



κατάλογος
ΝΗΣΤΙΣΙΜΟΣ
2019



3,30€

Ο χυμός που
ενεργοποιεί τον
μεταβολισμό σου!



Νηστίσιμο
Club Sandwich

5,50€



210 52.39.779 | 210 52.34.471 | www.petit.gr



Νηστίσιμο Μενού



5,50€

Νηστίσιμο Club Sandwich

Φρυγανισμένο ψωμί του τoστ άσπρο με Νησιώτικο λιπιφτέκι λαχανικών, ντομάτα, νηστίσιμη σως λαχανικών με μουστάρδα, μαρούλι. Συνοδεύεται με τηγανιτές πατάτες dippers & νηστίσιμη σως μπάριμπεκιου σε μπιλάκι.



5,95€

Νηστίσιμο Γεύμα Φαλάφελ

Απολαυστικό, χορταστικό ηλιές γεύμα 2 τεμ. παραδοσιακά φαλάφελ (ρεβυθοκεφτεδες) μαρούλι Ελληνικό, μαρούλι iceberg, ντομάτα & σως λαχανικών με μουστάρδα τυλιγμένα σε παραδοσιακή αραβική πίτα. Συνοδεύονται από τηγανιτές πατάτες dippers & σως μπάριμπεκιου σε μπιλάκι για να τις βουτάτε.



6,20€

Νηστίσιμη Κυκλαδίτικη Ποικιλία

Απολαυστικό, χορταστικό ηλιές γεύμα από νηστίσιμους Κυκλαδίτικους Κεφτεδες κολοκυθοκεφτεδες 2 τεμ., τοματοκεφτεδες 2 τεμ. & φαλάφελ (ρεβυθοκεφτεδες) 2 τεμ. Συνοδεύονται από τραγανή σαλάτα τρικολόρε με ντρέσινγκ βινεγκρέτ ελαιόλαδου, πατάτες dippers & νηστίσιμη σως μπάριμπεκιου σε μπιλάκι.

Μηλόπιτα
χωριάτικη



Νηστίσιμα του Φούρνου μας

- Νηστίσιμη Σπανακόπιτα 1,95€
- Νηστίσιμη Χωριάτικη Πρασόπιτα χειροποίητη 2,20€
- Νηστίσιμη φλογέρα Πατατόπιτα με μυρωδικά 1,80€
- Νηστίσιμο κουλούρι Μηλόπιτα (με άχνη & κανέλα)..... 1,95€

Σπανακόπιτα
χωριάτικη χειροποίητη

Νηστίσιμο Μενού



4,95€

Νηστίσιμη Σαλάτα Σαντορίνης

Φρέσκια τραχανά σαλάτα τριχοθήρε (με μαρούλι, iceberg & ραντίτσιο), άχρια ρόκα, αγγούρι, τριψμένο καρότο, κρουτόν, ντοματίνια & λιαστή ντομάτα Σαντορίνης. Συνοδεύεται με ντρέσινγκ βαλσάμικο.



4,95€

Νηστίσιμη Σαλάτα Ζυμαρικών

Ζυμαρικά πένες ολικής, ψητά λαχανικά φούρνου (πολύχρωμες πιπεριές, μανιτάρια, μελιτζάνα) λιαστή ντομάτα, άχρια ρόκα & ντοματίνια baby. Περιχυμένα με ντρέσινγκ βινεγκρέτ ελαιόλαδου.



4,70€

Νηστίσιμη Κρητική Σαλάτα

Τραχανά Κρητικά παξιμαδάκια φτιαγμένα με ελαιόλαδο, ντομάτα, αγγούρι, ροδέλες ελιάς, πράσινη πιπεριά, ρίχνη ψιλή. Περιχυμένα με ντρέσινγκ βινεγκρέτ ελαιόλαδου.



4,95€

Νηστίσιμη Σαλάτα Ρυζιού

ρύζι barboiled, άχριο ρύζι, ψητά λαχανικά φούρνου (πολύχρωμες πιπεριές, μανιτάρια, μελιτζάνα, κολοκυθάκια, λιαστή ντομάτα), καλαμπόκι, καρότο τριψμένο, ντοματίνια, baby σπανάκι, άχρια ρόκα. Περιχυμένα με ντρέσινγκ μoustάρδα & μέλι.



