



## **GREEN LEKA CAN VALLDAURA**

*“Al restaurant Green Leka Can Valldaura som un equip amb intencions ètiques i evolutives, compromesos amb l'alimentació saludable, el consum responsable, la sostenibilitat i el respecte pel medi ambient.*

*La nostra missió, visió i valors, és donar als nostres clients una materia prima saludable, apostant per productes de qualitat, ecològics, sostenibles i de proximitat.*

*Per això, entre d'altres coses, respectem les estacions i temporalitats dels aliments, tractem amb productes lliures d'aditius afegits, medicaments i conservants, prioritzem el producte de km0, reduïm els impactes mediambientals amb l'ús majoritari de productes a granel i lliures de plàstics i aprofitem el malbaratament d'orgànica inevitable per a crear compost per l'hort, per produir els nostres propis sabons i per a fer aliments per animals, de la mà de la nostra marca Circular Gos.*

*A més, seleccionem als nostres proveïdors amb el requisit que comparteixin la nostra filosofia; compromesa amb el respecte pel medi ambient i amb l'afany de proporcionar una materia prima saludable i de qualitat”.*

**[www.greenlekacanvalldaura.com](http://www.greenlekacanvalldaura.com)**

## REFRESCOS

- Papelón amb llimona | 2,80
- Refresc de temporada | 2,80
- Copa de Botanica | 3,80
- Copa de Kombucha | 3,80

## AIGUA

- Aigua embotellada Veri 1 Litre | 3,50
- Aigua amb gas embotellada Veri 1/2 Litre | 2,90

## VERMUT

- Vermut blanc | 2,50
- Vermut negre | 3,50
- Aperol Spritz | 6,00

Gràcies a les nostres pautes de treball, portem des del 2017 reduint tant les nostres emissions de CO2, directes i indirectes, com els nostres residus.

L'any 2018 vam reduir els residus plàstics un 75%, els aluminis un 85% i els envasos de vidre un 80%. Per això, nosaltres mateixos elaborem els nostres refrescos. Et convidem a que ho fagis també a casa!  
+Sans +Sostenibles

## CERVESA

CANYA COPA JERRA

[www.estrelladamm.com/ca/sostenibilitat](http://www.estrelladamm.com/ca/sostenibilitat)

Estrella tirador	2,00	2,70	4,00	Daura ampolla   3,00
Voll damm tirador	2,20	2,80	4,10	Complot IPA ampolla   3,00
Turia tirador	2,10	2,80	4,10	Free Damm ampolla   2,80
Clara tirador	2,00	2,80	4,10	

## VI A COPE

### BLANC

La Figafior Bell Cross 2019 D.O. Montsant - Garnatxa blanca | 3,50

La Bruixa D.O. Terra Alta - Garbatxa blanca i Macabeu | 5,00

### NEGRE

El Camí D.O. Montsant - Bodega Bell Cross - Carinyena, Garnatxa i Ull de Llebre | 3,50

Comalats alosa jove 2019 | 5,00

### ROSAT

Tuets 2019 (D.O. Catalunya - Parellada, Macabeu, Garnatxa blanca, Chenin Blanc,

Moscatell d'Alexandria, Ull de Llebre i Syrah | 4,50

### CAVA

Sogas Mascaró Brut D.O. - Macabeu, Xarel·lo i Parellada | 4,00

## PICA PICA

- Olives \$ |3,50  
Patates braves \$ |5,80  
Muhamara "Pasta de pebrots" \$ |6,50  
Tatin de ceba dolça amb cream fraiche  
"Criminal" |5.00 unit  
Croqueta de bolets \$ |1.80 unt  
Bunyols de col kale i romesco 1.unt \$ |1,70  
\* Dip de Formatge d'Almendroc \$ |7,00  
Taula d'embotits "caça i eco" \$ |14,00

## PETITES PORCIIONS

- Patates fregides \$ |4,00  
Patates al caliu \$ |4,50  
Mongetes del ganxet \$ |6,00

