

FLAX & KALE



Café / Bebidas / Drinks

(CAST / ENG)

Eat Better Be Happier Live Longer®

FLAX & KALE es un Restaurante Healthy Flexitariano. Todos los platos están diseñados pensando no sólo en el mero placer gastronómico, sino también en su valor nutricional. Un 80% de nuestra oferta es plant-based y el restante 20% son recetas que incluyen pescado azul. Pocas dudas existen hoy en día respecto a la correlación entre una alimentación sana y un estado de salud libre de enfermedad. Queremos alimentarte mejor para que tú seas más feliz y logres vivir más años con una salud de hierro.

¡Bienvenidos al fascinante mundo de la alimentación Sabrosa + Sana + Sostenible!

**No podemos garantizar la ausencia de contaminación cruzada. Si usted es alérgico o intolerante a cualquier tipo de alimento, por favor informe al personal de sala.*

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

LOS NUEVOS SMOOTHIES DE FLAX&KALE ESTÁN DISEÑADOS PARA APORTARTE DIFERENTES FUNCIONALIDADES (CONCENTRACIÓN, APORTE PROTEICO, MEJORA INMUNOLÓGICA, ETC.) PARA AYUDARTE A CONSEGUIR UNA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO.

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!)

espuma de café especiado + cacao raw en polvo + azúcar de coco + sirope de arce + mantequilla de avellanas + leche de avena + plátano + 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!)

plátano + piña + aguacate + peanut butter + plant based protein + leche de avena + carbón activo + leche 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!)

fresas + frambuesas + plátano + aguacate + leche de almendras + colágeno marino + sirope de arce + estevia + ácido hialurónico
strawberries + raspberries + banana + avocado + almond milk + marine collagen + maple syrup + stevia + hyaluronic acid

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

mango + piña + leche de coco + turmeric + jengibre + pitaya + espirulina azul + yogur casero de coco
mango + pineapple + coconut milk + turmeric + ginger + pitaya + blue spirulina + homemade coconut yogurt

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

papaya + mango + miel + zumo de naranja + espinillo amarillo + acerola + perejil + kiwi + fresa
papaya + mango + honey + orange juice + sea buckthorn + acerola + parsley + kiwi + strawberry

AÑADE / ADD :

VEGAN PROTEIN	+ 1€	MARINE COLLAGEN*	+ 1,5€
MACA	+ 1€	<i>*sin sabor ni olor :-)</i> / <i>*no taste or smell :-)</i>	
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!)

TÉ NEGRO | 2,60€

TÉ VERDE | 2,60€

ROOIBOS | 2,60€

ENERGISING | 2,60€

INMUNITY UP | 2,60€

DIGESTIVO | 2,60€

☕ ESPRESSO | 1,90€

☕ AMERICANO | 1,90€

☕ CORTADO | 2,10€

☕ CAFÉ + LECHE / CAPUCCINO | 2,40€

☕ LATTE | 2,60€

☕ FLAT WHITE | 2,60€

Drink Better, Drink Kombucha.

PASSION COLADA

maracuyá + piña + coco
passion fruit + pineapple + coconut

BLUE MOJITO

yuzu + espirulina + menta
yuzu + spirulina + mint

AFRICAN MULE

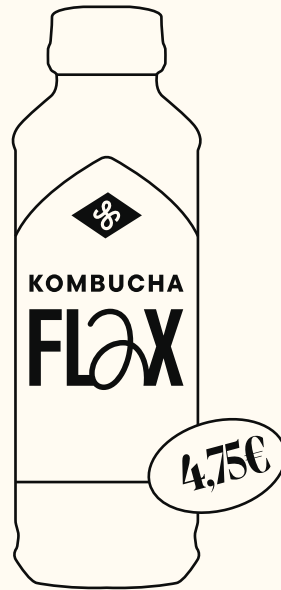
jengibre + hibiscus + naranja
ginger + hibiscus + orange

WONDER BERRY

frambuesas + arándanos
raspberries + blueberries

SPICY MARGARITA

lima-limón + cilantro + jalapeño
lemon-lime + cilantro + jalapeño



DRAGON LEMONADE

pitaya + lima + limón
pitaya + lime + lemon

ORANGE FANTASY

naranja + limón
orange + lemon

LEMON FANTASY

lima + limón
lime + lemon

KOMBUCOLA

fórmula secreta
secret formula

SEX ON THE PEACH

melocotón + naranja + limón
peach + orange + lemon

Aguas y refrescos caseros

PURIFIED WATER | 1,95€

VICHY CATALÁN | 2,60€

COCO JOVEN ENTERO | 5,95€

LIMONADA GRANIZADA HOUSEMADE | 4,50€

zumo de limón + sirope de agave + agua osmotizada / *lemon juice + agave syrup + osmosis water*

Zumos Cold Press

GREEN LOVE | 4,95€

manzana + espinacas + pepino + limón + perejil + kiwi + jengibre /
apple + spinach + cucumber + lemon + parsley + kiwi + ginger

