

Menú Largo

Entrante*
+
Principal
+
Pan
+
Bebida
+
Postre

13,80 €

*Dos principales suplemento + 1,00€

Menú Corto

~~Entrante~~
+
Principal
+
Pan
+
Bebida
+
~~Postre~~*

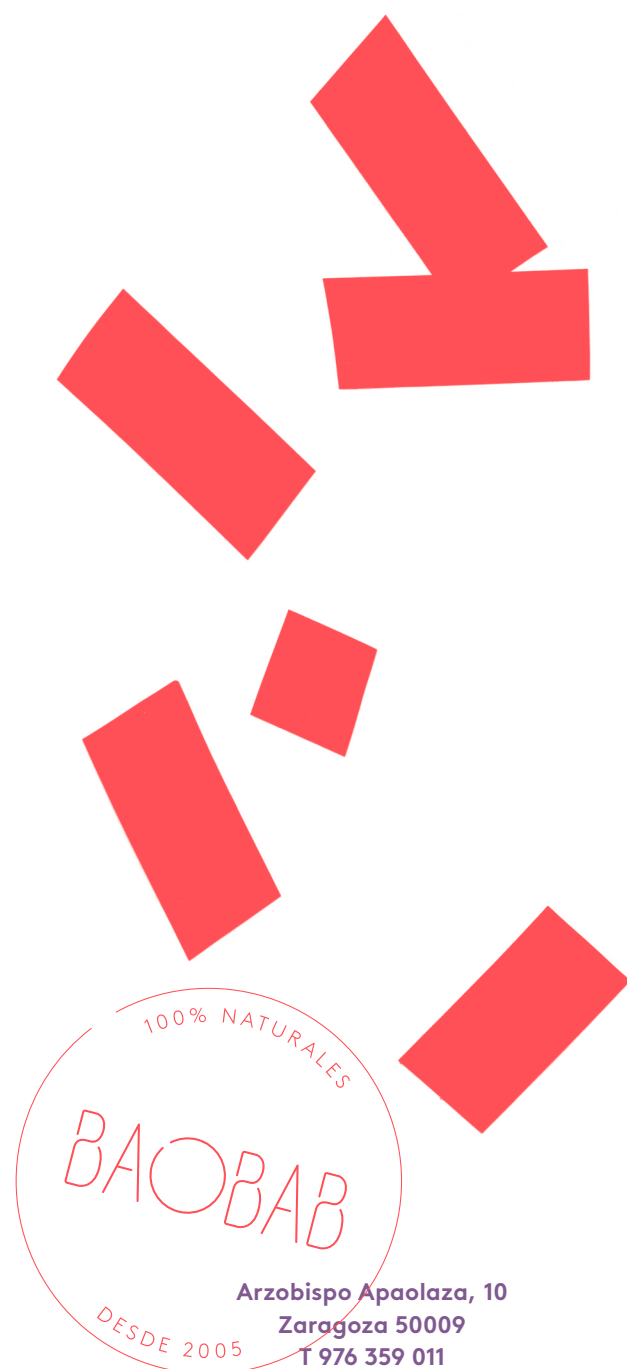
8,80 €

*Precio de Postre aparte + 2,50€

Mediodías de lunes a viernes laborales

Inspírate y comparte

Busca Restaurante Baobab
en Facebook e Instagram



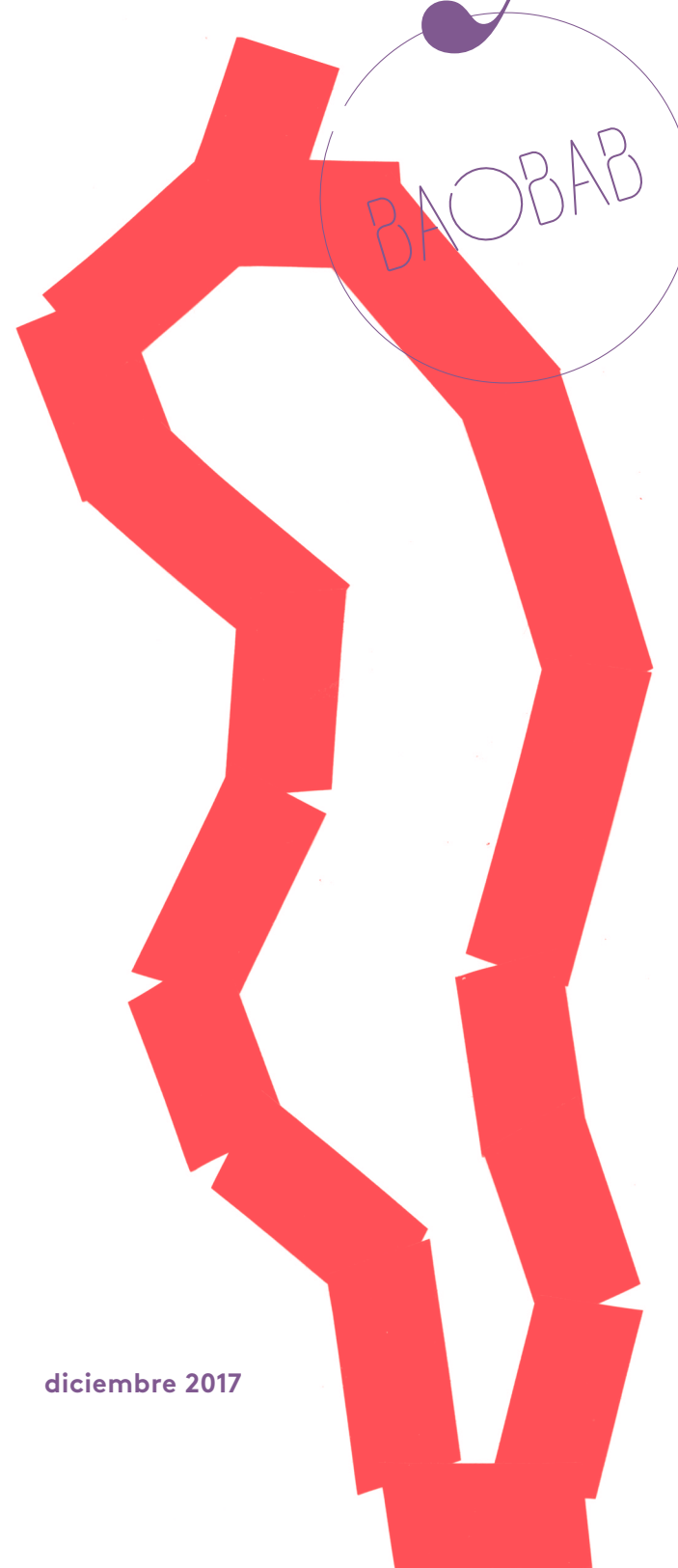
Arzobispo Apaolaza, 10
Zaragoza 50009
T 976 359 011

HORARIO

Lunes de 9:00 a 16:30h.
Martes a viernes de 9:00 a 23:30 h.
Sábado de 10:00 a 23:30 h.
Domingo de 10:00 a 16:30 h.

El #menúdehoy siempre al día en
restaurantebaobab.com

hoy



diciembre 2017

Jugar con la imaginación

Esta mañana he realizado un viaje insólito sin salir de mi ciudad, con el único equipaje de un bolígrafo y un pequeño cuaderno para tomar notas. Me acompañaba mi espíritu aventurero y una pactada visión de turista.

He subido al autobús con la pretensión de que me llevase a un barrio, sino del todo desconocido, sí en gran parte.

Observaba a las personas que subían y bajaban, me imaginaba sus vidas ocultas.

Con algunas había miradas de cierta complicidad, con otras de total indiferencia.

¿Qué fantasías tendrán? ¿Serán amantes? ¿Qué llevan en el bolso?

En segundos me he visto jugando con la imaginación, construyendo sus vidas.

Anotaba lo que despertaba en mi curiosidad, y al llegar a mi casa algo de ellos se había quedado en mí.

Pensaba si quienes ahora me están leyendo, se llevarán a sus casas ese poso que desde Baobab queremos transmitirles, el de un lugar donde todas las fantasías ocupan su espacio y en el que juntos construimos momentos de gran sabor.

Sean todos bienvenidos.

¡Qué aproveche!

