

# TAPAS & PLATILLOS

## CUATRO ELEMENTOS - 11,45€ (oo) (v)

Hummus, guacamole, olivada i paté de tomàquet sec, amb pa, pita i natxos.

### Hummus, guacamole, olivada y paté de tomate seco, con pan, pita y nachos.

*Hummus, guacamole, olive tapenade and sun-dried tomato dip, with bread, pita and nachos.*

## NACHOTES - 7,95€ (ov)

Natxos amb formatge fos, guacamole casolà i "pico de gallo".

### Nachos con queso fundido, guacamole casero y "pico de gallo".

*Nachos with melted cheese, homemade guacamole and "pico de gallo".*

## BACON Vegà · Vegano · Vegan (g) + 1,25€

## DE TAL PALO TAL SEITÁN - 9,95€ (g) (v)

Bastons de seitan casolà arrebossat servits amb salsa chipotle i quètxup de la casa.

### Bastones de seitan casero rebozado servidos con salsa chipotle y ketchup de la casa.

*Homemade breaded seitan batons served with chipotle sauce and homemade ketchup.*

## CREMA DE VERDURAS - 6,95€ (v) (oo)

Pregunta per la nostra crema del dia. Gaspacho a l'estiu.

### Pregunta por nuestra crema del día.

### Gaspacho en verano.

*Ask for our creamy vegetable soup of the day. Gaspacho in summer.*

## BRAVISSIMO - 6,25€ (v)

Patates artesanals acompanyades de maionesa vegana i salsa brava.

### Patatas artesanas acompañadas de mayonesa vegana y salsa brava.

*Homemade potatoes served with vegan mayonnaise and "brava" sauce.*

## BONITOS - 7,95€ (v)

Tires casolanes de moniato cruixent amb maionesa vegana d'alfàbrega.

### Tiras caseras de boniato crujiente con mayonesa vegana de albahaca.

*Homemade crispy sweet potato strips with vegan basil mayonnaise.*

## AQUÍ HAY TOMATE - 9,95€ (oo) (v)

Tartar de tomàquet, alvocat, tofu fumat, alga nori, ruca, ceba vermella, gingebre

### Tartar de tomate, aguacate, tofu ahumado, alga nori, rúcula, cebolla roja y jengibre.

*Tartar of tomato, avocado, smoked tofu, nori seaweed, arugula, red onion and ginger.*

## ME TIENES CALENTITO - 9,95€ (oo)

Formatge provolone al forn amb ceba caramel·litzada, tomàquet confitat, olives i servit amb torrades. (15min d'espera).

### Queso provolone al horno con cebolla caramelizada, tomate confitado, olivas y servido con tostadas. (15min de espera).

*Baked provolone cheese with caramelized onion, confit tomato, olives and served with toast. (15min prepared).*

## UNA CROQUETA DE CADA - 7,80€ (g)

### CROQUETA UND - 1,95€

Croqueta de porros i formatge brie.  
**Croquetas de puerros y queso brie.**  
*Leek and brie cheese croquettes.*

Croqueta vegana de pastanaga i tofu.  
**Croquetas veganas de zanahoria y tofu.**  
*Carrot and tofu vegan croquettes.*

Croqueta de bolets  
**Croquetas de setas.**  
*Mushroom croquettes.*

Croqueta de moniatos i formatge de cabra.  
**Croquetas de boniats y queso de cabra.**  
*Sweet potato and goat cheese croquettes.*

## PA · PAN · BREAD

Ració de pa · **Ración de pan** (g) **2,50€**  
*Side of bread*

Pa sense gluten · **Pan sin gluten** **2,95€**  
*Gluten free bread*

Pa amb tomàquet (g) **3,95€**  
**Pan con tomate** · *Bread with tomato*

## FOR KIDS

### HEURA NUGGETS - 8,95€ (v)

Nuggets amb patates fregides i quètxup.  
**Nuggets con patatas fritas y ketchup.**  
*Nuggets with french fries and ketchup.*

### KIDS BURGER + FRIES - 12,95€ (g) (ov)

Pa tradicional, burger original d'Heura, formatge Cheddar i quètxup casolà.  
**Pan tradicional, burger original de Heura, queso Cheddar y ketchup.**  
*Traditional bread, original Heura burger, Cheddar cheese and ketchup.*

# SUGERENCIAS

# BOWLS & ENSALADAS

## HEURA BOWL - 12,45€ (V)

Bowl amb d'arròs gessamí, "bocados d'Heura" saltejats, bròcoli, moniato, xampinyons i salsa de sèsam. (Calent)

**Bowl con arroz jazmín, "bocados de Heura" salteada, brócoli, boniato, champiñones y salsa de sésamo. (Caliente)**

*Bowl of jasmine rice, sautéed "Heura chunks", broccoli, sweet potato, mushrooms and sesame sauce. (Warm)*

## LA ROJA Y VERDE - 10,95€ (V)

Enciam, tomàquet, pastanaga, alvocat, olives, blat de moro, avellanes torrades i amaniment de mostassa.

