

## DOBRO JE ZNATI

Na tanjurima u Le Batatu mogu se pronaći najkvalitetnije namirnice **lokalnih proizvođača**<sup>1</sup>. Sezonske, raznovrsne, zdrave i nutritivno bogate, one spajaju moderne ideje i tradiciju Međimurja.

Neka naša zdrava jela **radimo potpuno sami**<sup>2</sup> u našoj kuhinji.

Naša briga o zdravlju i želja za uvođenjem zdravih i kvalitetnih namirnica vodila nas je k pronalasku lokalnih proizvođača kojima su **ekološka i biodinamička**<sup>3</sup> poljoprivreda **misija i zavjet**. Upravo ove namirnice najzdravijeg mogućeg porijekla svakom našem gostu jamče najbolje za njegovo tijelo.

Kako bi istaknuli pojedini okus određenih jela u ovom jelovniku, naši kuhari upotrebljavaju začinska bilja iz našeg **vlastitog biodinamičkog vrta**<sup>4</sup> koji se nalazi u neposrednoj blizini restorana.

Sve slastice u našem restoranu mogu se okusiti bez imalo grižnje savjesti – sve su **domaće, ručno rađene, s najkvalitetnijim lokalnim namirnicama i bez umjetnih zaslađivača i pojačivača okusa**<sup>5</sup>.

Naš restoran posjeduje Halal certifikat i time garantiramo posebnu pripremu namirnica u skladu s propisanim standardima Islama.

Izbor veganskih jela je bogat, a označena su ovom oznakom: 

Jela bez glutena prepoznaju se po ovoj oznaci: 

U svim našim jelima koristimo lokalne namirnice i označavamo ih: 

Domaća jela izrađena u našoj kuhinji prepoznaju se po oznaci: 



Osjećaji su za DUŠU,  
ono što je hrana za TIJELO.

*Dr. Rudolf Steiner.*

<sup>1</sup> **Politika  
0 km.**

<sup>3</sup> **Biodinamika  
je holistički,  
ekološki i  
etički  
pristup  
poljodjelstvu,  
vrtlarstvu  
i hrani  
s naglaskom  
na vitalnost.**

<sup>4</sup> **Pitajte  
naše  
osoblje  
za smjer.**

<sup>2</sup> **Ručno  
rađeni  
trganci,  
njoki i  
rezanci.**

<sup>5</sup> **U naše  
slastice  
dodajemo  
domaći  
med!**

## UPUTE ZA KORIŠTENJE JELOVNIKA

- 1.** U restoranu se nalaze informacije o alergenima, a karticu s alergenima možete zatražiti kod našeg osoblja.
- 2.** Tijekom razmišljanja i kombiniranja savršenog obroka, predlažemo zdravu verziju čipsa od batata uz domaći umak, oboje rađeno u našoj kuhinji.
- 3.** Sljedeći korak je spajanje jela prema vlastitoj želji, jer u Le Batatu svatko kreira svoje kombinacije obroka. Posebno smo poznati po zdjeli zdravlja - Healthness zdjeli i juhama koje su prilagođene veganskoj prehrani, bez mliječnih prerađevina, na osnovi prirodnih i biljnih namirnica.
- 4.** Glavno jelo se može spojiti s bilo kojim prilogom i umakom, a mi kao prilog ili samostalno preporučujemo domaće trgance pripremljene rukama naših najiskusnijih kuharica koji su odlična baza za sve umake.
- 5.** Za najmlađe goste pripremili smo poseban jelovnik s najdražim jelima Martija i Martine. Samo jedna napomena – ovdje ništa ne pržimo, ali imamo sve zdrave alternative najpopularnijih dječjih jela. :)

PDV je uključen u cijene. Zadržavamo pravo promjene cijena. Cjenik je važeći od 07.04.2023. Za uvjete poslovanja i usluge koje nisu navedene vrijede redovni uvjeti iz službenog cjenika Terma Sveti Martin koji je važeći od 01.01.2023. Sve cijene izražene u € preračunate su prema fiksnom tečaju konverzije: 1 € = 7,53450 HRK. Osobama mlađim od 18 godine ne uslužujemo alkohol.

Le Batat  
HEALTHY DINING

J E L O V N I K

Ljudsko tijelo ima moć  
SAMOOZDRAVLJENJA  
- potrebno mu je samo  
malo pomoći iz  
PRIRODE.

*Dr. Rudolf Steiner*

## POZDRAV 'Z KUHINJE

### Domaći čips od batata s umakom od jogurta

batat iz lokalnog uzgoja, začini iz našeg biodinamičkog vrta



### HEALTHNESS ZDJELA

TOPLO!

1. baza: riža ili prosenka kaša ili kvinoja ili heljdina kaša ili kineski rezanci
2. mahunarke: leća ili slanutak ili crveni grah
3. sjemenke & orašasti plodovi: buča ili sezam ili orah ili suncokret
4. svježe povrće: rajčica, krastavci, svježa paprika
5. povrće s roštilja: tikvica, mrkva, kupus, batat

4,50 € | 33,91 kn



## SALATE ZA ZDRAVLJE

### prava Steinerova

grejp, naranča, radič, zelena salata, sezonsko voće, sjemenke suncokreta, bučine sjemenke, sjemenke sezama

4,90 € | 36,92 kn



### Cezar na međimurski

iceberg salata, domaći umak od jogurta, batat, parmezan, krutoni

4,90 € | 36,92 kn



### eksplozija C vitamina

zelena salata, bijeli kupus, crveni kupus, radič, sezonsko voće, prženi lješnjaci

4,90 € | 36,92 kn



### svega po malo

zelena salata, mini rajčica, svježi kupus, kukuruz šećerac

4,90 € | 36,92 kn



## DOMAĆI NAMMAZI

### od slanutka



### od batata



### od cikle



### Trio namaza i domaća lepinja

9,90 € | 74,59 kn



\*Svi namazi idu kao dodatak Healthness zdjeli i uključeni su u cijenu. Probaj i trio namaza kao predjelo s domaćom lepinjom.

