

**We cannot guarantee the absence of cross contamination. If you have any food allergies or intolerances, please notify our team.*

Wellness Smoothies

ELS NOUS SMOOTHIES DE FLAX&KALE ESTAN DISSENYATS PER APORTAR-TE DIFERENTS FUNCIONALITATS (CONCENTRACIÓ, APORTACIÓ PROTEICA, MILLORA IMMUNOLÒGICA, ETC.) I AIXÍ AJUDAR-TE A ACONSEGUIR UNA MILLOR VERSIÓ DE TU MATEIX.

THE NEW FLAX&KALE SMOOTHIES ARE DESIGNED TO PROVIDE YOU WITH DIFFERENT FUNCTIONALITIES (CONCENTRATION, PROTEIN INTAKE, IMMUNE IMPROVEMENT, ETC.) TO HELP YOU ACHIEVE A BETTER VERSION OF YOURSELF.

ACTIVATION & CLARITY SMOOTHIE | 5,95€ (PB) (NEW!)

escuma de cafè especiada + cacau cru en pols + sucre de coco + xarop d'auró + mantega d'avellana + llet de civada + plàtan + maca + melena de león
spiced coffee foam + raw cocoa powder + coconut sugar + maple syrup + hazelnut butter + oat milk + banana + maca + lion's mane

PROTEIN ALL BLACK SMOOTHIE | 5,95€ (PB) (NEW!)

plàtan + pinya + avocat + mantega de cacauet + proteïna vegana + llet de civada + carbó activat + llet de coco + vainilla
banana + pineapple + avocado + peanut butter + plant based protein + oat milk + activated charcoal + coconut milk + vanilla

GLOW SKIN BEAUTY SMOOTHIE | 6,95€ (NEW!)

maduixes + gerds + plàtan + avocat + llet d'ametlles + col·lagen marí + xarop d'auró + estèvia + àcid hialurònic
strawberries + raspberries + banana + avocado + almond milk + marine collagen + maple syrup + stevia + hyaluronic acid

INMUNITY BOOSTER SMOOTHIE | 5,95€ (PB) (NEW!)

mango + pinya + llet de coco + cúrcuma + gíngebre + pithaya + espirulina blava + iogurt de coco casolà
mango + pineapple + coconut milk + turmeric + ginger + pithaya + blue spirulina + homemade coconut yogurt

ANTIAGING VITAMIN C SMOOTHIE | 5,95€ (NEW!)

papaia + mango + mel + suc de taronja + arç groc + acerola + julivert + kiwi + maduixa
papaya + mango + honey + orange juice + sea buckthorn + acerola + parsley + kiwi + strawberry

AFEGEIX / ADD :

VEGAN PROTEIN	+ 1€	MARINE COLLAGEN*	+ 1,5€
MACA	+ 1€	*sense sabor ni olor :-) / *no taste or smell :-)	
HYALURONIC ACID	+ 2€	MELENA DE LEÓN / LION'S MANE	+ 1,5€

Café & Te

MATCHA LATTE | 3,95€

ICED MATCHA LATTE | 3,95€

CHAI TEA LATTE | 3,95€

ICED CHAI TEA LATTE | 3,95€

GOLDEN MILK | 3,95€ (NEW!)

CACAO | 3,95€ (NEW!)

TE NEGRE | 2,60€

TE VERD | 2,60€

ROOIBOS | 2,60€

ENERGISING | 2,60€

INMUNITY UP | 2,60€

DIGESTIU | 2,60€

☕ ESPRESSO | 1,90€

☕ AMERICÀ | 1,90€

☕ TALLAT | 2,10€

☕ CAFÈ AMB LLET / CAPUCCINO | 2,40€

☕ LATTE | 2,60€

☕ FLAT WHITE | 2,60€

Drink Better, Drink Kombucha.