**Lechuga, tomate, zanahoria, aguacate, olivas, maíz, avellanas tostadas y aliño de mostaza.**

*Lettuce, tomato, carrot, avocado, olives, sweet corn, toasted hazelnuts and mustard dressing.*

## LA CÉSAR - 11,45€ (OG)

Enciam romana, parmesà, crostons, tomàquet cherry, "bocados d'Heura" i salsa Cèsar casolana.

**Lechuga romana, parmesano, picatostes, tomate cherry, "bocados de Heura" y salsa César casera.**

*Romaine lettuce, parmesan, croutons, cherry tomatoes, "Heura chunks" and homemade Caesar dressing.*

## CURRY QUE TE PILLO - 12,45€ (V)

Curry bowl de "bocados d'Heura" amb carabassó, espàrrecs, coliflor i pastanaga, servit amb arròs gessamí. (Calent)

**Curry bowl de "bocados de Heura" con calabacín, espárragos, coliflor y zanahoria; servido con arroz jazmín. (Caliente)**

*Curry bowl with "Heura chunks", zucchini, asparagus, cauliflower and carrot, served with jasmine rice. (Warm)*

## LA GRIEGA - 10,95€

Espinacs, tomàquet cherry, formatge feta, ceba vermella, olives de Kalamata, cogombre i amaniment cítric.

**Espinacas, tomate cherry, queso feta, cebolla roja, olivas negra, pepino y aliño cítrico.**

*Spinach, cherry tomato, feta cheese, red onion, black olives, cucumber and citrus dressing.*

## RAINBOW QUINOA - 11,95€ (V)

Quinoa amb remolatxa, carbassa al forn amb farigola, espinacs frescs, pipes de carbassa, poma, tomàquet cherry i alvocat. (Fred)

**Quinoa con remolacha, calabaza al horno con tomillo, espinaca fresca, pipas de calabaza, manzana, tomate y aguacate. (Frío)**

*Quinoa with beetroot, baked pumpkin with thyme, fresh spinach, pumpkin seeds, apple, tomato and avocado. (Cold)*

## LA CABRA - 11,25€ (OG, OV)

Fulls tendres, formatge de cabra, tomàquet cherri, poma, nous i vinagreta balsàmica.

**Hojas tiernas, queso de cabra, tomate cherry, manzana, nueces y vinagreta balsámica.**

*Tender leaves salad, goat cheese, cherry tomato, apple, walnut and balsamic vinaigrette. .*

## EXTRES · EXTRAS · EXTRA TOPPINGS

Bacon vegà · <b>Bacon vegano</b> · Vegan bacon (G)	+1,35€
Formatge de cabra · <b>Queso de cabra</b> · Goat cheese	+2,00€
Ou ecològic · <b>Huevo ecológico a la plancha</b> · Grilled organic egg	+1,50€
"Bocados d'Heura" · <b>Bocados de Heura</b> · "Heura chunks"	+3,95€
Alvocat · <b>Aguacate</b> · Avocado	+1,75€

# SANDWICHES

PA ECOLOGIC DE FOCCACIA · **PAN ECOLOGICO DE FOCCACIA** · ORGANIC FOCCACIA BREAD

ESCULL UN ACOMPANYAMENT · **ESCOGE UN ACOMPAÑAMIENTO** · CHOOSE ONE SIDE ORDER

## CLUB HEURA - 12,95€ (OG, OV)

"Bocados especiats d'Heura", formatge Edam, tomàquet, enciam, ceba caramel·litzada i maionesa vegana

**Heura, queso, tomate, lechuga, cebolla caramelizada y mayonesa vegana.**

*Heura, cheese, tomato, lettuce, red onion and vegan mayonnaise.*

## KATSU - 12,95€ (G, V)

Api nap rostit en tempura japonesa, salsa tàrtara vegana, ruca i ceba vermella adobada.