## DODACI ZA: ZDJELU, SALATE, PASTU, RIŽU & KAŠU

tofu	piletina	ramsteak
6,90 € 51,99 kn	4,90 € 36,92 kn	7,90 € 59,52 kn
svježi sir	domaći krutoni	domaća lepinja
2,90 € 21,85 kn	1,90 € 14,32 kn	2,90 € 21,85 kn
sjemenke: suncokret ili buča ili sezam	orašasti plodovi: prženi lješnjaci ili bademi ili orasi	suho voće: brusnice ili datulje ili grožđice
2,90 € 21,85 kn	2,90 € 21,85 kn	2,90 € 21,85 kn

## DOMAĆI DRESSINZI

### od limuna i limunskog papra

3,90 € | 29,38 kn



### od jogurta

3,90 € | 29,38 kn



### kremasti od češnjaka

3,90 € | 29,38 kn



### od senfa

3,90 € | 29,38 kn



### od međimurskih gljiva

4,90 € | 36,92 kn



### od svakakvog zdravog povrća

3,50 € | 26,37 kn



### od hranjive buče

4,90 € | 36,92 kn



### od narančastog batata i crvene leće

4,90 € | 36,92 kn



\*nadoplata za domaću ribanku (nije veganska): 1,90 € | 14,32 kn

\*Juhe su veganske, od povrća je vrlo bistra, ostale su potpuno krem. :)

## KOMBINIRAJ GLAVNA JELA I PRILOGE PO ŽELJI

### Juneći biftek

30,90 € | 232,82 kn



### Medeni pureći odrezak na tavi

11,90 € | 89,66 kn



### Pačja prsa na umaku od naranče

25,90 € | 195,14 kn



### Smuđ 'z Mure paniran u bučnim košticama

19,90 € | 149,94 kn



### Tofu odrezak natopljen soja umakom na roštilju

8,90 € | 67,06 kn



### Zeleni ravioli punjeni gljivama na umaku od špinata

9,90 € | 74,59 kn



### Punjene paprike s kvinojom

9,90 € | 74,59 kn



### Šareno povrće sa žara i batat s umakom od soje

2,90 € | 21,85 kn



### Krem pire od batata i celera

5,90 € | 44,45 kn



### Ratatu od batata i miješanog povrća

2,90 € | 21,85 kn



### Dinstani kupus s međimurskom jabukom, domaćim džemom i medom

3,90 € | 29,38 kn



### Zdravi krumpirići od batata i sezonskog povrća

3,90 € | 29,38 kn



\*Uz ponudeno, provjeri i kombinacije paste s nekim od domaćih ummaka kao moguću prilogu glavnim jelima.

## PASTA U KOMBINACIJI S DOMAĆIM UMMMAKOM

9,90 € | 74,59 kn

### Tri colori njoki



### Rezanci od špinata



### Rezanci od buče



### Domaći trganci



### kremasti od domaćeg sira



### od slatke rajčice i bosiljka



### od svježeg lokalnog špinata



### lagani od vrhnja i domaćih gljiva



## RIŽA & KAŠA

9,90 € | 74,59 kn

### Kašoto



### Rižoto od batata



### Rižoto od gljiva



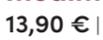
\*Rezance, njoke i trgance radimo sami, a svi njihovi sastojci su lokalnog uzgoja kojeg mi brižno nadziremo. Kombinaciju paste s domaćim ummmakom, rižu i kašu moguće je naručiti i kao prilog k nekom od glavnih jela po cijeni od:

4,95 € | 37,30 kn

## PREPORUKA ŠEFICE KUHINJE

### domaća pasta s umakom od međimurske divljači

13,90 € | 104,73 kn



### domaća pasta s blagim umakom od pastreve

12,90 € | 97,20 kn



## JE LI NETKO REKAO "SLATKO"?

### Kućna Falat ili čokoladna torta

3,90 € | 29,38 kn



### Bakin tart od lješnjaka i karamele prema starom receptu

4,90 € | 36,92 kn



### Osvježavajuća torta od maline

3,90 € | 29,38 kn



### Sirova torta od borovnice

5,90 € | 44,45 kn



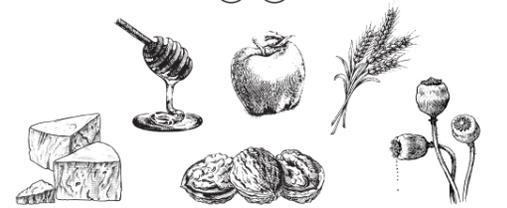
### Ona prava Međimurska gibanica

5,90 € | 44,45 kn



### Zdrava "rastavljena" Međimurska gibanica

5,90 € | 44,45 kn



\*Deserte radimo sami koristeći isključivo lokalne namirnice te domaći med kao zdravu alternativu šećeru, osim naše torte od borovnice koju pripremamo samo s veganskim sastojcima.