GREEN MEDICINE | 4,95€

pera + uva + pepino + espinacas + kale + perejil + kiwi + limón /
pear + grape + cucumber + spinach + kale + parsley + kiwi + lemon

FOREVER YOUNG | 4,95€

zanahoria + manzana + uva + piña + naranja /
carrot + apple + grape + pineapple + orange

PASSION GRAPEFRUIT | 4,95€

mandarina + manzana + pomelo + fresa + maracuyá + jengibre /
tangerine + apple + grapefruit + strawberry + passion fruit + ginger

VIRUS KILLER | 4,95€

pera + infusión de hierbas (tomillo, hierba luisa, té de roca) + limón
pear + herbal infusion (thyme, lemon verbena, rock tea) + lemon

THE VEGAN VAMPIRE | 4,95€

zanahoria + manzana + remolacha + piña + naranja + jengibre + limón
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 + macabeo + perellada

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

CAVA 0,0 TORRES | 22,50€
moscatel de Alejandría

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

Cerveza / Beer

CAÑA ESTRELLA DAMM CLÁSICA | 2,60€^(20CL) / 3,10€^(33CL) / 6,25€^{JARRA}

CLARA HOUSEMADE (con 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€

kombucha Spicy Girl + Tequila Patrón Silver + lima + sirope de agave + cilantro + salsa picante
Spicy Girl kombucha + Patrón Silver Tequila + lime + agave syrup + cilantro + hot sauce

F&K SPRITZ | 10,00€

kombucha Orange Fantasy + Martini Fiero + pomelo + Prosecco + pomelo rosa
Orange Fantasy kombucha + Martini Fiero + grapefruit + Prosecco + pomelo rosa

PASSION PUNCH | 10,00€

kombucha Symbiotic Passion + ron Bacardí carta negra + Gardeum + mango + piña + lima
Symbiotic Passion kombucha + Bacardi black card rum + Gardeum + mango + pineapple + lime

BLUE MOJITO | 12,00€

Kombucha Blue Mojito + ron Bacardí carta blanca + agua de coco + menta + lima
Blue Mojito Kombucha + Bacardi carta blanca rum + Coconut Water + Mint + Lime

PINK LEMONADE | 12,00€

kombucha Dragon Lemonade + Bombay Bramble Gin + zumo de lima + lichi + lima
Dragon Lemonade kombucha + Bombay Bramble Gin + lime juice + lichi + lime

BLOODY MARY | 8,50€

zumo de tomate + vodka Grey Goose + lima + apio + salsa picante + salsa Perrins vegana homemade
tomato juice + Grey Goose vodka + lime + celery + hot sauce + Perrins vegan homemade sauce

BEYOND MIMOSA | 5,50€

cava + kombucha

MOCKTAIL BLUE MOJITO | 7,00€

kombucha Blue Mojito + agua de coco + menta + lima
kombucha Blue Mojito + coconut water + mint + lime

MOCKTAIL PINK LEMONADE | 7,50€

kombucha Dragon Lemonade + zumo de lima + lichi + lima
Dragon Lemonade kombucha + lime Juice + lychee + lime

Vino Blanco / White Wine

BLANCO FLAX&KALE (DO PENEDES) | 16,95€ (COPA 3,95€)
garnatxa blanca + macabeo + 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€
moscatel de Alejandría

PAZO DAS BRUXAS (DO RÍAS BAIXAS) | 21,50€
albariño

Vino Rosado / Rosé Wine

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

Vino Tinto / Red Wine

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

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

ÁNIMA DEL PRIORAT (DO PRIORAT) | 21,50€
cariñena + garnacha + 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

SER EL PRIMER RESTAURANTE FLEXITA-
DESARROLLAR UNA EXPERIENCIA TAN
RESULTADO: UNA OFERTA GASTRO-
PLANT-BASED Y UN 20% DE PRO-
PLATOS DISEÑADOS A TRAVÉS
MAXIMIZANDO EL SABOR EN
ELEGANTE Y FRESCO; Y TODO ELLO
RIA FAMILIAR CENTRADA EN LA SALUD,
EQUILIBRIO Y EL COMPROMISO. ÚNETE
CIÓN SANA, PLENA Y SOSTENIBLE CON



RIANO DEL MUNDO NOS HA PERMITIDO
DELICIOSA COMO SALUDABLE. NUESTRO
NÓMICA CON UN 80% DE RECETAS
TEÍNA ANIMAL DE GRAN CALIDAD;
DE SU VALOR NUTRICIONAL,
CADA BOCADO, EN UN ESPACIO
SIN PERDER LA HERENCIA CULINA-
EL PLACER, LA INNOVACIÓN, EL
A FLAX & KALE Y SIGUE UNA ALIMENTA-
EL MUNDO QUE TE RODEA. **EAT BETTER®**

KALE