



RESTAURANTE
& MERCADO

WWW.SUNACOLOMBIA.COM

Para los muisca, *SUNA* significaba camino o camellón grande; camellón es el lomo que hay entre surco y surco de la tierra arada, sobre el cual se plantan las hortalizas; o sea “El Camino Natural”. El camino a recorrer aquí es el de la comida deliciosamente natural.

ENTRADAS

MONTADITO DE INVIERNO | s

Salmón curado en SUNA, manzana y aguacate, sobre pan de la casa, aceite de oliva virgen extra y germinados.
\$25.000 *Media porción:* \$16.000

ANTIPASTO ÁRABE | VGN

Hummus, tabouleh de quinua, baba-ganoush de berenjenas, aceitunas moradas y tajadas de pan árabe. \$25.000

CHAMPIÑONES TRES QUESOS | VGT

En mezcla fundida de quesos holandés, azul y parmesano, acompañados de tostadas de pan integral con ajo y perejil. \$24.500

CARIMAÑOLAS HORNEADAS | G

De yuca con relleno de lomo de res. Acompañadas de suero costeño y ají casero. \$10.500

Nuevo Veganas, rellenas de queso de nueces. \$12.300 VGN

CEVICHE DE MANGO | C / VGN / G

Mango fresco con cebolla roja, cilantro y limón. \$9.000

TARTARE MORÁN | G

Atún o salmón frescos, mango, ajonjolí negro, aceite de sésamo y limón, sobre aguacate, acompañado de crocante de plátano horneado. *Creado por LeoCocinero.* \$22.800

EDAMAMES | VGN / G

Vainas enteras de granos de soya cocidas al vapor, con sal marina. \$12.800

Nuevo

TACOS SILVESTRES | G

En tortillas artesanales de maíz con pico de gallo, puré de fríjoles, guacamole y guiso casero. Creados por la Chef Cénide.

De pescado G: \$22.000

De Tofu VGN/ G: \$19.800

SOPAS

Todas nuestras sopas se preparan a base de vegetales frescos.

SOPA DE TOMATE | VGT / G

Con trocitos de aguacate y un toque de suero costeño. Puede ser vegana a petición.

\$15.000

SOPA DE ZANAHORIA | VGN / G

Con jengibre y ralladura de limón.

\$10.200

SOPA CAMPESINA | VGN / G

Picadillo de vegetales y papa criolla con un toque de cilantro.

\$10.200

SOPA EN COSECHA | G

Pregunte por la sopa de la semana con ingredientes en cosecha.

\$10.200

ENSALADAS

CÉSAR - KALE | vGT

Con kale orgánico, hojas verdes, croutones de pan árabe, vinagreta de anchoas y un toque de yogurt natural.

\$21.500 *Media:* \$15.800

Adición: Lonjas de pollo criollo \$7.500 / *Adición:* Pechuga de pavo orgánico \$9.900

DE LA GRANJA | G

Mezcla de lechugas y tomates orgánicos, con champiñones, zanahoria, pechuga de pollo criollo, cebollas caramelizadas, cebollas confitadas, ajonjolí negro y vinagreta de páprika. \$25.500 *Media:* \$17.900

DE LA MONTAÑA | vGN / G

Quinoa, aguacate, tomate orgánico y pimentón, con vinagreta de albahaca, menta y hierbabuena, y decorada con un toque de chips horneados de kale y de arracacha. \$22.800 *Media:* \$16.400

KALE - N - DULA

Kale orgánico, espinaca y lechuga, con avena en grano, mango, marañones, semillas de ajonjolí y flores de caléndula, con opción de: Queso Feta vGT / S Pollo criollo S Salmón curado en SUNA S Edamames vGN / S \$24.900 *Media:* \$17.200

Nuevo

CAPRESE | G

Tomates cherry orgánicos, mozzarella de búfala, hojas de albahaca fresca y aceite de oliva extra virgen.

\$19.500 *Media:* \$13.500

SÁNDWICHES & WRAPS

Sándwiches en: ciabatta o baguette integral.

Wraps en: tortilla integral o acelga.

Acompañados de chips horneados de arracacha o kale.

SÁNDWICH DE POLLO, MANZANA Y QUESO HOLANDÉS

Pechuga de pollo criollo, queso holandés y manzana, con salsa de miel y mostaza dijon.