**Apionabo asado en tempura japonesa, salsa tartara vegana, rúcula y cebolla roja encurtida.**

*Japanese tempura roasted celeriac, vegan tartar sauce, arugula and pickled red onion.*

## AVOCADO - 10,45€ (OG, V)

Alvocat, olivada, enciam i pastanaga.

**Aguacate, olivada, lechuga y zanahoria.**

*Avocado, olive tapenade, lettuce and carrot.*



VEGANO  
VEGAN



OPCIÓN VEGANA  
VEGAN OPTION



GLUTEN  
GLUTEN



OPCIÓN SIN GLUTEN  
GLUTEN FREE OPTION

# BURGERS

## MAGIC BURGER - 13,95€

Pa tradicional, burger de seitan i xampinyons, enciam, olivada, veganesa de mostassa, ceba caramel·litzada i formatge brie.

**Pan tradicional, burger de seitan y champiñones, lechuga, olivada, cebolla caramelizada y queso brie.**

*Traditional bread, seitan and mushrooms burger, lettuce, olive tapenade, caramelized onion and brie cheese.*

## CHÉVERE BURGER - 13,45€

Pa de carbó, burger de mongetes, enciam, formatge Edam, pebrot escalivat i salsa chipotle (picant).

**Pan de carbón, burger de alubias, lechuga, queso Edam, pimienta escalivada y salsa chipotle (picante).**

*Charcoal bread, bean burger, lettuce, Edam cheese, roasted pepper and chipotle sauce (spicy).*

## SMILE BURGER - 13,95€

Pa de tomàquet, burger de soja texturitzada i olives, enciam, tomàquet, sobrassada vegana i formatge de cabra.

**Pan de tomate, burger de soja texturitzada y olivas, lechuga, tomate, sobrasada vegana y queso de cabra.**

*Tomato bread, texturized soy and olive burger, lettuce, tomato, vegan "sobrasada" and goat cheese.*

## HAPPY BURGER - 13,45€

Pa de tomàquet, burger de carbassa i tofu amb xia cruixent, enciam, formatge Edam ceba caramel·litzada i quètxup casolà.

**Pan de tomate, burger de calabaza y tofu con chía, lechuga, cebolla caramelizada, queso Edam y ketchup casero.**

*Tomato bread, pumpkin and tofu burger with crunchy chia, lettuce, caramelized onion, Edam cheese and homemade ketchup.*

## PASSION BURGER - 13,45€

Pa de curry, burger de lleties i moniato, espinacs, tomàquet confitat, salsa d'alfàbrega i quètxup casolà.

**Pan de curry, burger de lentejas y boniato, espinacas, tomate confitado, salsade albahaca y ketchup casero.**

*Curry bread, lentil and sweet potato burger, spinach, tomato confit, basil sauce and homemade ketchup.*

## ENERGY BURGER - 13,45€

Pa de carbó, burger de quinoa i remolatxa, hummus, ruca i carbassó a la planxa.

**Pan de carbón, burger de quinoa y remolacha, hummus, rúcula y calabacín a la plancha.**

*Charcoal bread, quinoa and beetroot burger, hummus, arugula and grilled zucchini.*

## VITAL BURGER - 13,95€

Pa de carbó, "bocados d'Heura", espinacs, guacamole, formatge Cheddar i salsa de mostassa.

**Pan de carbón, "bocados de Heura", espinacas, guacamole, queso Cheddar y salsa de mostaza.**

*Charcoal bread, "Heura chunks", spinach, guacamole, Cheddar cheese and mustard sauce.*

## BRAVE BURGER - 14,95€

Pa tradicional, burger original d'Heura, enciam, bacon vegà, formatge a escollir, ceba caramelitzada i salsa de fruits vermells (picant).

**Pan tradicional, burger original de Heura, lechuga, bacon vegano, queso a escoger, cebolla caramelizada y salsa de frutos rojos (picante).**

*Traditional bread, original Heura burger, lettuce, vegan bacon, cheese of choice, caramelized onion and red fruit sauce (spicy).*

## ESCUCC UN ACOMPANYAMENT ESCOGE UN ACOMPAÑAMIENTO CHOOSE ONE SIDE ORDER

Patates casolanes · **Patatas caseras** ·  
*Homemade potatoes*

Moniatos casolans · **Boniatos caseros** ·  
*Homemade sweet potatoes* **+1,00€**

