



SAMSARA

Listă alergeni

1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelta, grâu mare sau hibrizi ai acestora) și produse derivate
2. Ouă și produse derivate
3. Soia și produse derivate
4. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoză)
5. Fructe cu coajă, nucă migdală (Anagyralus communis L.), alune de pădure (Corylus avellana), nucă (Juglans regia), anacarde (Anacardium occidentale), nuci Pecan-Carya illinoensis (Wongenh.) K. Koch., nuci de Brazilia (Bertholletia excelsa), fistic (Pistacia vera), nuci de Macadamia, nuci Queensland (Macadamia ternstroemia) și produse derivate
6. Telină și produse derivate
7. Mustar și produse derivate
8. Semețe de susan și produse derivate
9. Dioxid de sulf și sulfit
10. Ciuperci și produse derivate
11. Ciuperci

Avem rugămintea ca, în momentul comandării, să ne informați cu privire la toate ingredientele care vă provoacă alergii sau față de care aveți intoleranță.

Preparatele noastre sunt gătite cu drag din ingrediente autentice, care provin în mare parte din surse locale și ecologice.

01 Supe

Supă cremă de broccoli

300g raw-vegan (F) (A)
broccoli, caju, fulgi de drojdie, spanac, usturoi
kcal 348/ proteine 9/ lipide 26/ carbohidrați 24/ fibre 9

Supă Thai

350g vegan (L) (S) (C)
ceapa, ciuperci shiitake, miso, lemongrass, ghimbir, lapte de cocos
kcal 389/ proteine 6/ lipide 10/ carbohidrați 13/ fibre 2

Supă cremă de linte

350g vegan (L) (C)
linte roșie, telină, morcovi, ardei roșu, ceapă, crutoane
kcal 186/ proteine 9/ lipide 6/ carbohidrați 27/ fibre 9

Supă cremă de ciuperci sălbatice

350g vegetarian (L) (L) (S) (C)
ciuperci, telină, pecorino, ulei de trufe, ceapă, crutoane*
kcal 390/ proteine 17/ lipide 19/ carbohidrați 20/ fibre 11

Ciorbă de pleurotus

350g vegetarian (L) (L) (S) (C) (D) (S)
ciuperci pleurotus, ceapă, morcovi, ardei iute, usturoi, ouă, smântână, pâine cu maia
kcal 196/ proteine 8/ lipide 11/ carbohidrați 14/ fibre 8

Supă irlandeză cu cartof și ou

350g vegetarian (L) (L) (D) (S)
cartofi, smântână, ouă, ceapă, cimbrisor
kcal 303/ proteine 10/ lipide 14/ carbohidrați 34/ fibre 4

02 Antreuri

Popcorn din conopidă

150g raw-vegan
conopidă, ulei de porumb presat la rece, fulgi de drojdie inactivă
kcal 78/ proteine 7/ lipide 1/ carbohidrați 13/ fibre 6

Hummus cu rodie și mentă

150g vegan (S) (C) (F) (A)
năut, tahini, usturoi, rodie, mentă, lime
kcal 1144/ proteine 38/ lipide 33/ carbohidrați 40

Salată de vinete

150g vegan (S) (S) (M)
vinete, ceapă, maioneză vegană făcută în casă, roșii cherry, pâine cu maia
kcal 795/ proteine 22/ lipide 4/ carbohidrați 129/ fibre 22

Guacamole cu pico de gallo și chipsuri de mălai

150g vegan (F) (A)
avocado, lămâie, roșii, ceapă, coriandru
kcal 782/ proteine 18/ lipide 30/ carbohidrați 116/ fibre 15

Dumplings

260g vegan (S) (C) (S)
spanac, varză, ridiche albă, ghimbir, sos de soia, sos sweet chilly*
kcal 562/ proteine 9/ lipide 8/ carbohidrați 117

Tempura de pleurotus

135g vegan (C) (C) (S)
ciuperci pleurotus, sos signature
kcal 142/ proteine 6/ lipide 1/ carbohidrați 29/ fibre 2

Boulette de cartof dulce

210g vegetarian (C) (L) (D)
cartofi dulci, brânză halloumi, brânză de capră, ouă, pesmet panko, sos de brânză
kcal 388/ proteine 18/ lipide 21/ carbohidrați 30/ fibre 1

03 Salate

Salată de cartofi dulci cu quinoa

350g vegan (S) (M)
cartofi dulci, quinoa, prune uscate, ardei roșu, usturoi, ceapă, vinegretă
kcal 351/ proteine 11/ lipide 4/ carbohidrați 75/ fibre 9

Salată cu halloumi la grill

350g vegetarian (S) (L)
brânză halloumi, sparanghel, pastarnac, morcovi, cartofi dulci, rodie, dressing de citrice
kcal 462/ proteine 22/ lipide 36/ carbohidrați 22/ fibre 9

Salată cu avocado, roșii și mango

350g vegetarian (S) (D) (L) (F) (A)
avocado, mango, brânză de capră, roșii, măsline, ardei iute
kcal 355/ proteine 14/ lipide 27/ carbohidrați 22/ fibre 7