5,95€

ΝΕΟ

σαλατοχειμά χούιους hummus & fakfel salad meal

Αραβική πίτα ολικής άλεσης τυλιγμένη σε ρολό γεμισμένη με παραδοσιακά φαλάφελ (ρεβυθοκεφτέδες), αυθεντική σάλτσα χούιους, μαρούλι, άχρια ρόκα & ντομάτα. Συνοδεύεται με σαλάτα από ποικιλία λαχανικών, ντοματίνια & σπιτικό ντρέσινγκ βινεγκρέτ ελαιόλαδου.



3,90€

Νηστίσιμο Μικροχειμά με Σπρινγκ Ρολς Λαχανικών

4 τεμ μίνι σπρινγκ ρολς σε τραχανό φύλλο με γέμιση από ποικιλία λαχανικών. Συνοδεύονται από τηγανιτές πατάτες χαρνιρισμένες με κέτσαπ

Νηστίσιμα Σάντουιτς (σε μπαγκέτα κανονική +0,25€)

Midi Μπαγκέτα Ψητά Λαχανικά	2,90€
Midi Μπαγκέτα με ψητά λαχανικά στο φούρνο, λιαστή ντομάτα, πράσινο πέστο βασιλικού & μαρούλι	
Midi Μπαγκέτα Τοματοκεφτέδες	2,90€
Midi Μπαγκέτα με τοματοκεφτέδες Κυκλαδίτικους, νηστίσιμη μελιτζανοσαλάτα & μαρούλι.	
Midi Μπαγκέτα Φαλάφελ	2,90€
Midi Μπαγκέτα με παραδοσιακό φαλάφελ (ρεβυθοκεφτέδες), σως λαχανικών με μουστάρδα, μαρούλι & ντομάτα.	
Αραβική με χούμους & Φαλάφελ	3,50€
Αραβική πίτα με παραδοσιακό φαλάφελ (ρεβυθοκεφτέδες), χούμους, μαρούλι, άγρια ρόκα & ντομάτα.	



Midi Μπαγκέτα φαλάφελ 2,90€

MY CHOICE 210 5750961

Φτιάξε το δικό σου νηστίσιμο Σάντουιτς

φρέσκο τσόντ άσπρη / μαύρη	επέλεξε ψωμάκι	0,75€
αραβική πίτα άσπρη		0,95€
αραβική πίτα ολικής		0,95€
φραντζολάκι ψωμί σάντουιτς		0,95€
μπαγκέτα άσπρη / μαύρη		0,95€
χωριάτικο ζύμητο ψωμί σε φέτες για New York σάντουιτς		1,05€
τζιαπάτα λευκή χωριάτικη με προζύμι		1,25€
τζιαπάτα πολύσπορη χωριάτικη με προζύμι		1,25€
Rustico λευκό (με προζύμι)		1,25€
Rustico ολικής οκτάσπορο (με προζύμι)		1,25€
Focaccia με ρίγανη		1,35€



2,90€ Midi Μπαγκέτα ψητά λαχανικά

πατάτες τηγανιτές	πρόσθεσε νηστίσιμα υλικά	0,60€
ψητά λαχανικά στο φούρνο		0,95€
2 τεμ κολλοκυθοκεφτέδες		1,40€
2 τεμ τοματοκεφτέδες		1,40€
2 τεμ φαλάφελ		1,40€
νηστίσιμο μπιφτέκι λαχανικών		1,65€
ελιές		0,55€
μανιτάρια / λιαστή ντομάτα		0,65€
μαρούλι / ντομάτα		0,40€
αγγούρι / πιπεριά / τριμμένο καρότο		0,35€
σπανάκι ή ρόκα		0,45€



2,90€ Midi Μπαγκέτα τοματοκεφτέδες

ολοκλήρωσε με νηστίσιμες σως

νηστίσιμη πατατοσαλάτα σπιτική	0,60€
νηστίσιμη μελιτζανοσαλάτα σπιτική	0,60€
νηστίσιμη σως λαχανικών με μουστάρδα	0,60€
μπαρμπεκιου σως	0,50€
σως μέλι & μουστάρδα / χούμους	0,55€