

sweet breakfast

desayuno dulce

FLAX & KALE

— street —

savoury breakfast

desayuno salado

smoothies helados saludables copa: 4.95€ | bowl: 6.95€

plant-based | raw | gluten-free | sin pasteurizar | sin lactosa

açaí ^{FS}

copa: açai do brasil + plátano + fresas + bebida casera de anacardos + sirope de agave + cañamones

bowl: + arándanos + crumble casero de castañas del brasil + bayas de goji

teresa's favourite smoothie ^{FS}

copa: leche vegetal casera de almendras + fresas + mantequilla de almendras + sirope de agave + vainilla

bowl: + teresa's original granola + frambuesa + granada

the rejuvenator! ^{FS}

copa: zumo de naranja + mango + piña + fresas + açai + bayas de Goji + chía + sirope de agave

bowl: + choconola + moras + phisalis

tropical superfoods ^{FS}

copa: leche vegetal de coco + plátano + papaya + mango + piña + maca + bayas de Goji + sirope de agave

bowl: + ketonola + kiwi



frutas y yogures plant-based

plant-based | gluten-free

market fruit salad ^{RF} | 4.50€

ensalada de fruta fresca según mercado

royal coconut milk parfait ^{FS} | 4.95€

yogur casero de leche de coco + granola casera + frutas del bosque + mermelada de fresa y ruibarbo

mango passion yoghurt ^{FS} | 4.95€

yogur casero de anacardos + mango + nata de coco

coco choco chia pot | 4.95€

bebida de soja + bebida de coco + cacao raw + chía + plátano + nata de coco



sweet specialties

r&b toast ^{PB} | 2.95€

brioche + mascarpone *plant-based* + mermelada de fresa y ruibarbo + arándanos



savoury specialties

plant-based 'bacon'n'cheese' bagel ^{PB} | 4.95€

bagel casero + "bacon" de coco joven + *plant-based* mascarpone + *plant-based* cheddar

avocado toast ^{PB} | 4.95€

pan de molde casero + aguacate + limón + lino + chía + cayena

extras avocado toast:

huevo de corral poché +1.00€

huevo de corral revuelto +1.00€

salmón salvaje de Alaska marinado* +2.95€

the scandal scramble | 4.95€

huevos de corral revueltos + champiñones

+ queso feta + espinacas + zanahorias + flauta con tomate



panes gluten-free

pulga salmon sashimi ^{OF | FS} | 3.50€

pulga con cereales y nueces + salmón sashimi salvaje de Alaska* + crema de guisantes + menta + ralladura piel de limón

pulga portobello ^{PB | FS} | 3.50€

pulga con cereales y nueces + seta portobello + espinacas + tomate seco + ricotta de anacardos y macadamia

pulga tuna ^{OF | FS} | 3.50€

pulga con cereales y nueces + hummus + espinacas + atún + mayonesa de soja

flauta gluten-free con tomate ^{PB} | 2.95€

pan + tomate + aceite de oliva virgen extra



weekend brunch solo sábados, domingos y festivos. ¡no te lo pierdas!

healthy veggie eggs benedict | 10.95€

housemade english muffin + boletus edulis + espinacas + huevo de corral estilo cometa + salsa holandesa *plant-based* trufada + zanahorias y alcachofas asadas

healthy eggs royale w/ alaskan wild salmon ^{OF} | 12.95€

housemade english muffin + salmon sashimi salvaje de Alaska* + huevo de corral estilo cometa + salsa holandesa *plant-based* al curry + zanahorias y alcachofas asadas



TODOS LOS PLATOS
SON GLUTEN-FREE

www.flaxandkale.com

PB | plant-based
RF | raw food
FS | frutos secos
OF | oily fish MSC

*Todo el pescado azul (salmón salvaje de Alaska, atún yellowfin y sardinas) está certificado con el sello de pesca sostenible MSC, ayudando a mejorar la salud de nuestros océanos

follow us: @flaxandkale

Eat better > Be happier > Live longer

coffee specialty

café de altísima calidad, sostenible y transparente

espresso

espresso 1.80€



18ml de café en taza
9gr de café

long black (americano) 2.30€



90ml de agua caliente extra
36ml de café en taza
18gr de café

regular filtered coffee

moccamaster extraction 2.00€



café de filtro de alta calidad, gran sabor y aroma, sólo para verdaderos apasionados

¡combina con tu bebida vegetal preferida!

para una experiencia de café superior, te recomendamos probar nuestras bebidas vegetales no pasteurizadas elaboradas de forma artesanal en nuestro obrador | gluten-free | lactose free | organic plant-based drinks

¿qué café te gustaría?

cortado



40ml de leche / bebida vegetal
18ml de café en taza
9gr de café

vaca / soja

avellana

coco avena

almendra
anacardo

2.00€

+0.20€

+0.20€

+0.20€

café con leche



120ml de leche / bebida vegetal
18ml de café en taza
9gr de café

2.20€

+0.40€

+0.40€

+0.40€

flat white



100ml de leche / bebida vegetal
36ml de café en taza
18gr de café

2.40€

+0.40€

+0.40€

+0.40€

latte



225ml de leche / bebida vegetal
18ml de café en taza
9gr de café

2.60€

+0.60€

+0.60€

+0.60€

Flax & Kale
Sustainable Program

adquiere una taza reusable F&K a precio de coste (2.95€) y cada vez que la presentes obtendrás un descuento de 0.50€ en todos los cafés

extra shot | +0.50€

tea world

+ añade una bebida vegetal

matcha latte	2.90€	+0.60€
chai tea latte	2.90€	+0.60€
verde (sencha)	2.50€	
rojo (pu erh)	2.50€	
negro (earl grey)	2.50€	

negro chai	2.50€
rooibos	2.50€
rooibos masai masala	2.50€
infusión digestiva	2.50€