

# Desayunos estudioeSe

*Esta iniciativa ha sido creada para reflejar nuestra filosofía de bienestar entre estudio eSe (Barre, pilates y entrenamiento) y la gastronomía de Lúa en todas sus formas.*

*Te invitamos a que encuentres equilibrio entre energía, disfrute y nutrición, pensado para despertar todos tus sentidos.*

*Es el complemento perfecto para empezar tu día, cuidándote sin renunciar al placer de un buen desayuno.*

## La zona dulce

### **Yogu-matcha bowl. 9€**

Yogurt natural con té matcha+espirulina, granola, frambuesa liofilizada y chía con un poquito de sirope de agave.

*(alérgenos: lactosa, gluten)*

### **Apple toast. 6€**

Tosta de queso crema y manzana, miel, coco deshidratado y crops de chocolate negro.

*(alérgenos: lactosa, gluten)*

### **Brownie eSe. 6€**

**(pecado, pero no mucho):**

Gluten free, cremoso, con tahini, plátano y nueces.

*(alérgenos: frutos de cáscara, lactosa).*

## Para beber

### **Açaí. 7€**

Batido de açaí, fresas, plátano y jengibre.

## Disfruta salado

### **Tostada toscana. 7,50€**

Tosta con queso ricota, albahaca crujiente y tomates secos en AOVE, con sus puntos de pesto genovés.

*(alérgenos: frutos de cáscara, lactosa y gluten)*

### **Revuelto de cecina y queso de cabra. 8€**

Huevos revueltos con cecina de León, queso de cabra a la plancha y semillas con su tostita de trigo sarraceno.

*(alérgenos: lactosa)*

### **Croissant ibérico. 7,50€**

Croissant de mantequilla con jamón ibérico y queso San Simón fundido.

*(alérgenos: gluten, lactosa)*

Todas las tostas pueden pedirse con pan sin gluten (+1€)

El batido se puede hacer con leche vegetal de avena (+0,30€) o de guisante (+0,40€)