



Carta

Entrantes

Crema de verdura de temporada	7 €
Caldo de pescado con toque picante	7 €
Sopa Miso con setas y algas	5 €
Humus de garbanzos de Muñoveros	6 €
Humus de garbanzos con remolacha de Cuellar	7 €
Surtido de quesos y/o embutidos regionales	10 €
Ensalada de temporada	8 €

Ración de pan ecológico con masa madre 1,5 €

Pasta*

Pasta al Pomodoro (salsa tomate auténtica)	8 €
Pasta al pesto casero	10 €
Pasta boloñesa con carne de ternera de La Losa	12 €
Pasta del chef (inspiración del momento)	11 €

* producción ecológica de Piñel de Abajo (Valladolid)

** opción de pasta sin gluten: suplemento de 2 €

Postres

Yogur ecológico con panela	4 €
Yogur ecológico con compota casera	6 €
Bizcocho del día	5 €
Batido de frutas de temporada y frutos secos	6 €
Fruta de temporada	6 €

Elaboramos los platos con productos **frescos, de temporada** y en gran mayoría, **locales y ecológicos.**

Todos los precios están con IVA incluido

Los MENÚS solo se servirán bajo reserva previa. Se componen de entrante, plato principal y postre. También incluyen agua filtrada, una ración de pan ecológico de masa madre y café/té/infusión. **Bebidas aparte.**

- **Menú vegano:** hacemos hincapié en las verduras, los cereales, las proteínas vegetales, los frutos secos y las algas 18 €
- **Menú vegetariano:** añadimos preparaciones a base de huevos y lácteos (quiche, revueltos, tortillas de avena...) 25 €
- **Menú carnívoro:** ofrecemos carne regional ecológica de primera calidad (conejo, cerdo, cordero, pollo, ternera) 25 €

Bebidas

Agua con aroma natural de arándano	1,5 €
Infusión fría de cúrcuma y jengibre	2 €
Cerveza Veer de Sebúlcór	3 € / 7,5 €
Vino ecológico de la casa	12 €
Vino rosado de Valtiendas	18 €
Vinos blancos y tintos sin filtrar de Microbio Wines (Nieva)	25 €
Té/Infusión	2 €
Café ecológico de comercio justo	2 €

Todas las bebidas son ecológicas.

Las Abesanas

Restaurante de un tenedor
Ecovatillas SL
Camino Otones de Benjumea
40393 Peñarrubias de Pirón

Tel: 654 02 58 31

Jueves a domingo y festivos

Comidas: de 14h a 16h30

Cenas: de 20h a 22h30