O  
U  
S  
  
D  
E  
  
C  
A  
L  
A  
F  
  
92KM

L  
A  
C  
T  
I  
S  
  
D  
E  
T  
A  
E  
G  
I  
R  
O  
N  
A  
  
94KM

L  
A  
S  
E  
L  
V  
A  
T  
//  
A  
.  
//  
E  
T  
  
94KM

M  
A  
N  
T  
E  
C  
A  
  
D  
'  
O  
S  
O  
N  
A  
  
77KM

V  
E  
R  
D  
U  
R  
E  
S  
  
D  
E  
  
C  
O  
L  
L  
S  
E  
R  
O  
L  
A  
  
1KM

## PA

- Torrada de pa de pagès \$ |1,40  
Pa sense gluten \$ |2.20

## SALSES

- All i oli \$ |2,20  
Romesco \$ |2,20

## HORARI

**DIMECRES 13:00-16:00**  
**DIJOURS I DIVENDRES 10:00-16:00**  
**DISSABTES I DIUMENGES 9:30-16:00**

## ESMORZARS DE FORQUILLA

DE DIJOURS A DIUMENGE  
MENÚS - SANDVITXOS- OUS - TRUITES -BRASES

## INFORMAT

**SOPARS D'EMPRESA & MENUS DE GRUPS & ESDEVENIMENT & CATERINGS**  
**hello@greenlekacanvasvalldaura.com**

- Amanida de l'hort amb vinagreta | 8.50
- Steak tartare amb patates fregides | 17,00
- Cargols de Pons fregits amb all i oli \$ | 13.60
- Macarrons amb bolonyesa de senglar | 9.50
- Canalons vegetarians farcits de trompetes i bechamel trufada \$ | 14.50
- Canelons de l'àvia al forn de lenya i oli de tofona \$ | 15.00
- Parrilla de bolets \$ | 14.50
- Carxofa confitada a la brasa \$ | 12.50
- Gírgola de castanyer eco a la brasa amb \*Skordalia "TOP" \$ | 16,00
- Parrillada de verdures \$ | 13,50

G	B	C	F	F
I	O	O	O	O
R	L	N	R	R
G	E	I	M	M
O	T	L	A	A
L	B	L	T	T
A	E		G	G
N		D	E	E
D	F	'	S	S
E	E	A	E	D
L	T	R	C	'
.		T	O	A
M	C	E	C	A
O	O	S	O	R
N	M	A	C	T
S			A	E
E	47KM	137KM	T	S
N			A	A
Y			L	A
			A	N
			S	S
				155KM

**"LA GIRGOLA"** LA GRANJA DE BOLET BEN FET ÉS UN CENTRE ESPECIAL DE TREBALL DE LA COOPERATIVA TEB VERD QUE FORMEN PART DEL GRUP COOPERATIU TEB (TALLER ESCOLA BARCELONA) ESPECIALITZAT EN LA INSERCIÓ SOCIAL I LABORAL DE PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL.

**\*LA SKORDALIA,** ÉS UNA SALSA GREGA QUE COMBINA PURÉ DE PATATA, LLIMONA, JULIVERT I ALL.

**CUINEM** LA GIRGOLA AMB LA PAELLA CASTANYERA DIRECTAMENT AL ALA BRASSA DEIXANT UN AROMA Y GUST EXCEPCIONAL

### LA BOLONYESA DE SENGLAR

És una carn sostenible que actualment es troba en auge pel que fa a exportacions, ja que és un producte molt valorat pel mercat europeu per la seva qualitat sanitària.

Aquesta Carn Silvestre és un producte únic, 100% natural, autèntic i bo. Es tracta d'una carn que procedeix d'animals en llibertat, que gaudeixen d'una alimentació variada i silvestre, sense estar sotmesos a la intervenció de l'ésser humà, el que els confereix un gust especial.

El problema és que el 80% del producte de caça l'exportem donat que aquí no som consumidors.

La nostra idea és animar-vos a vosaltres, pares, a que els vostres fills la provin i veieu com la disfruten. Per així també poder animar als menjadors escolars a que la incorporin en el seu menú i reduir l'exportació i quedar-nos allò que és nostre.

S	S	X
E	E	A
N	N	I
G	G	
L	L	D
A	A	E
R		
	E	C
D	G	O
E	I	L
	R	L
G	O	S
I	N	E
R	A	R
		O
	.	L
95KM	C	A
	O	
	M	8KM



## I A LA MONTANYA TAMBÉ HI HA BONS ARROSSOS

PREU PER PERSONA MINIM DOS PERSONES .

Arròs d'entrecot a la brasa amb boltes de temporada "TOP" |23.00

Arròs de verdures "Recomenat" |15,50

Arròs de Rossinyols, trompetes, camagroc i pols de castanyes amb "all i oli" de rovelló (opcional) "Recomenat" |17,50

Arròs de conill brasejat amb figues i all i oli de rovellons |20.00

Arròs de Pollastre aromatitzat amb herbes i toc d'all i oli |19.50

## I FIDEUAS

PREU PER PERSONA MINIM DOS PERSONES .