\$25.900 *Medio:* \$16.400

SÁNDWICH DEL BOSQUE vGT

Portobellos, queso de cabra o queso mozzarella, tomates orgánicos confitados y pesto casero.

\$25.500 *Medio:* \$16.100

Adición de queso vegano: \$6.300

SÁNDWICH DE POLLO CRIOLLO AL PESTO

Pechuga de pollo criollo, lechuga orgánica, tomate orgánico y pesto casero.

\$23.000 *Medio:* \$14.600

WRAP DEL CAMPO

Pollo criollo, queso holandés, cebollas confitadas, rúgula fresca y mayonesa de ajonjolí.

\$26.800 *Medio:* \$16.800

WRAP VEGGIE | vGN / S

Lentejas, champiñones, espinaca, remolacha, germinados y guacamole.

\$15.000 *Medio:* \$9.500

COMBINACIONES

Combinaciones de sopa, medio sándwich, medio wrap y media ensalada.

SOPA +
1/2 SÁNDWICH Ó
1/2 WRAP

SOPA +
1/2 ENSALADA

1/2 ENSALADA +
1/2 SÁNDWICH Ó
1/2 WRAP

- El precio depende de la combinación que usted elija -

SUNA BOWL

Combine sabores, nutrientes, texturas y colores a su gusto.

Arme y disfrute su propio SUNA BOWL por **\$22.000**
más el costo de las proteínas que escoja.

1. CEREAL (una opción) Arroz integral | Tagliatelle de quinua | Tabouleh de quinua | **Nuevo** Arroz con coco.

2. LEGUMBRES (una opción) Mini hamburguesas (escoja dos entre: lentejas o quinua y maíz) | Garbanzos | Lentejas | Picadillo de frijoles negros.

3. VEGETALES (dos opciones) Pepino cohombro | Ceviche de mango | Yacón | Mix de hojas verdes | Chips de kale | Chips de arracacha | Tomates cherry | Zanahoria | Champiñones | Zoodles (fideos de zucchini) | Batata dulce salteada | **Nuevo** Arroz de Coliflor.

4. DIP (una opción) Guacamole | Hummus | Babaganoush (puré de berenjenas asadas con tomates secos)

5. ADEREZO (una opción) Miel y Mostaza | Finas Hierbas | Páprika | Miso, miel y limón | Limón. *Se sirve aparte.*

6. TOPPINGS (una opción) Ajonjolí negro | Cebollas confitadas | Almendras tostadas | Semillas de soya | Flor de caléndula | Marañón | Aceitunas negras | Aceitunas verdes | Germinados.

*Ingrediente adicional de la base
(no proteína): \$3.900*

7. PROTEÍNA (adicional) Edamames: \$4.200 | Tofu salteado: \$8.300 | Huevo cocinado: \$4.200 | Pechuga de pollo criollo: \$7.500 | Salmón curado: \$14.000 | Queso feta: \$15.500 | Pechuga de pavo orgánico: \$9.900

PIZZA SUNA

Con base de masa integral: Quinua, trigo integral y harina de almendras. **vgn \$25.000**

Con base de masa de coliflor: Coliflor, garbanzo, almendras y sagú (sin gluten). **vgn / 6 \$33.900**

1. QUESO (una opción)
Queso vegano | Queso mozzarella.

2. TOPPINGS (tres opciones)
Rúgula | Aceitunas negras | Aceitunas verdes | Brócoli | Cebollas caramelizadas | Cebollas rojas asadas | Pimentón asado | Champiñones | Zucchini salteado | Tomate fresco | Berenjenas salteadas | Alcapparras | Tomates secos | Piña.

3. TOQUE FINAL (una opción)
Orégano | Peperoncino | Aceite de oliva virgen extra | Albahaca fresca.

5. ADICIÓN DE PROTEÍNA*
Pechuga de pollo criollo | Salmón curado en SUNA | Tofu salteado | Jamón de pavo orgánico | Queso mozzarella | Queso feta | Queso vegano | Queso azul | Pechuga horneada de pavo orgánico.

