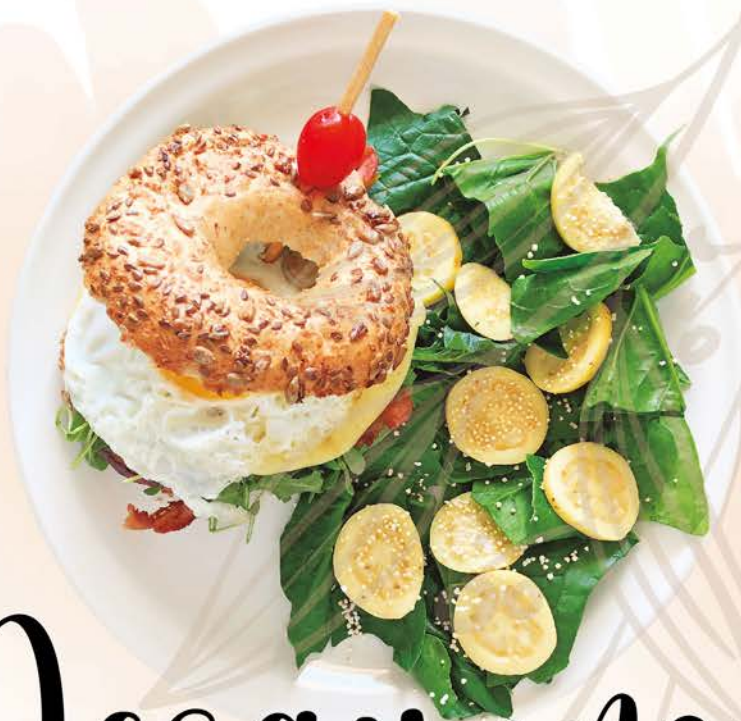


El Huerto
El placer de lo natural



Desayunos



bon appétit

.....●
Todos los platillos incluyen un vaso chico (220 ml) de jugo del día
o fruta de temporada servida con yogurt y granola (70 g),
y café de la casa refill o una taza de té (250 ml).

-●
- + \$25 Agrandar tu jugo (400 ml).**
 - + \$35 Cambiar tu café por capuchino natural (180 ml), café con leche o chocolate (375ml).**
 - + \$40 Cambiar tu té por una infusión o tizana (375 ml).**
-●

Lo dulce

Pieza de pan dulce \$ 30
Exquisita canasta con pan, ¡elige tu preferido!

Parfait (250 g) \$ 70
Elaborado a base de yogurt natural, granola horneada, frutos rojos de temporada y miel de abeja.

Copa de fruta \$ 95
Fruta de temporada (325 g), acompañada con semilla garapiñada y frutos deshidratados.
+ \$25 Agrega queso cottage (100 g)
+ \$20 Agrega yogurt, miel y granola

Pan francés \$140
Dos tostadas francesas espolvoreadas con azúcar y canela, acompañadas con helado de galleta y frutos rojos.

Hot cakes de chocolate \$140
Recién hechos (2 pz), rellenos de chocolate semiamargo, con durazno, manzana, kiwi, nuez y miel de abeja.

Hot cakes del Huerto \$155
Recién hechos (2 pz), rellenos de avena, con fruta de temporada, amaranto, almendra y miel de abeja.

Tamal canario \$130
Bañado con coulis de frambuesa.



HOT CAKES DEL HUERTO



Omelettes

Espinacas **\$135**

Relleno con queso panela (80 g), y guarnición de frijoles refritos.

Vegetariano **\$145**

Relleno con salteado de zanahoria, calabaza, papa, champiñones, con guarnición de espárragos (5 pz) a la mantequilla y parmesano.

Requesón (100 g) **\$140**

Preparado con epazote, chile verde, cebolla y queso panela (70 g).

El Huerto **\$170**

Relleno de jamón, queso manchego y un salteado de pimiento con jitomate sobre un espejo de salsa roja

Lomo de atún (50 g) **\$190**

Relleno con queso manchego (60 g), jitomate, cebolla y chipotle.

Tinga de pollo **\$170**

Relleno de tinga de pollo (100 g), montado sobre un espejo de salsa roja, con guarnición de frijoles refritos.

