

organic spa food

ecobarens asiatiska smårätter (2-3 rätter rekommenderas)

Glasnudelsallad med lime, koriander, räkor (msc), musslor (msc) och cashewnötter.....	99 GF LF
Tom Kha Gai - Kokosmjölsoppa med galanga, citrongräs och limeblad samt kyckling.....	99 GF LF
Ecobarens autentiska Thai Springrolls med fläsk, kantareller, nudlar och spetskål. Serveras med husets sweet-chilisås.....	99 LF
Koreanskt kycklingspett med ingefära, sesam och vitlök. Serveras med sesamkryddad coleslaw.....	99 GF LF
Sotad Vildfångad Lax (msc) som serveras med snabbpicklad gurka, edamebönor, mango samt ripplad limeyoghurt.....	99 GF LF
Långbakad fläksida som serveras med glasnudelsallad och asieninspirerad glaze.....	99 GF LF



Helbakad Rotselleri som serveras med hasselnötssmör, jordärtskockschips och picklad pumpa.....	99 GF LF
Koreanskt Grönsaksspett med ingefära, sesam och vitlök. Serveras med sesamkryddad coleslaw (går att få V).....	79 GF LF
Vegansk Tom Kha - Kokosmjölsoppa med galanga, citrongräs, limeblad, spetskål och ostronskivling.....	79 GF LF V
Smashed Cucumber sallad bankad gurka dressad med sesam, vitlök, soja och honung.....	79 GF LF V

ecobarens klassiker

Smørrebrød, välj 1, 2, eller 3 av våra bästsäljare

Välj mellan kycklingcurry • ädelostkräm, päron och valnötter • hummus & avokado (går att få GF).....

en	två	tre
74	139	199

Toast Skagen, en klassisk favorit med räkor (MSC), tångkaviar, majonnäs och dill
på kavring (Går att få GF & LF).....

175

Räksallad (MSC), quinoa, marinerad rättika, cashewnötter och wasabidressing (Går att få LF).....

halv	hel
134	189

 GF

Veckans Veganska Raw Food & Energitalrik med hemgjorda hälsoröror och tillbehör på säsongens
bladgröna, marinerad rättika, syrade grönsaker, avokadodressing, fröströssel och husets frökex.....

179 GF LF V

Take away -10%



***RAW FOOD** upphettats ej
över 45 grader. Är helt vegansk,
gluten- och laktosfri.

GF = **Glutenfri**
LF = **Laktosfri**
V = **Vegan**

Vi strävar efter att bara
använda ekologiska och
GMO-fria råvaror.

Ingen matlagning sker i
mikro, stekbord eller i
aluminiumkärl.

organic spa food

ecobaren's asian small plates (2-3 dishes are recommended)

- Glass noodle salad** with lime, coriander, shrimps (msc), mussels (msc) and cashew nuts..... **99** (GF) (LF)
- Tom Kha Gai - Coconut milk soup** with galanga, lemongrass, lime leaves and chicken..... **99** (GF) (LF)
- Ecobaren's Autentic Thai Springrolls** with pork, chantarelles, noodles and point cabbage
Served with ecobaren's homemade sweet-chili sauce..... **99** (LF)
- Korean Chicken Skewer** with ginger, sesame and garlic. Served with sesame seasoned coleslaw..... **99** (GF) (LF)
- Blackened Wild Caught Salmon (msc)** served with quick pickled cucumber, edame beans, mango
and rippled lime yoghurt..... **99** (GF) (LF)
- Long Baked Side Pork** served with glass noodle salad and asian inspired glaze..... **99** (GF) (LF)



- Baked Root Celery** served with hazel nut butter, jerusalem artichoke crisps and pickled pumpkin..... **99** (GF) (LF)
- Korean Vegetable Skewer** with ginger, sesame and garlic. Served with sesame seasoned coleslaw (V available)..... **79** (GF) (LF)
- Vegan Tom Kha - Coconut milk soup** with galanga, lemongrass and lime leaves, point cabbage
and oyster mushroom..... **79** (GF) (LF) (V)
- Smashed Cucumber Salad** smashed cucumber dressed with sesame, garlic, soy sauce and honey..... **79** (GF) (LF) (V)

ecobaren's classics

- Smørrebrød, choose 1, 2 or 3 of our bestsellers** - open danish sandwiches (GF available)
Choose between: chicken curry • blue cheese cream, pear and walnuts • hummus & avocado.....

	one	two	three
	74	139	199
- Toast Skagen, a classic favourite** with shrimps (MSC), seaweed caviar, mayo and dill
on dark rye bread 'kavring' (GF & LF available)..... **175**
- Prawn Salad (MSC)**, quinoa, marinated black radish, cashew nuts and wasabi dressing (LF available).....

	half	whole
	134	189

 (GF)
- Our weekly Raw Food & Energy plate**
Homemade healthy dips and seasonal extras, greens, marinated black radish, fermented vegetables,
avocado dressing, seed sprinkles and our homemade seed crackers..... **179** (GF) (LF) (V)

Take away -10%



***RAW FOOD** prepared below
45° degrees celsius and is
vegan, lactose- & gluten free

(GF) = **Gluten free**
(LF) = **Lactose free**
(V) = **Vegan**

We strive to only use
Organic and GMO-free
ingredients.

Cooking is done without
micro, fryer, or aluminum
containers.

organic drinks



- Öl / Beer -

Oppigårds Grimlager, Sverige 5,2%	65
Whitstable Bay Ale, Organic U.K. 50 cl 4,5%	75
Alkoholfri Melleruds, Sverige 0,5%	35

- Vin / Wine -

Rött/Red

Les Cardounettes, Frankrike, Cabernet Sauvignon, Merlot & Pinot Noir	85/360
Odyssée, Frankrike, Grenache & Syrah	129/530

Vitt/White

Bianco Terre Di Chieti Biologico, Italien, Trebbiano	85/360
Corvers Kauter R3, Tyskland, Riesling	119/490

Rosé

La Pluma Rosé, Spanien, Tempranillo, Merlot & Cabernet Sauvignon	99/425
--	---------------

Mousserande/Sparkling

Pizzolato, Italien, Prosecco	89/395
Pares Balta, Spanien, Cava, Macabeo, Parellada & Xarel-lo	99/499

- Champagne -

Lanson Green Label, Brut, Frankrike, Pinot Noir, Chardonnay & Pinot Meunier	795
---	------------

- Cider -

Somersby Apple Organic, Danmark	55
---------------------------------	-----------

- Smoothie -

Fråga efter dagens smak	69
-------------------------	-----------

- Vatten, Läsk & Juice / Water & Softdrinks -

Stenkulla, artesiskt mineralvatten stilla petflaska, 50cl	30
stilla, glasflaska, 33cl	35

Kitty kola, lemonad eller ingefära	35
---------------------------------------	-----------

Naturfrisk rabarberdryck	35
-----------------------------	-----------

Humm Kombucha välj mellan olika smaker	55
---	-----------

Saltå Kvarn juicer	35
--------------------	-----------

Kokosvatten naturell	35
----------------------	-----------

Rödbetsjuice	39
--------------	-----------

Vattenmelonjuice	35
------------------	-----------

Blåbär-, Lingon- eller Rödbetsråsaft	52
--------------------------------------	-----------

- Varma Drycker / Warm Drinks -

Kaffe	30
-------	-----------

Latte	42
-------	-----------

Capuccino	36
-----------	-----------

Enkel espresso	23
----------------	-----------

Dubbel espresso	28
-----------------	-----------

Thé	30
-----	-----------