4

8

Entrantes

○ ENSALADA

Ensalada con espinacas, boniato, aguacate y nueces con vinagreta de naranja (SG, V)

○ SOPA / CREMA

Crema de coliflor con crujiente de cebolla (OSG, V)

○ LEGUMBRE

Garbanzos con borraja y calabaza (SG, V)

Principales

○ VERDURA

Timbal de acelgas, patata, alcachofas y champiñón con "ali-oli" de pimientos (SG, V)

○ ARROZ / CEREALES

Hamburguesas de arroz y espinacas con salsa de champiñones y pimientos asados (SG, V)

○ PASTA

Raviolis de ricotta y espinacas con salsa panna-pesto

○ OTROS

Tatín de calabacines, espinacas, peras y Gorgonzola (OV)

Postres

○ TARTA

Bizcocho relleno de manzanas con nata y crema catalana quemada

FRUTA / YOGURT / KEFIR

- Arroz con leche y chocolate con mango caramelizado (SG, V)
- Batido de kéfir con frutas (SG)
- Yogurt de soja (SG, V)
- Fruta natural (SG, V)

11

15

Entrantes

○ ENSALADA

Coleslaw con zanahoria, manzana, apio y salsa de yogurt y nueces (OSG, OV)

○ SOPA / CREMA

Crema de calabaza e hinojo (SG, V)

○ LEGUMBRE

Alubias rojas con espinacas, boniato y tempeh crujiente (SG, V)

Principales

○ VERDURA

Montadito de escalibada con queso de cabra y salsa de olivas negras de Aragón (SG, OV)

○ ARROZ / CEREALES

Arroz caldoso con alcachofas, ajos tiernos y trigueros (SG, V)

○ PASTA

Spaghettini integrales al curry rojo con tofu, shitake y verduritas al wok (V)

○ OTROS

Pizza de espinacas, manzana y queso de cabra

Postres

○ TARTA

Brownie con helado de plátano y chocolate caliente (SG, OV)

FRUTA / YOGURT / KEFIR

- Flan de boniato y especias con peras al horno (SG, V)
- Batido de kéfir con frutas (SG)
- Yogurt de soja (SG, V)
- Fruta natural (SG, V)

18

22

Entrantes

○ ENSALADA

Ensalada con hinojo, naranja, remolacha y aguacate con aliño de zanahoria (SG, V)

○ SOPA / CREMA

Crema de boniato, peras y salvia (SG, V)

○ LEGUMBRE

Ensalada tibia de legumbres y setas con salsa tahín (SG, V)

Principales

○ VERDURA

Wok de verduras de temporada con tofu, shitake y salsa de soja y vino blanco (SG, V)

○ ARROZ / CEREALES

Guiso de setas con arroz integral (SG, V)

○ PASTA

Canelones de alcachofas con salsa Gorgonzola

○ OTROS

Albóndigas de mijo y zanahoria con salsa de curry, coco, jengibre y cacahuete (SG, V)

Postres

○ TARTA

Tarta melosa de chocolate y naranja (SG)

FRUTA / YOGURT / KEFIR

- Carpaccio de piña con helado de coco (SG, OV)
- Batido de kéfir con frutas (SG)
- Yogurt de soja (SG, V)
- Fruta natural (SG, V)

25

29

Entrantes

○ ENSALADA

Ensalada con escarola, berenjenas al horno y salsa romesco (OSG, OV)

○ SOPA / CREMA

Crema de zanahoria y naranja al toque de jengibre (SG, V)

○ LEGUMBRE

Lentejas estofadas con hinojo y chips de boniato (SG, V)

Principales

○ VERDURA

Pimientos del Piquillo rellenos de puerros y Emmental (SG)

○ ARROZ / CEREALES

Arroz al curry rojo con verduras salteadas, shitake y tofu crujiente (SG, V)

○ PASTA

Lasaña de alcachofas, espinacas y calabaza con bechamel de boletus (V)

○ OTROS

Burro rojo relleno de hummus, verduras al horno, aguacate, tomate fresco y espinacas (V)

Postres

○ TARTA

Bizcocho de nueces con helado de higos y chocolate caliente

FRUTA / YOGURT / KEFIR

- Minestrone aromático de frutas (SG, V)
- Batido de kéfir con frutas (SG)
- Yogurt de soja (SG, V)
- Fruta natural (SG, V)

Si tiene algún tipo de intolerancia o alergia comuníquelo a nuestro personal. Gracias.

(V) Plato apto para veganos — (OV) Opción vegana — (SG) Plato apto para celíacos — (OSG) Opción Sin Gluten