Salată Caesar

350g vegetarian (C) (C) (S) (C)
salată iceberg, ciuperci pleurotus, ouă, morcovi, crutoane, dressing Caesar
kcal 347/ proteine 18/ lipide 15/ carbohidrați 36/ fibre 2

04 Stir fry

Fried rice cu tofu și ciuperci shiitake

400g vegan (C) (C) (S)
orez, morcovi, dovlecel, ciuperci shiitake, tofu, sos de soia
kcal 718/ proteine 34/ lipide 18/ carbohidrați 112/ fibre 5

Spicy Bamboo Noodles

400g vegan (C) (C) (S)
tăiței de grâu, ciuperci urechi de lemn, bambus, morcov, dovlecel, ceapă, ardei roșu, ardei iute, sos de soia
kcal 664/ proteine 22/ lipide 25/ carbohidrați 81/ fibre 13

Stir-fried mangetout cu baby porumb și ciuperci shimeji

400g vegan (C) (C) (S)
tăiței de grâu, ciuperci shimeji, porumb baby, mangetout, ardei roșu, sos de soia
kcal 808/ proteine 27/ lipide 13/ carbohidrați 132/ fibre 3

05 Specialități

Avocado raw

300g raw-vegan (A) (F)
Avocado, mușuri de pin, caju crud, goji, pudră de sfeclă, fulgi de drojdie, ulei de nucă presat la rece, usturoi, lămâie, roșii uscate, susan
kcal 609/ proteine 11/ lipide 55/ carbohidrați 15/ fibre 15

Coconut & jackfruit curry

400g vegan (S)
jackfruit, cremă de cocos, ghimbir, garam masala, limes, turmeric, ardei roșu, roșii, ceapă
kcal 574/ proteine 8/ lipide 48/ carbohidrați 29/ fibre 4

Curry de linte și spanac

400g vegan (L) (S) (C)
Orez, linte roșie, ciuperci, baby spanac, tumeric, ardei iute, ardei gras roșu, telină, usturoi, morcovi, ceapă
kcal 582/ proteine 13/ lipide 15/ carbohidrați 97/ fibre 8

Varză à la Cluj

350g vegan (L) (S) (A) (F) (S) (C)
orez, varză chinezească murată, ciuperci, mărar, sos de roșii
kcal 584/ proteine 11/ lipide 20/ carbohidrați 43/ fibre 5

Chilli vegan cu smântână de caju și avocado

500g vegan (L) (A) (F)
orez, fasole roșie, fasole albă, chilli, avocado, caju, telină apio, ardei gras roșu, morcovi, ceapă roșie
kcal 545/ proteine 21/ lipide 11/ carbohidrați 86/ fibre 16

Burger Vegan

350g vegan (C) (S) (S) (M) (C)
chiflă, ciuperci, fulgi de ovăz, sos de soia, roșii uscate, năut, ceapă, jalapeño*
kcal 632/ proteine 20/ lipide 30/ carbohidrați 60/ fibre 18

Signature Burger

350g vegan (C) (S) (S) (A) (F) (M)
chiflă, conopidă, nucă, ceapă, ovăz, avocado, roșii, sos*
kcal 710/ proteine 14/ lipide 30/ carbohidrați 97/ fibre 4

Double Cheesy Burger

350g vegetarian (C) (L) (S) (A) (F) (S) (D) (M)
chiflă, halloumi, parmezan, ou, cheddar, castraveți murați, roșii, maioneză*
kcal 588/ proteine 40/ lipide 37/ carbohidrați 23/ fibre 3

Parmigiana di melanzane

400g vegetarian (C) (L) (L) (D)
vinete, mozzarella, ouă, parmezan, făină, sos de roșii
kcal 767/ proteine 40/ lipide 27/ carbohidrați 84/ fibre 16

Chiftelute cu cartofi piure și sos de roșii

400g vegetarian (C) (L) (L) (D) (S) (C)
cartofi, unt, ciuperci, năut, pesmet panko, lapte de soia, fulgi de drojdie, ouă
kcal 671/ proteine 34/ lipide 38/ carbohidrați 47/ fibre 5

Cartofi quattro formaggi

400g vegetarian (C) (L) (C)
cartofi, sos de brânză, ciuperci pleurotus, salată mix
kcal 768/ proteine 21/ lipide 29/ carbohidrați 108/ fibre 1

Risotto cu sfeclă și brânză de capră

400g vegetarian (L)
orez arborio, brânză de capră, sfeclă roșie, unt
kcal 619/ proteine 14/ lipide 33/ carbohidrați 54/ fibre 1

Tocăniță de hribi cu mămăligă

400g vegetarian (L) (C)
hribi, smântână, usturoi, făină de mălai
kcal 292/ proteine 13/ lipide 1/ carbohidrați 62/ fibre 10

