

BRUNCH

INVERNO 2022



Botânico

CHIA PUDDING

Pudim de Chia, Doce caseiro de Frutos Vermelhos e Amêndoas

GREEN TOAST

Tosta de Abacate com Tomate confitado, Requeijão de Cajú, Mix de Sementes e Mirtos caramelizados

BANANA & PANCAKES

Panqueca vegana de Cacau, Banana, Pasta de Amendoim e Doce Caseiro de Frutos Vermelhos

SUMO NATURAL

Laranja / Detox do Dia

BEBIDA QUENTE

Americano / Cappuccino / Chá

€17

Selva

CESTO DA PADARIA

Cesto de Pães Especiais, Croissant, Queijo, Fiambre, Manteiga, Mel e Doce caseiro

FOREST BENEDICT

Ovos escalfados, Abacate e Espinafres em Mini Bolo do caco de Tomate com Molho Hollandaise

RED BERRIES WAFFLE

Waffle com Mascarpone doce, Doce Caseiro e Frutos Vermelhos

SUMO NATURAL

Laranja / Detox do Dia

BEBIDA QUENTE

Americano / Cappuccino / Chá

€17

Bosque

AMAZÓNIA BOWL

Açaí, Frutas, Granola, Xarope de Agave

SALMON WAFFLE

Waffle, Salmão fumado, Queijo Creme de Tomate e Manjerição, Mix de folhas e Tomate Cherry

FUDGE BROWNIE

Brownie 80% Cacau com Pistachio, Amêndoa, Avelã e Gelado artesanal de Pistachio

SUMO NATURAL

Laranja / Detox do Dia

BEBIDA QUENTE

Americano / Cappuccino / Chá

€18

MENÚ

PÃO TORRADO

€ 3

Forma Alentejana, Forma Baviera de Sementes / Brioche
Acompanha: Manteiga Fumada / Mel / Doce caseiro

CESTO DA PADARIA

€ 4

Cesto de Pães Especiais, Croissant, Queijo, Fiambre, Manteiga Fumada, Mel e Doce caseiro

GREGO PARFAIT

€ 3

logurte grego, Doce de Morango, Chia e Mel

BOWL FIT

€ 4

logurte grego, Bagas de Goji, Banana, Granola, Frutos vermelhos, Chia e Mel

CHIA PUDDING

€ 4.5

Pudim de Chia, Doce Caseiro de Frutos Vermelhos e Amêndoas

AMAZÓNIA BOWL

€ 6

Açaí, Granola, Frutas, Xarope de Agave

SALADA ITÁLICA

€ 4

Rúcula, Tomate cherry, Lascas de Parmesão, Redução de Balsâmico

BEET & CAJÚ

€ 4

Folhas, Tomate cherry, Beterraba caramelizada, Requeijão de Cajú e Cajú tostado

CAESER SALAD

€ 5

Alface Romana, Frango Grelhado, Maçã Granny Smith, pedacinhos de Bacon de Perú, lascas de Grana Padano, Molho Caesar e Croutons

FOREST BENEDICT

€ 7

Ovos escalfados, Abacate e Espinafres em Mini Bolo do caco de Tomate com Molho Hollandaise

EGGS ROYALE

€ 8

Salmão Fumado, Ovos escalfados, Abacate e Espinafres em Mini Bolo do caco de Tomate com Molho Hollandaise

SALMON WAFFLE

€ 9

Waffle, Salmão fumado, Queijo Creme de Tomate e Manjerição, Mix de folhas e Tomate Cherry

BOSHQUETTA



€ 9

Bruschetta de Pão de fermentação natural, Tomate cherry confitado, Burrata e Pesto genovês

GREEN TOAST

€ 9

Tosta de Abacate com Tomate confitado, Requeijão de Cajú, Mix de Sementes e Mirtilos caramelizados

RED BERRIES WAFFLE

€ 6

Waffle com Mascarpone doce, Doce Caseiro e Frutos vermelhos

WINTER WAFFLE

€ 6

Waffle com Mascarpone doce, Pistachio, Amêndoa e Avelã com Caramelo salgado quente

FUDGE BROWNIE

€ 6

Brownie 80% Cacau com Pistachio, Amêndoa, Avelã e Gelado artesanal de Pistachio

BANANA & PANCAKES



€ 6

Panqueca vegana de Cacau, Banana, Pasta de Amendoim e Doce caseiro de Frutos vermelhos

BEBIDAS FRIAS

Água de Pepino, Lima e Hortelã

€ 2.5

Sumo Detox do Dia

€ 3

Sumo de Laranja

€ 3.5

Sumo de Abacaxi e Hortelã

€ 3.5

Sumo de Beterraba e Maçã

€ 3.5

Sumo de Lichia, Uva e Maçã Verde

€ 4

Sumo de Melancia, Morango e Ameixa

€ 4

Chá Frio Verde, Menta e Zimbardo

€ 3

100% Kombucha

€ 3

Original / Framboesa / Gengibre e Limão

Water Kefir

€ 3

Original / Framboesa / Gengibre e Limão

Água Lisa 0,25 Lt

€ 2

Água Lisa 1 Lt

€ 4

Água com Gás 0,25 Lt

€ 2

Água com Gás 1 Lt

€ 4

Smoothie Green Super Power

€ 5

Smoothie de Açaí e Frutos Vermelhos

€ 6

Batido de Morango, Côco e Aveia

€ 5

Batido de Banana e Mirtilo

€ 5

Special Edition



Iced Coffee de Groselha e Rosas

€ 4

Iced Coffee de Pistachio

€ 4.5

BEBIDAS QUENTES

Café Expresso

€ 2

Café Americano

€ 3

Flat White

€ 3

Cappuccino

€ 3

Chai Latte

€ 4

Chá TWG Camomila

€ 3

Chá TWG Marrocan Mint

€ 3

Chá TWG Darjeeling

€ 3

Chá TWG Vanilla Bourbon

€ 3

Chá TWG Verde Jasmine

€ 3



VEGAN



GLUTEN FREE



PLANT BASED



SE TIVER ALERGIA A ALGUM ALIMENTO, POR FAVOR, INFORME OS NOSSOS COLABORADORES

TODOS OS PREÇOS ESTÃO EM EUROS E INCLUEM IVA À TAXA LEGAL EM VIGOR

boshq

INSPIRATIONAL FOOD
+ JUICE LAB