PASSION COLADA

maracuià + pinya + coco
passion fruit + pineapple + coconut

BLUE MOJITO

yuzu + espirulina + menta
yuzu + spirulina + mint

AFRICAN MULE

gingebre + hibisc + taronja
ginger + hibiscus + orange

WONDER BERRY

gerds + nabius
raspberries + blueberries

SPICY MARGARITA

llima-llimona + coriandre + jalapeny
lemon-lime + cilantro + jalapeño



DRAGON LEMONADE

pitaia + llima + llimona
pitaya + lime + lemon

ORANGE FANTASY

taronja + llimona
orange + lemon

LEMON FANTASY

llima + llimona
lime + lemon

KOMBUCOLA

fórmula secreta
secret formula

SEX ON THE PEACH

préssec + taronja + llimona
peach + orange + lemon

Aigües i refrescos casolans

PURIFIED WATER | 1,95€

VICHY CATALÁN | 2,60€

COCO JOVE SENCER | 5,95€

LLIMONADA GRANITZADA HOMEMADE | 4,50€

suc de llimona + xarop d'atzavara + aigua d'osmosi / *lemon juice + agave syrup + osmosis water*

Sucs Cold Press

GREEN LOVE | 4,95€

poma + espinacs + cogombre + llimona + julivert + kiwi + gíngebre
apple + spinach + cucumber + lemon + parsley + kiwi + ginger

GREEN MEDICINE | 4,95€

pera + raïm + cogombre + espinacs + col arriçada + julivert + kiwi + llimona
pear + grape + cucumber + spinach + kale + parsley + kiwi + lemon

FOREVER YOUNG | 4,95€

pastanaga + poma + raïm + pinya + taronja
carrot + apple + grape + pineapple + orange

PASSION GRAPEFRUIT | 4,95€

mandarina + poma + aranja + maduixa + fruita de la passió + gíngebre
tangerine + apple + grapefruit + strawberry + passion fruit + ginger

VIRUS KILLER | 4,95€

pera + infusió d'herbes (farigola, marialluïsa, te de roca) + llimona
pear + herbal infusion (thyme, lemon verbena, rock tea) + lemon

THE VEGAN VAMPIRE | 4,95€

pastanaga + poma + remolatxa + pinya + taronja + gíngebre + llimona
carrot + apple + beetroot + pineapple + orange + ginger + lemon

ORANGE JUICE | 4,50€

Cava

CASTELO DE PEDREGOSA CLOS DE BLANCS (DO CAVA) | 19,50€ (COPA 4,75€)
xarel.lo + macabeu + perellada

CASTELO DE PEDREGOSA PETIT CUVÉE ROSÉ (DO CAVA) | 21,95€ (COPA 5,25€)
trepat + pinot noir

CAVA 0,0 TORRES | 22,50€
moscatell d'Alexandria

GRAMONA BRUT IMPERIAL (DO CAVA) | 29,95€
macabeu + chardonnay

Cervesa / Beer

CANYA ESTRELLA DAMM CLÀSSICA | 2,60€^(20CL) / 3,10€^(33CL) / 6,25€^{JARRA}
CLARA HOUSEMADE (amb lemon Kombucha) | 2,60€^(20CL) / 3,10€^(33CL) / 6,25€^{JARRA}
INEDIT DAMM | 4,75€^(33CL)
FREE DAMM 0% | 3,10€^(33CL)
DAURA GLUTEN FREE | 3,70€^(33CL)

Mocktails & Cocktails

SPICY MARGARITA | 11,00€
kombutxa Spicy Girl + Tequila Silver Patrón + llima + xarop d'atzavara + coriandre + salsa picant
Spicy Girl kombucha + Patrón Silver Tequila + lime + agave syrup + cilantro + hot sauce

F&K SPRITZ | 10,00€
kombutxa Orange Fantasy + Martini Fiero + pomelo + Prosecco + pomelo rosa
Orange Fantasy kombucha + Martini Fiero + grapefruit + Prosecco + pomelo rosa

PASSION PUNCH | 10,00€
kombutxa Symbiotic Passion + Bacardi black card rum + Gardeum + mango + pinya + llima
Symbiotic Passion kombucha + Bacardi black card rum + Gardeum + mango + pineapple + lime

BLUE MOJITO | 12,00€
Blue Mojito kombutxa + Bacardí carta blanca rom + aigua de coco + menta + llima
Blue Mojito kombucha + Bacardí carta blanca rum + Coconut Water + Mint + Lime