Champiñones **\$180**

Relleno de champiñones, chícharos, tocino, queso manchego (50 g) y espinaca, acompañado con salsa verde.

Salmón (50 g) **\$200**

Con salpicón de pimientos, cebollín y alcaparras.

De la granja

A la mexicana **\$130**

Huevos revueltos (3 piezas), con jitomate, cebolla y chile jalapeño, acompañados con frijoles refritos y queso panela frito (70 g).

Huevos cazuela **\$135**

Dos huevos estrellados, bañados en salsa roja, acompañados con queso panela frito (70 g) y champiñon relleno de frijoles refritos.

Huevos en salsa de chorizo **\$135**

Dos huevos estrellados sobre una base de frijoles bañados en salsa de chorizo.

Rancheros **\$135**

Dos huevos estrellados sobre tortilla con frijoles, bañados con salsa ranchera, acompañados con nopal asado, chicharrón y un toque de epazote.

Divorciados **\$130**

Dos huevos estrellados, bañados con salsa roja y verde, acompañados con frijoles refritos y totopos.

Huevos revueltos (3 piezas), acompañados con queso panela y nopal asado

Con jamón de pavo (40 g) **\$135**

Con chorizo (100 g) **\$140**

Huevos motuleños **\$145**

Dos huevos estrellados, sobre tortilla, bañados con salsa roja, jamón, chícharos salteados y plátano macho asado.



PORTOBELLO CAPRESSE

Portobellos

Portobello vegetariano \$180

Relleno con salteado de espinaca, zanahoria, calabacín, brócoli, jitomatitos cherry, gratinado con queso manchego (80 g), y con un espejo de salsa pasilla.

Portobello capresse \$180

Portobello a la plancha, relleno de finas capas de queso mozzarella (60 g) y jitomate, apiladas con pesto de albahaca y como compañero salsa blanca con espinaca.

Portobello de frutos \$190

Relleno de requesón (100 g), manzana, pera, nuez, almendra y frutos secos, cortejado con ensalada de germen de trigo con espinaca y rollos de espinaca rellenos de queso panela (40 g).

Portobello italiano \$190

Relleno de carne de res (80 g), pasta y salsa italiana, gratinado con queso manchego (70 g), acompañado de croutones, germen y arúgula.

Fajitas de portobello \$180

Fajitas de portobello asadas, granos de elote, cebolla morada y chile de árbol seco, acompañadas con germen de alfalfa, tortillas de harina y queso panela (70 g).



Tradicionales

ENCHILADAS

Verdes o Rojas, 3 piezas, sin aceite, acompañadas con crema, queso cotija rallado y aros de cebolla, con guarnición de frijoles refritos, rellenas de:

Requesón (100 g) \$155

Calabacitas y elote (120 g) \$155

Pollo (100 g) \$165

Queso panela (100 g) \$165

Cecina (100 g) \$190

Agrega dos huevos estrellados \$ 30

Enchiladas Suizas \$190

Rellenas de pollo (100g), bañadas en salsa de la casa, gratinadas con queso manchego (80g), crema y aros de cebolla morada, con guarnición de frijoles refritos.

Enchiladas Mineras, 3 piezas, bañadas en salsa guajillo, fritas acompañadas con papa, zanahoria, lechuga y queso cotija, rellenas de:

Pollo (100 g) \$165

Queso panela (100 g) \$165

Cecina (80 g) \$190

Res (80 g) \$190

Agrega dos huevos estrellados \$ 30

CHILAQUILES VERDES CON RES



CHILAQUILES

Verdes o Rojas, acompañados con crema, queso cotija rallado y aros de cebolla, con:

Pollo (100 g) \$165

Queso panela (100 g) \$165

Cecina (80 g) \$190

Res (80 g) \$190

Agrega dos huevos estrellados \$ 30

Chilaquiles Suizos, bañados en salsa suiza con queso gratinado (60 g), con:

Pollo (100 g) \$180

Queso panela (100 g) \$180

Cecina (80 g) \$195

Res (80 g) \$195

Agrega dos huevos estrellados \$ 30

Enfrijoladas **\$180**

Rellenas de tinga de pollo (100 g), bañadas con salsa de frijol, con un toque de chorizo asado, crema, queso cotija, aros de cebolla morada y chile toreado.