Lasagna cu ciuperci și spanac

450g vegetarian (C) (L) (L) (D) (S) (C)
foi de lasagna, spanac, ciuperci, bechamel, mozzarella, sos de roșii, usturoi, ceapă
kcal 567/ proteine 25/ lipide 26/ carbohidrați 55/ fibre 1

06 Paste

Paste integrale cu tofu, anghinare și smântână de caju

400g vegan (C) (A) (C) (S) (D)
paste integrale, anghinare, tofu, caju, roșii uscate, fulgi de drojdie, usturoi
kcal 723/ proteine 29/ lipide 38/ carbohidrați 83/ fibre 8

Linguine veggie bolognese

400g vegan (C) (L)
linguine, ciuperci, ceapă, usturoi, morcovi, telină, sos de roșii, sos de soia
kcal 506/ proteine 11/ lipide 8/ carbohidrați 71/ fibre 12

Ravioli cu ciuperci

300g vegetarian (C) (D) (L) (C) (L)
ravioli cu trufe, sos de ciuperci
kcal 480/ proteine 21/ lipide 11/ carbohidrați 75/ fibre 1

Pappardelle cu hribi și smântână

400g vegetarian (C) (D) (S) (A) (F) (C) (C)
pappardelle, hribi, smântână, parmezan, usturoi, ceapă
kcal 725/ proteine 16/ lipide 33/ carbohidrați 8/ fibre 2

Campanelle cu broccoli și pesto

400g vegetarian (C) (D) (A) (D) (L)
campanelle, broccoli, busuioc, smântână, parmezan, usturoi, caju
kcal 726/ proteine 20/ lipide 51/ carbohidrați 49/ fibre 3

Campanelle quattro formaggi

400g vegetarian (C) (D) (L)
campanelle, sos de brânză
kcal 538/ proteine 14/ lipide 33/ carbohidrați 47/ fibre 3

Tortellini cu parmigiano reggiano

300g vegetarian (C) (D) (L)
tortellini cu parmigiano reggiano, sos de brânză
kcal 653/ proteine 23/ lipide 33/ carbohidrați 66/ fibre 3

07 Desert

Raw cake cu vanilie și fructe de pădure

135g raw-vegan (F) (A)
caju, ulei de cocos, fructe de pădure, migdale, curmale sirop de agave, sirop de afine^o
kcal 520/ proteine 25/ lipide 46/ carbohidrați 43/ fibre 5

Carrot cake

150g vegan (F) (A) (C)
caju, morcovi, alune de pădure, nucă, unt de cacao, sirop de agave, făină, vanilie, scorțișoară, ananas, nușoară, ulei de floarea soarelui presat la rece, lime
kcal 408/ proteine 7/ lipide 26/ carbohidrați 41/ fibre 2

Brownies cu caramel sărat

150g vegetarian (F) (A) (D) (D) (L)
ciocolată, alune, nuci, făină, ouă, zahăr, merișoare, sos de caramel
kcal 508/ proteine 10/ lipide 30/ carbohidrați 48/ fibre 5

Signature Cake

160g vegetarian (C) (D) (L)
Cremă aerată de brânză mascarpone, sos de mango, ouă, sos de caramel, fructe de pădure, făină*
kcal 768/ proteine 11/ lipide 30/ carbohidrați 160/ fibre 1

Sticky toffee pudding

170g vegetarian (C) (D) (L)
curmale, sos de caramel, făină
kcal 577/ proteine 10/ lipide 13/ carbohidrați 106/ fibre 3

Upside Down chocolate cake

175g vegetarian (C) (L) (L)
ciocolată, cacao, cremă de piersici, cremă de frișcă, făină
kcal 578/ proteine 8/ lipide 26/ carbohidrați 79/ fibre 1

08 Meniu Copii

Supă cremă de linte

170g vegan (L) (C)
linte roșie, telină, morcovi, ardei roșu, ceapă, crutoane
kcal 90/ proteine 5/ carbohidrați 17/ fibre 4

Supă cremă de ciuperci sălbatice

170g vegetarian (L) (C) (L) (C)
ciuperci, telină, pecorino, ulei de trufe, ceapă, crutoane*
kcal 124/ proteine 8/ lipide 8/ carbohidrați 7/ fibre 8

Spaghete cu sos marinara

250g vegetarian (L) (D) (L) (D)
paste, sos de roșii, brânză
kcal 285/ proteine 9/ lipide 10/ carbohidrați 39/ fibre 2

Piure de cartofi cu broccoli, morcovi și brânză halloumi

250g vegetarian (L)
cartofi, broccoli, morcovi, halloumi
kcal 306/ proteine 15/ lipide 17/ carbohidrați 24/ fibre 17

Chiftelută marinara cu piure de cartofi

250g vegetarian (L) (C) (L) (D) (S) (C)
chiftelută, cartofi piure, sos de roșii
kcal 339/ proteine 8/ lipide 12/ carbohidrați 57/ fibre 1

*Preparatele conțin anumite produse Samsara congelate.

*Preparatele conțin anumite ingrediente ce provin din produse congelate.

În timpul preparării produselor, pot exista contaminări încrușișate neintenționate cu alergeni.