

Menú Largo

Entrante*
+
Principal
+
Pan
+
Bebida
+
Postre

14,30 €

*Dos principales suplemento + 1,00€

Menú Corto

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

9,30 €

*Precio de Postre aparte + 2,50€

Inspírate y comparte

Busca Restaurante Baobab
en Facebook e Instagram



hoy



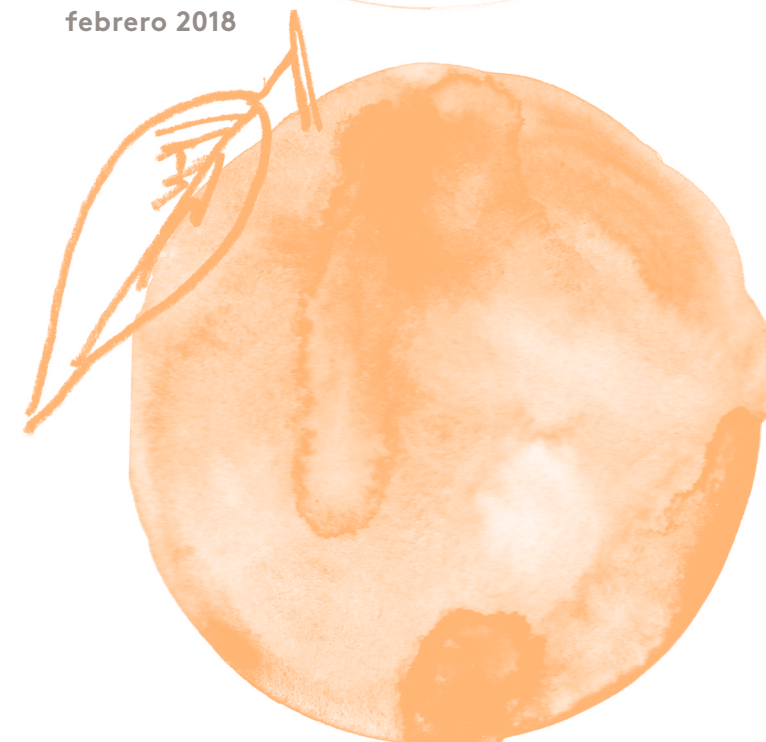
febrero 2018



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.



Me gusta y no me gusta 2

ME GUSTA tocar el piano cuando estoy sola, siento que me trasporta a un lugar que me acoge, me mece, me alimenta.

NO ME GUSTA que la gente me vea tocar porque entonces estoy más pendiente de hacerlo bien, de no equivocarme, pero sí me gusta que me escuchen.

ME GUSTA comer las patatas fritas con la mano, y no me refiero a las patatas de bolsa, no. Me refiero a las que pelamos, cortamos y freímos en la sartén. Me encanta cogerlas con mi pulgar e índice, elegir las menos tostadas, llevármelas a la boca y saborearlas. Saben mejor que con el tenedor. Saben mejor que las tertulias que ya no quiero ver en televisión, donde se ha puesto de moda gritar. Hablar bajo está mal visto, no está de moda, como comerse las patatas fritas con la mano.

NO ME GUSTA cuando alguien que está comiendo a mi lado, abre la boca de manera descarada y deja que veamos la comida triturada mezclada con su saliva. El mercado de pescado de Dakar tenía un olor tan fuerte que casi estaba permitido vomitar mientras paseabas, sin embargo, no había nadie masticando y exhibiendo sus dientes y su comida ensalivada.

ME GUSTA coger los higos directamente de las higueras, comérmelos y disfrutar su sabor y su aroma, me trasporta a la infancia. En casa de mi abuela había una higuera.

ME MOLESTA no poder sostener los silencios que me incomodan. Como cuando llevo vaqueros y me aprieta la cinturilla por culpa de estos kilos de más que me he echado después de dejar de fumar. Me incomodan porque mi respiración no fluye, como no fluye en los silencios contenidos.

5

9

Entrantes

○ ENSALADA

Ensalada con escarola, espinacas, peras y queso de cabra con aceite de avellanas (SG, OV)

○ SOPA / CREMA

Crema de champiñones al tomillo con picatostes (OSG, V)

○ LEGUMBRE

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

Principales

○ VERDURA

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

○ ARROZ / CEREALES

Paella de verduras y algas con arroz integral (SG, V)

○ PASTA

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

○ OTROS

Pastelitos de berenjenas y ajos tiernos

Postres

○ TARTA

Tarta melosa de chocolate y naranja

FRUTA / YOGURT / KEFIR

○ Crumble de manzana con helado de vainilla (SG, OV)

○ Batido de kéfir con frutas (SG)

○ Yogurt de soja (SG, V)

○ Fruta natural (SG, V)

12

16

Entrantes

○ ENSALADA

Ensalada con hinojo, manzana y berros con aliño de mandarina (SG, V)

○ SOPA / CREMA

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

○ LEGUMBRE

Garbanzos con borraja y calabaza (SG, V)

Principales

○ VERDURA

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

○ ARROZ / CEREALES

Risotto de alcachofas y setas (SG, OV)

○ PASTA

Espaguetis integrales al aglio-e-olio con shitake caramelizado, boniato asado y espinacas frescas (OV)

○ OTROS

Tarta de cebolla de Fuentes con requesón y salsa pesto

Postres

○ TARTA

Banoffe al estilo Baobab

FRUTA / YOGURT / KEFIR

○ Sopa de mango y naranja con helado casero de yogurt, limón y jengibre (SG, V)

○ Batido de kéfir con frutas (SG)

○ Yogurt de soja (SG, V)

○ Fruta natural (SG, V)

19

23

Entrantes

○ ENSALADA

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

○ SOPA / CREMA

Crema de almendras, manzana e hinojo (SG, V)

○ LEGUMBRE

Ensalada tibia de habitas y setas con vinagreta de menta (SG, V)

Principales

○ VERDURA

Pastel de patata, espinacas y champiñones gratinados con "ali-oli" de soja (SG, V)

○ ARROZ / CEREALES

Albóndigas de queso y arroz en salsa verde (SG)

○ PASTA

Margaritas rellenas de manzana con mantequilla de romero, limón y calabaza asada

○ OTROS

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

Postres

○ TARTA

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

FRUTA / YOGURT / KEFIR

○ Vasito de frambuesas y mascarpone con crumble de almendras (SG)

○ Batido de kéfir con frutas (SG)

○ Yogurt de soja (SG, V)

○ Fruta natural (SG, V)

26

2

Entrantes

○ ENSALADA

Ensalada con endivias, aguacate y manzana con vinagreta de menta (SG, V)

○ 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

Montadito de patatas, pimiento y huevo frito (SG)

○ ARROZ / CEREALES

Arroz negro a la marinera con ali-oli de soja (SG, V)

○ PASTA

Cuores rellenos de quesos con salsa de setas

○ OTROS

Albóndigas de soja y remolacha con verduras asadas y veloute de puerros (OV)

Postres

○ TARTA

Tarta de zanahorias y coco

FRUTA / YOGURT / KEFIR

○ Mousse de chocolate, crumble de almendras y mango caramelizado (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