Mini amanida · **Mini ensalada** · *Small salad*

Crema de verdures · **Crema de verduras** ·  
*Soup of the day (Hivern/Invierno/Winter)*

**Gazpacho** (Estiu/Verano/Summer) 

## EXTRES · EXTRAS · EXTRA TOPPINGS

Bacon Vegà · <b>Bacon vegano</b> · <i>Vegan Bacon</i> 	<b>+1,35€</b>
Formatge · <b>Queso</b> · <i>Cheese: Brie, Cheddar, Edam</i>	<b>+1,00€</b>
Ceba caramel·litzada · <b>Cebolla caramelizada</b> · <i>Caramelized onion</i>	<b>+1,00€</b>
Formatge Vegà · <b>Queso vegano</b> · <i>Vegan cheese</i>	<b>+1,00€</b>
Formatge de Cabra · <b>Queso de cabra</b> · <i>Goat cheese</i>	<b>+1,50€</b>
Ou ecològic · <b>Huevo ecológico a la plancha</b> · <i>Grilled organic egg</i>	<b>+1,50€</b>
Xampinyons · <b>Champiñones</b> · <i>Mushrooms</i>	<b>+1,00€</b>
Alvocat · <b>Agucate</b> · <i>Avocado</i>	<b>+1,75€</b>

Pa ecològic vegà de massa mare · **Pan ecológico vegano de masa madre** · *Organic vegan bread and sourdough*



PAN DE  
CURRY



PAN DE  
CARBÓN



PAN DE  
TOMATE



PAN  
TRADICIONAL



CERVESES · **CERVEZAS** · BEERS 330ml

**Barril** · Draft beer (Barcelona)



**Bio Nomada** 4,2% - Pilsner 3,20€  
 Artesana · Craft Sense Gluten · Sin gluten  
 Gluten free

**Bio Clara Nomada-Shandy** 4,2% - Pilsner 3,20€  
 Artesana · Craft Sense Gluten · Sin gluten  
 Gluten free

Ampolla · **Botella** · Bottle (Espanya)



**Alhambra Verde 1925** 6,4% Amber Lager 3,15€

**Alhambra Roja** 7,2% Bock 3,35€

**Alhambra IPA** 6,5% Citra IPA 3,65€

**Alhambra Sin Alcohol** > 1% Lager 3,00€

ECO VI BLANC · **BIO VINO BLANCO** ·  
 ECO WHITE WINE (Catalunya)



**Cercles** · Muscat de frontignan · D.O. Penedès 3,00€ 14,45€

**Can Casals** · Sauvignon blanc · D.O. Penedès 3,50€ 15,45€

ECO VI NEGRE · **BIO VINO TINTO** · ECO RED WINE (Catalunya)

**Can Casals** · Cabernet Sauvignon · D.O. Penedès 3,00€ 14,45€

**Clot de les vinyes** · Tempranillo · D.O. Penedès 3,50€ 15,45€

**VERMUT** 3,95€

**TINTO DE VERANO** 3,95€

Vi negre amb refresc de llimona · **Vino tinto con  
 refresco de limón** · Red wine with lemon soda

**SANGRÍA** - Gerra · Jarra · Jug 16,45€

AIGUA · **AGUA** · WATER 500ml



Aigua Mineral · **Agua mineral** · Still Water 1,75€

Aigua amb gas · **Agua con gas** · Sparkling water 1,95€

REFRESCS · **REFRESCOS** · SOFT DRINKS 250ml



**Bio Cola Naturfrisk** 2,85€

**Bio Lemon Naturfrisk** 2,85€

**Bio Orange Naturfrisk** 2,85€

**Bio Tonic Naturfrisk** 2,85€

**Ice-Tea** (300ml) 3,00€

SUCS NATURALS · **ZUMOS NATURALES** ·  
 FRESH SQUEEZED JUICES

Taronjada · **Naranja** · Orange 3,95€

Llimonada Natural (Llimona, menta i aigua - sense sucre) 3,50€

**Limonada Natural (limón, menta y agua - sin azúcar)**  
 Fresh lemonade (lemon, mint and water - sugar free)

BATUTS · **BATIDOS** · SMOOTHIE 4,50€

**BIO COLD PRESS** - Ampolla · **Botella** · Bottle 330ml

**TROPICAL DREAM**

Pinya, coco, plàtan i poma  
**Piña, coco, plátano y manzana**  
 Pineapple, coconut, banana and apple