Platón huasteco **\$270**

Delicioso platón con chorizo (90 g), cecina natural (100 g), panela asado (80 g), chicharrón, aguacate, chiles toreados, nopal y cebollitas cambray asados, con guarnición de frijoles refritos y tortillas de maíz.

Fajitas de pollo **\$170**

Asado de fajitas de pollo (100 g), pimienta morrón, rodajas de cebolla y nopal, cortejado con frijoles refritos y tortillas de harina.

Sopecitos **\$120**

Huarache de Nopal (3 pz), con chorizo (100 g), frijoles, jitomate cherry y queso cotija.

MOLLETES EL HUERTO

Dos piezas con frijoles refritos y gratinados con queso manchego (80 g) y a las finas hierbas.

Naturales **\$120**

Con jamón (80 g) **\$135**

Con chorizo (100 g) **\$140**

Con tocino (80 g) **\$140**

TAMALES RÚSTICOS

Pollo **\$160**

Elaborado con 100 g de pollo, bañado en salsa verde y gratinado con queso manchego (80 g).

Rajas **\$160**

Bañado con salsa roja y gratinado con queso manchego (80 g).

Oaxaqueño **\$180**

Exquisito tamal oaxaqueño relleno de pollo (100 g), bañado con mole y gratinado con queso manchego (80 g).

TAMAL RÚSTICO DE POLLO



Sandwich · Bagel

(Puedes cambiar el pan de sandwich por bagel)

Desayuno magno \$170

Huevo estrellado sobre una cama de pan con queso manchego (60 g), jitomate y calabacín, cortado con ensalada de espinaca, jitomate cherry, manzana, semilla de girasol garapiñada y aceite de chiles.

Bagel supremo \$180

Relleno con salteado de pimientos y cebolla, huevo estrellado, queso manchego (60 g), tocino (25 g) y arúgula, con guarnición de ensalada de espinaca, guayaba y amaranto.

Sándwich de membrillo \$180

Relleno de jamón de pechuga de pavo (60 g), queso provolone ahumado (40 g), ate de membrillo, arúgula, espinacas y pesto.

Sándwich campirano \$180

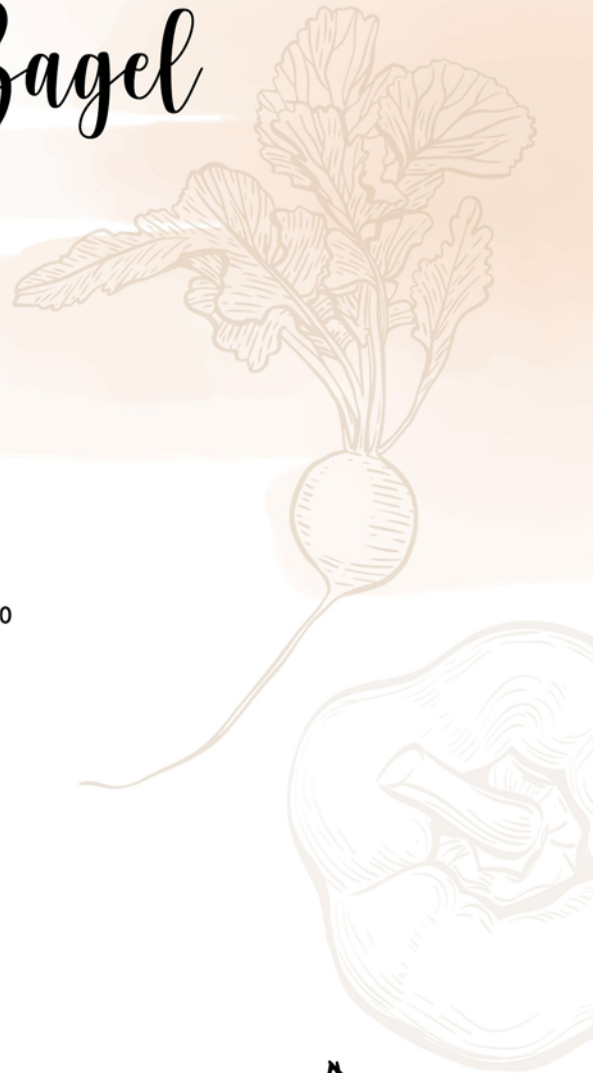
Gratinado con queso manchego (60 g) y relleno de pechuga de pollo (100 g) encostrada con granos y semillas selectos, con rebanadas de jitomate, espinacas y pesto.