**Se cobra por aparte, según su precio correspondiente.*

SMOOTHIE BOWL SUNA

Arme y disfrute su smoothie por **\$23.800**

1. BASE (una opción)
* Açaí, uva y banano
* Aguacate, banano, arándanos y kale orgánico. (Verde)
* Mango y jengibre

2. MEZCLA (una opción - sin dulce)
Leche de almendras | Leche de soya | Yogurt natural | Yogurt de coco vegano.

3. FRUTAS (dos opciones)
Banano | Fresa | Mango | Kiwi | Arándanos | Papaya.

Adición fruta: \$2.800

4. TOPPINGS (tres opciones)
Avena | Granola Suna | Amaranto expandido | Quinua pop | Semillas de Chía | Goji berries | Almendras tostadas | Coco rallado | Granolitas | Polen | Chips de coco | Mantequilla de maní SUNA
Adición topping: \$3.500

PASTAS

TAGLIATELLE NAPOLITANA | VGT / S

Tagliatelle de quinua y harina integral, o de almendras (libre de gluten) al pesto SUNA, sobre salsa casera de tomates orgánicos y albahaca fresca, con crocante de parmesano. *(Opción de pesto vegano a petición)* \$29.800

WOK DE LOS ANDES

Pasta de quinua y trigo integral, o de almendras (libre de gluten), y mezcla de vegetales al wok, con soya, miel y jengibre, con un toque de ajonjolí. \$24.800 VGT / S / *Con pollo orgánico:* \$32.000 S / *Con Tofu:* \$29.500 VGT / S

ZOODLES DE LA TIERRA | VGT / G

Fideos de zucchini con pesto de la casa, salsa de tomates orgánicos, champiñones, tomates cherry, queso parmesano y germinados orgánicos. *(Opción de pesto vegano a petición)* \$21.000

LASAÑA DE LENTEJUELAS | VGT

Pasta con lentejas, queso mozzarella y salsa casera de tomates orgánicos, gratinada con queso parmesano. \$27.900

ARROCES

CHAUFA PRIMAVERAL

Arroz integral salteado con vegetales frescos, con un toque de jengibre, rociado con salsa casera de tomates orgánicos y salsa de soya. \$21.000 VGN / G / *Con lomo:* \$28.500 G / *Con tofu:* \$24.000 VGN / G / *Con pollo criollo:* \$27.000 G / *Con camarones:* \$32.400 G / *Mixto (pollo, camarones y lomo):* \$29.500 G

ARROZ BENGALÍ | VGT / G

Arroz integral con lentejas y zanahoria al curry, almendras tostadas y cebollas confitadas, acompañado de cohombros en salsa de yogurt, páprika y germinados. *(Puede ser con yogurt de coco vegano a petición)* \$26.000

CALENTADO DEL ALTIPLANO

Arroz integral, papa, plátano maduro, frijoles, ají y hogo caseros, con huevo criollo hecho en mantequilla clarificada. \$21.000 VGT / G / *Con lomo:* \$28.500 G / *Con tofu:* \$24.000 VGT / G / *Con pollo criollo* \$27.000 G / *Mixto (lomo y pollo criollo)* \$27.800 G

POLLOS Y CARNE

PECHUGA SALVAJE | G

Pollo criollo marinado con romero, páprika y vino blanco, sobre cama de arroz salvaje con pimentón, cebolla y champiñones, y cubierto de peras y manzanas a la parrilla. \$37.400

SUPREMA DE POLLO SUNA | G

Pechuga de pollo criollo rellena de espárragos, tomates secos y albahaca, con reducción de balsámico y acompañada de purés de batata dulce y papa sabanera. \$33.500

Vuelve

POLLO PROVENZAL | G

Pollo orgánico a las hierbas cocido al horno, acompañado de ratatouille. \$32.900

LOMO DE RES A LA PLANCHA | G

Delgado lomo de res a la plancha, acompañado de papas salteadas o bastones de batata dulce y ensalada de la casa de hojas verdes frescas, aguacate, habichuelines y germinados. \$36.900

PESCADOS

RÓBALO CRIOLLO | 🍴

Cocido al horno en hoja de plátano, con salsa napolitana y mandarina, y un toque de ají, aceitunas, cebolla morada y plátano maduro. **\$36.500**