**MANGO PASSION**

Mango, fruita de la passió, plàtan i poma  
**Mango, fruta de la passion, plátano y manzana**  
 Mango, passion fruit, banana and apple

**ORGANIC VITAE KOMBUCHA - 250ml** 3,75€

Mango i maduixes · **Mango y fresa** · Mango Strawberry  
 Gingebre · **Jengibre** · Ginger

Mandarina i fruita de la passió · **Mandarina y fruta  
 de la pasión** · Mandarin and passion fruit

Açaí i fruits del bosc · **Açaí y frutos del bosque** ·  
 Açaí and forest fruits

**BIO CAFÈS** · **CAFÉS** · COFFEE

Cafè · **Café** · Espresso 1,50€

Tallat · **Cortado** · Espresso macchiato 1,70€

Americà · **Americano** · Americano 1,95€

**Capuccino** 2,95€

Cafè amb llet · **Café con leche** · White coffee 2,75€

Cigaló · **Carajillo** · Espresso with a little of liquor 2,25€

Llet · **Leche** · Milk / Vegetal

**Soja bio** · Bio soy drink

Civada · **Avena barista** · Barista oat drink

**BIO TES** · **TÉS** · TEA 2,75€

**CAPTAIN EARL GREY** TEÍNA

Te negre floral amb bergamota · **Té negro floral con  
 bergamota** · Floral black tea with bergamot.

**CHINA GREEN JEWEL** TEÍNA

Te verd procedent de Yunnan · **Té verde procedente de  
 Yunnan** · Green tea from Yunnan.

**THE TURMERIC GINGER TREASURE**

Infusió d'espècies amb gingebre i cúrcuma · **Infusión  
 de especias con jengibre y cúrcuma** · Spice infusion  
 with turmeric and ginger.

**CHEEK TO CHEEK VANILLA**

Rooibos vermell i tocs de vainilla · **Rooibos rojo y toques  
 de vainilla** · Red rooibos and hints of vanilla

**BLUE SKY CHAMOMILE**

Infusió d'herbes amb camamilla i verbena · **Infusión  
 de hierbas con manzanilla y verbena** · Herbal  
 infusion with chamomile and verbena.

**UNFORGETTABLE MOROCCAN MINT**

Infusió d'herbes amb menta · **Infusión de hierbas  
 con menta** · Herbal tea with mint.

**SWEET HEART LICORICE**

Infusió d'herbes amb regalèssia i menta · **Infusión de  
 hierbas con regalíz y menta** · Herbal infusion with  
 licorice and mint.

# ALERGENOS

● **Contiene**  
Contains

○ **Opcional**  
Optional

	Lácteos Dairy	Mostaza Mustard	Sésamo Sesame	Huevos Eggs	Gluten	Frutos secos Nuts	Apio Celery	Sulfitos Sulfites	Soja Soy
<b>SALADOS</b>									
Cuatro Elementos			●		○	●		●	
Nachotes	○								
Gazpacho / Crema del día			○		○			●	
Bravísimo								●	●
Bonitos			○					●	●
Aquí hay tomate			○		○		●		●
De tal palo tal seitán					●		●		●
Me tienes calentito	●				○			●	
Croqueta puerros y brie	●				●				
Croqueta zanahoria y tofu					●		●		●
Croqueta seta	●				●				
Croqueta boniato y queso	●				●				
<b>ENSALADAS Y BOWLS</b>									
La roja y verde		○	○			○		○	
La cabra	●		○			○		○	
La césar	●	○	○		○			○	○
La griega	●		○					○	
Heura Bowl / Curry que te pillo			○				●	○	●
Rainbow quinoa			○				●		
<b>BURGERS</b>									
Magic Burger	○	○	●		○		●	●	●
Passion Burger		○	●		○		○	●	●
Energy Burger		○	●		○		○	●	●
Happy Burger	○	○	●		○		●	●	●
Smile burger	○	○	●		○	○	○	●	●
Chévere Burger	○	○	●		○		○	●	●
Vital Burger	○	○	●		○		○	●	●
Brave Burger	○	○	●		○		○	●	●
<b>SANDWICHES</b>									
Avocado		○			○		○	●	
Katsu		○	●		○		●	●	○
Club heura	○	○			○		○	●	●
<b>KIDS</b>									
Heura nuggets							○	●	●
Kids burger	○	○	●		○		○	●	●

Si té al·lèrgies o intoleràncies faci'ns-ho saber · **Si tiene alergias o intolerancia háganoslo saber**  
If you have any allergies or intolerance let us know