Sándwich vegetariano \$150

Relleno de un salteado de brócoli zanahoria calabaza y jitomate a las finas hierbas, aderezado con pesto y queso manchego gratinado (70 g).

Sándwich especial \$180

Pan dorado en mantequilla, relleno de jamón de pavo (70 g), queso panela (70 g), aguacate, lechuga, jitomate y pesto.





Menú Infantil

(Puedes cambiar la leche por jugo del día)

Arbolito infantil **\$110**

Arbolito de huevo revuelto (2 pz) con jamón de pavo (40 g), frijoles refritos y gusanitos de uvas y jitomate cherry; incluye un vaso de leche (220 ml).

Banderillas **\$110**

Deliciosas banderillas de salchicha de pavo (2 pz), acompañadas con bastones de zanahoria; incluye un vaso de leche (220 ml).

Sincronizadas (3 piezas) **\$120**

Sincronizadas de jamón (70 g), queso manchego (70 g) y espinaca; incluye un vaso de leche (220 ml).

Bebidas calientes

Té (375 ml)	\$30
Té chai latte (375 ml)	\$65
Tizanas (375 ml)	\$60
Café de la casa (refill)	\$40
Café americano (refill)	\$40
Café descafeinado (refill)	\$40
Café con leche (375 ml)	\$55
Expresso (60 ml)	\$40
Expresso cortado (60 ml)	\$45
Capuchino (175 ml)	\$50
Capuchino con sabor (175 ml)	\$65
Leche fría o caliente (375 ml)	\$35
Chocolate frío o caliente (375 ml)	\$55
Chocolate abuelita (375 ml)	\$55
Chocolate blanco (375 ml)	\$65
Chocolate blanco con menta irlandesa (375 ml)	\$95
Chocolate blanco con cereza (375 ml)	\$95
Horchata caliente	\$60





Bebidas

JUGOS (375 ml)

Jugo de naranja	\$50
Jugo de toronja	\$60
Antigripal	\$70
Naranja, guayaba, limón, miel y polen.	
Jugo verde	\$70
Naranja, piña, apio, nopal, espinaca y menta, con un toque de polen.	
Gastritis	\$70
Manzana, zanahoria, menta, guayaba y jengibre.	
Humectante	\$80
Naranja, uvas, fresa y miel.	
Frutos rojos	\$80
El tradicional, con jugo de naranja, fresa, blueberry y zarzamora.	
Verde detox	\$70
Apio, pepino, espinaca, limón, jengibre, manzana, agua y semillas de sésamo.	
Agua embotellada (500 ml)	\$28
Agua mineral (355 ml)	\$45
Refresco (355 ml)	\$45

BATIDOS (400 ml)

Fresa	\$75
Con almendras y leche.	
Mango	\$75
Con rompope, amaranto y leche.	
Plátano con chocolate	\$75





SMOOTHIES SALUDABLES (400 ml)

Plátano-fresa	\$85
Plátano, fresas, espinaca, yogurt natural y endulzado con miel.	
Manzana-plátano	\$85
Manzana, plátano, amaranto, yogurt natural, canela y miel.	
Aguacate	\$85
Aguacate, plátano, canela y leche.	


MALTEADAS (375 ml)



Fresa, vainilla o chocolate, rompope, menta irlandesa y dulce de leche	\$85
---	-------------





Nuestros platillos son elaborados al momento. El gramaje de la proteína se pesa antes de cocción. Cualquier cambio de ingredientes genera un costo extra. Nuestros precios ya incluyen I.V.A. y son en moneda nacional.



  @elhuertometepec