SALMÓN AMAPOLA | 🍴

Recubierto de semillas de amapola, sumac y miel, sobre puré de papa pastusa, y decorado con tomates cherry orgánicos, germinados y pétalos orgánicos. **\$39.900**

ATÚN BISTRO | 🍴

Atún fresco a la plancha, cubierto con pimientas, acompañado de aguacate, habichuelines, alcaparras, hojas mixtas, germinados y salsa de amapola. **\$37.800**

Vuelve

PESCADO PACÍFICO | 🍴

Pescado blanco del día a la plancha con arroz con coco de la casa (el mejor de la ciudad). **\$39.900**

ESPECIALES SUNA

CALDERETA TROPICAL | 🍴

Bullabesa de langostinos, calamares y róbalo, vino, y aceite de oliva, acompañada de tostones horneados de plátano y casquitos de limón. **\$45.000** *Media: \$31.000*

BERENJENAS EN MOVIMIENTO | VGT / S

Torre de berenjenas, zucchini y mozzarella, asada a la plancha, sobre salsa de tomates orgánicos y albahaca fresca, con tostadas integrales. **\$28.000**

Nuevo

CURRY PARRA | 🍴

Cocido de especias de la India con leche de coco y curry amarillo, un poco picante, acompañado de arroz integral, arroz con coco o arroz de coliflor. *Con Camarones: \$35.500 / Con Tofu: \$27.500 / Con Pescado blanco: \$36.800 / Con Pollo Criollo: \$25.500*

HAMBURGUESAS VEGANAS

Nuevo

HAMBURGUESA CARNAVAL | VGN / 🍴

Con "carne" de portobellos, champiñones, tofu y remolacha; y con cebollas asadas, tomate, lechuga, salsa de pimentón, mayonesa de ajonjolí, y mostaza de la casa en pan libre de gluten. Creada por la Chef Daisy **\$33.500**

HAMBURGUESA DE QUINUA | VGN

De quinua y maíz, con cebollas confitadas, salsa de pimentón, mostaza de la casa y lechuga verde orgánica, en pan pita integral de la casa. **\$29.000**

HAMBURGUESA DE LENTEJAS | VGN

De lentejas con berenjena asada, guacamole y lechuga morada orgánica en pan pita integral de la casa. **\$29.000**

Adición de queso vegano: \$6.300

Escoja el acompañamiento de su hamburguesa:

Chips de kale / Chips de arracacha / Papas Salteadas / Ensalada Fresca o Bastones de Batata Dulce.

ADICIONES

PAPA DE LA SABANA SAUTÉ | 🌱

\$6.900

PURÉ DE BATATA DULCE | VGN / 🌱

\$6.500

BATATA DULCE SALTEADA | 🌱

\$6.500

CHIPS HORNEADOS DE ARRACACHA | VGN / 🌱

\$6.500

Vuelve RATATOUILLE | VGN / 🌱

Guiso francés de hortalizas frescas.

\$4.500

Nuevo ARROZ DE COLIFLOR

\$3.400

PURÉ DE PAPA PASTUSA | 🌱

\$6.500

ARROZ INTEGRAL | VGN / 🌱

\$3.400

ARROZ SALVAJE | VGN / 🌱

\$13.400

CHIPS HORNEADOS DE KALE ORGÁNICO | VGN / S / 🌱

\$3.900

Vuelve ARROZ CON COCO

\$7.000

ENSALADA DE LA CASA

Hojas mixtas, aguacate, habichuelines, alcaparras y germinados con vinagreta de mostaza. \$6.900

MENÚ INFANTIL

PASTA FIESTA

Tagliatelle de quinua con salsa de tomates orgánicos y salsa bechamel casera, trozos de pollo criollo y queso parmesano.

\$23.000

MINI PIZZAS DON DANIEL

Dos pizzas en pan árabe con salsa de tomates orgánicos, queso mozzarella, "ojos" de aceituna negra, "cejas" de cebolla roja, "nariz" de tomate cherry, "bigotes" de albahaca y "sonrisa" de tomate.

\$14.500

NUGGETS DE POLLO FELIZ

Nuggets de pollo horneados con papas al horno, salsa roja de pimentón y mostaza de la casa.

\$23.000

"El camino a recorrer aquí es el de la comida deliciosamente natural".