Fideuà amb botifarra negra amb all i oli |17,50

A	S	S	P	E
R	A	A	O	C
R	F	F	L	O
O	R	R	L	P
S	À	A	A	O
S	D	D	S	L
D	D	E	T	L
E	E	L	R	A
	M	M	E	S
P	M	O	T	
A	O	M	D	R
L	N	S	E	E
S	S	E	.	
	I	C	R	C
130KM	A	.	I	A
	194KM	C	U	T
		O	D	A
		M	79KM	R
			E	N
			E	S

## CONSUM DE CARN

El 14% del total de les emissions de CO2 a nivell mundial les genera la ramaderia industrial, la mateixa quantitat generada per tots els transports.

Sí...igual que totes les emissions de CO2 emeses pels cotxes, els camions, els avions i els vaixells, provocades a tot el món.

SI CONSUMEIXES CARN, CONSUMEIX POCA, DE PROXIMITAT I SI ÉS COLOGICA COM LA NOSTRE MILLOR

## A LA BRASA

Xai a la brasa \$ |18,00

Pollastre \$ |15,80

Botifarra de pagès \$ |12,00

Parrillada de carn \$ |19.90

Entrecot llom baix 250g \$ |23.00

Entrecot de vedella madurada 450gr \$ |35.00

Proximament...TOMAHUK madurat de vaca vella

## ACOMPANYAMENS A ESCOLLIR

Amanida verda

Patates fregides

Patates al caliu

+1,00 |Verdures a la brasa

+1,50 |Mongetes del ganxet

## ELS MES ECO

Llom de Daina amb demi-glacé pure de topinambur i caliu \$ |26,00

Llom de Sanglar amb demi-glacé pure de topinambur i caliu \$ |22,00

Redueix Recicla Reinveta Reutilitza - El futur no és d'un sol ús

POBLE DE  
SEGUR 203KM

C  
A  
L  
T  
O  
M  
A  
S  
:  
C  
A  
T

## GUISATS / FORN DE LLENYA

Picadillo de Xai \$ |16,20

Peu de porc gratinat amb all i oli \$ |10.50

Callos "CAP I POTA" \$ |10,50

Moniato amb bolets, pols de castanya i crema agria \$ |14.00

Guisat de Heura "El mes sostenible" \$ |16.50

\* EL PICADILLO DE XAI ÉS UN GUISAT DE SEGLE XV ON ELS HISTORIADORS HAN TROBAT L'ÚS DEL TOMÀQUET EN UN SOFREGIT PER PRIMERA VEGADA A CATALUNYA.

UN PLAT BÉN ESPECIAT, SENSE SAL I MOLT SABRÓS

X O P  
O R L  
C I I  
O G L  
L I A  
T // S  
A A T  
A L R  
B E  
D E D  
E A .  
// S E  
U S .  
D C O  
Z C O  
U O //  
N // L  
G // L  
W A 199KM  
A -  
T 9755KM  
A  
N  
Z  
A  
N  
I  
A

## CONSUM DE PEIX

Mols no som conscients però no podem escapar de la realitat ni se escèptics.

Les nostres llotges catalanes han vist un descens del 50% del peix que es pesca al dia d'avui comparat fa 40 anys.

Per això el 80% de peix que consumim a Catalunya i generalment a Europa prové d'altres costes no mediterrànies. Gran part del peix que consumim prové de l'Atlàntic, i principalment del sud, costes africanes, on els grans vaixells europeus "Espanya, Portugal, França, Suïza" amb la millor tecnologia han comprat al permís de pesca als governs d'aquets països "Governs amb economies extractives" On el únic perjudicat es el ciutadà, per exemple Senegal poble pesquer no pot pescar a les seves costes, no hi ha tot el treball que mou aquet sector i per contra i òbviament no hi ha suficient menjar. Després ells emigren i nosaltres no els volem.

I tot això no es suficient, a més els vaixells tenen la millor tecnologia per troba peix, però el problema que cap sistema sap diferencia entre especies per això i malauradament cada cop queden menys especies ja que cada dia moren milions d'espècies com dofins, tortugues, taurons, balenes i milers d'altres.. que normalment son tirades al mar un cop mortes per els mètodes de pesca industrial

La solució, Ser Conscients, reduir els nostre consum, si consumim que sigui nomes de proximitat si es possible de peix petit de rapida reproducció.

## POSTRES

Crema Catalana \$ | 6,80

Postres de xocolata \$ |8.50

Strudel de Poma amb gelat de vainilla \$ |9.00

Trufes de xocolata \$ |6.00

Pastís de formatge \$ |8,00

Bola de gelat \$ |3.00

Bola de sorbet \$ |3.00

Santiago y Moscatell \$ |8.50

Pastís vega sense gluten \$ |6.00

