



Семена горчицы

Семена горчицы ценятся при лечении простуды, а также помогают справиться с мигренями и головными болями.



Мелисса

Мелисса способствует улучшению состояния кожи и оказывает антидиабетическое воздействие.



Черный чеснок

В черном чесноке была обнаружена высокая концентрация соединения S-аллил цистеина. Это помогает снизить уровень холестерина и снизить риск развития рака.



Карри

Карри имеет множество полезных свойств, включая защиту от сердечных заболеваний. Он также повышает иммунитет.



Авокадо

Авокадо содержит большое количество питательных веществ, в том числе 20 различных витаминов и минералов, помогающих очистить кровь от холестерина.



Свекла

Свекла полна питательных веществ, таких как железо, медь, калий и магний. Она повышает мышечный тонус, выносливость и улучшает кровоток.

Ботанически вдохновленные закуски

семена горчицы 750
салат "ботанический сад" с муссом из авокадо, жареным желтком и маринованными семенами горчицы (170 г)

мелисса 580
хрустящий салат с мелиссой, яблоком, сельдереем, редисом, рукколой, грецким орехом и лимонно-медовой заправкой (130 г)

черный чеснок 1300
"утка в саду", мусс из утиной печени с грибами, черным чесноком, травами и микрозеленью (140 г)

карри 1120
салат с бурратой, морковью, эндаивом, нутом, фреголой, мандарином и грецким орехом (270 г)

авокадо 1500
тартар и татаки из тунца с авокадо, лепешкой роти парата и японской горчицей (160 г)

свекла 960
ростбиф со свеклой, мандариновым чатни и цитрусово-соевым соусом (170 г)



Руккола

Употребление рукколы улучшает обменные процессы и пищеварение, а также укрепляет нервную систему.



Кале

Канюста кале полезна при недостаточном потреблении белка, низкокалорийной диете, а также при высоких зрительных нагрузках.



Киноа

Оказывает благоприятное воздействие на сердечно-сосудистую систему. Благоприятствует выведению из организма токсинов и шлаков.



Сосновые шишки

Сосновые шишки повышают гемоглабин и насыщают организм полезными веществами при авитаминозе.



Амарант

Для здоровья и активности мозга нужны витамины группы В и цинк. Все это в большом количестве содержится в амаранте.



Облепиха

Полезными свойствами облепихи являются повышение эластичности сосудов, замедление процессов старения и укрепление иммунитета.



Бузина

Бузина действует как противовоспалительное средство, а также является мощным антиоксидантом.

Ботанически вдохновленные горячие блюда

руккола

ризотто из пшеницы со сладким картофелем, козым сыром, рукколой и конфи из утки (290 г)

920

кале

голень ягненка сювид с лавандой, нутом, сушеными томатами и капустой кале (380 г)

1500

киноа

цыпленок со сладким картофелем, киноа, эстрагоном, вареньем из грецкого ореха и кресс салатом (360 г)

1520

сосновые шишки / амарант

подкопченная утиная грудка с пюре из сельдерея, маринованными шишками и соусом из фиолетового карри (170 г)

1650

облепиха

морские гребешки с осьминогом, облепихой, зеленым горошком, редисом и маслом из кинзы (160 г)

1900

бузина

палтус с фасолью, альгой, петрушкой, бузиной и картофелем (180 г)

1690

закуски

цезарь, листья ромен с крутонами, пармезаном, анчоусами и беконом (170 г) 690

гарнир к салату на ваш выбор:

куриная грудка на гриле (100 г) 350

тигровые креветки на гриле (100 г) 600

брускетта с камчатским крабом, авокадо, томатами, зеленым луком и кинзой (230 г) 1690

устрицы и икра

свежие устрицы с соусом магнотте, луком шалот и перцем (1 шт) 490

лососевая икра (50 г / 100 г) 1490 / 2490

икра подается с блинами, сметаной, шнитт-луком, лимоном и сливочным маслом

супы

русский борщ с чесночной бриошью
и сметаной (280 г) 740

сото аям
индонезийский куриный бульон, соевые ростки, лапша,
яйцо, листья лайма, чили (400 г) 1030

блюда, приготовленные на гриле

королевские креветки тандури с беконом (200 г) 1990

стейк из тунца, маринованный в шиповнике (160 г) 1890

стейк из лосося, маринованный в ромашке (160 г) 1890

вырезка говядины (220 г) 2900

рибай (350 г) 2900

гарнир на выбор (120 г)

рис с овощами / картофель фри / картофельное пюре

жаренные листья ромен с беконом

соте из грибов с петрушкой

томатный салат с красным луком и петрушкой

соус на выбор (50 мл)

соус из зеленого перца / соус маринара / грибной соус /

соус красное вино / беарнез / кале песто



Фенхель

В плодах фенхеля присутствуют минералы и витамины, способствующие укреплению костной ткани.



Авокадо

Авокадо помогает очистить кровь от "плохого" холестерина.



Тыква

Продукт, богатый бета-каротином, снижающий вероятность развития астмы и сердечных заболеваний.



Свекла

Благодаря наличию фолиевой кислоты, которая способствует созданию новых клеток, свекла имеет омолаживающие свойства.



Пастернак

Пастернак улучшает пищеварение, укрепляет стенки капиллярных сосудов, оказывает болеутоляющее действие, обладает тонизирующими свойствами.



Гранат

Гранат способствует образованию эритроцитов и выработке гемоглобина и является отличным биологическим стимулятором.



Пшеница

Обеспечивает энергией за счет крахмала и клетчатки. Способствует улучшению деятельности мозга и сердечнососудистой системы.

Ботанически вдохновленные десерты

фенхель

тарт с фенхелем, кардамоном и шоколадным мороженым (140 г)

510

авокадо

"шоколадный авокадо" с банановым мороженым и ананасовым соусом (130 г)

480

тыква

тыквенный татин, парфе с кунжутом, соус с корицей (120 г)

410

свекла

мусс дипломат с попкорном, ганашем и свекольным мороженым (130 г)

480

пастернак

кокосовый торт с пастернаком и лаймово-йогуртовым муссом (110 г)

470

гранат

шоколадные равиоли с пралине, гранатом и пряным апельсиновым соусом с маракуйей (145 г)

570

пшеница

панна котта с пшеницей, свежими фруктами, ягодами и солонкой из ванили (130 г)

520

ассорти сезонных нарезанных фруктов (300 г)

790

сырное ассорти с медом, яблочным чатни и грецкими орехами (220 г)

1290