PINK LEMONADE | 12,00€
Dragon Lemonade kombutxa + Bombay Bramble Gin + suc de llima + litxi + llima
Dragon Lemonade kombucha + Bombay Bramble Gin + lime juice + lichi + lime

BLOODY MARY | 8,50€
suc de tomàquet + Vodka Grey Goose + llima + api + salsa picant + salsa casolana vegana Perrins
tomato juice + Grey Goose vodka + lime + celery + hot sauce + Perrins vegan homemade sauce

BEYOND MIMOSA | 5,50€
cava + kombutxa

MOCKTAIL BLUE MOJITO | 7,00€
Mojito Blau kombutxa + aigua de coco + menta + llima
Kombucha Blue Mojito + coconut water + mint + lime

MOCKTAIL PINK LEMONADE | 7,50€
Dragon Lemonade kombutxa + suc de llima + litxi + llima
Dragon Lemonade kombucha + lime Juice + lychee + lime

Vi Blanc / White Wine

BLANCO FLAX&KALE (DO PENEDES) | 16,95€ (COPA 3,95€)
garnatxa blanca + macabeu + muscat de Frontignan

PERPLEJO (DO RUEDA) | 18,95€ (COPA 4,50€)
verdejo

CELESTE (DO RUEDA) | 18,95€
verdejo

JEAN LEON (DO PENEDES) | 19,50€
chardonnay

GESSAMÍ (DO PENEDES) | 22,00€
sauvignon blanc + muscat

NATUREO 0,0 | 17,95€
moscatell d'Alexandria

PAZO DAS BRUXAS (DO RÍAS BAIXAS) | 21,5€
albariño

Vi Rosat / Rosé Wine

JEAN LEON (DO PENEDES) | 19,50€
pinot noir + garnatxa tinta

Vi Negre / Red Wine

TINTO FLAX&KALE (DO PENEDES) | 16,95€ (COPA 3,95€)
tempranillo + garnatxa negra

REBELDES (DO MONTSANT) | 18,95€ (COPA 4,50€)
garnatxa negra + syrah

ÁNIMA DEL PRIORAT (DO PRIORAT) | 21,50€
cariñena + garnatxa + syrah + cabernet sauvignon

MALPASTOR (DO RIOJA) | 18,95€
tempranillo

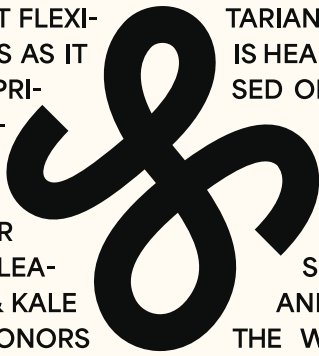
NATUREO 0,0 | 17,95€
syrah

SER VIVO Y NATURAL (DO RIBERA DEL DUERO) | 18,50€
tinta fina

ARTUKE (DO RIOJA) | 18,50€
tempranillo + viura

FLAX

WELCOME TO THE WORLD'S FIRST FLEXI-
EXPERIENCE THAT'S AS DELICIOUS AS IT
GASTRONOMIC OFFERING COMPRI-
20% HIGH-QUALITY ANIMAL PRO-
FOR OPTIMAL NUTRITIONAL
EVERY BITE, ALL WITHIN AN ELE-
PROUDLY STAY TRUE TO OUR
WHICH IS ROOTED IN HEALTH, PLEA-
COMMITMENT. JOIN US AT FLAX & KALE
NOURISHES YOUR BODY AND HONORS



TARIAN RESTAURANT. WE'VE CRAFTED AN
IS HEALTHY. OUR APPROACH RESULTS IN A
SED OF 80% PLANT-BASED RECIPES AND
TEINS. EACH MEAL IS DESIGNED
VALUE, MAXIMIZING FLAVOR IN
GANT AND FRESH SPACE. WE
FAMILY CULINARY HERITAGE,
SURE, INNOVATION, BALANCE, AND
AND EMBRACE A LIFESTYLE THAT
THE WORLD AROUND YOU. **EAT BETTER®**

KALE