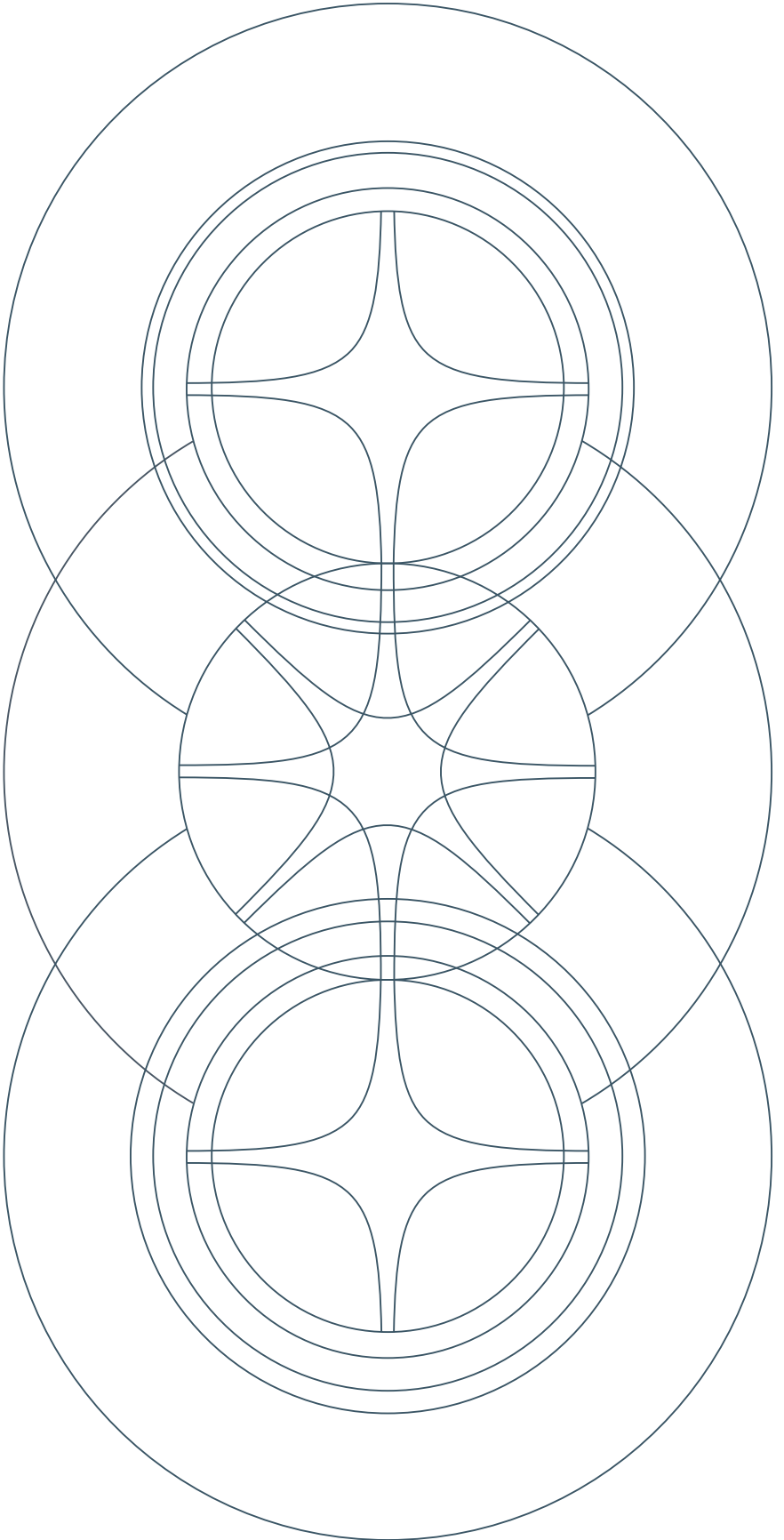


# ASTIR





[waveofchange.com](http://waveofchange.com)

Restaurante certificado **MSC/ASC** (Primera cadena hotelera certificada del Sur de Europa, República Dominicana y México). Desde Iberostar, como parte de nuestro movimiento **“Wave of Change”**, trabajamos para brindar a nuestros clientes una oferta de pescado cada vez más responsable con la salud de nuestros océanos y la de las personas y comunidades que de ellos dependen.

Certified restaurant by **MSC/ASC** (First certified hotel chain in southern Europe, Dominican Republic and Mexico). From Iberostar, and as part of our **“Wave of Change”** initiative, we are working to offer our customers a range of increasingly responsible seafood, for the health of our oceans and the people and communities depending on them.

Von **MSC/ASC** zertifiziertes Restaurant (erste zertifizierte Hotelkette in Südeuropa). Bei Iberostar arbeiten wir als Teil unserer Bewegung **“Wave of Change”** (Welle der Veränderung) daran, unseren Kunden eine Auswahl an verantwortungsbewusst gefischten Meeresprodukten zu bieten. Im Vordergrund stehen dabei die Gesundheit unserer Ozeane sowie die Menschen und Gemeinden, die von der Fischerei leben.

Ресторан имеет сертификат **MSC/ASC** (Первая сертифицированная гостиничная сеть в Южной Европе). В рамках своего движения **“Wave of Change”** компания Iberostar работает над тем, чтобы предлагать клиентам такой ассортимент рыбы, который предусматривает более ответственное отношение к охране здоровья наших океанов, а также зависящих от них людей и сообществ.



MSC-C-56782



ASC-C-01938

## СТРАСТЬ К ЗАВТРАКАМ

### PIÑA CHLORADA

Ананас, кокос, хлорелла, кокосовое молоко и агава

### KALE LIFE

Кале, огурец, сельдерей, лимон, авокадо и спирулина

### ORIENTAL PASSION

Чай матча, соевое молоко, банан, имбирь и мед

### RED LOVE

Ягоды асаи, малина, миндальное молоко и кокос

### СМУЗИ

Апельсин, яблоко,  
морковь и имбирь

Маракуйя, манго и  
апельсин

Мангольд, ананас,  
сельдерей и спирулина

Ягоды, дыня и ананас

### Молочные коктейли

Банан, корица и  
кокосовое молоко

Питайя, папайя, семена  
čia и рисовое молоко

Печенье типа Maria и  
какао с овсяным  
молоком

### КЛАССИКА

ПОЛНАЯ  
ЭНЕРГИИ

### ВЫБЕРИТЕ

СТИМУЛЯТОР  
ЗДОРОВЬЯ

АПЕЛЬСИН  
МОРКОВЬ  
ШПИНАТ  
ГРЕЙПФРУТ

СПИРУЛИНА  
ХЛОРЕЛЛА  
ИМБИРЬ  
МАТЧА

## ЯЙЦА

[ ROYAL ] Яйцо пашот, лосось, лососевая икра, голландский соус и черная майоркская морковь.

[ FLORENTINE ] Раздавленный вилоккой картофель, яйцо пашот, слегка обжаренный шпинат, изюм, кедровые орешки.

[ Большунья ] Большунья и одичалая спаржа.

[ BENEDICTINE ] Яйцо пашот, булка бриошь, хамон иберико, голландский соус и лук скорода.

[ Яйца, приготовленные по вашему вкусу ]

## ЗДОРОВЫЕ ТОСТЫ

Тартар из помидора, овечьего белого сыра из Льюкмайор и песто, хлеб из спельты и меда.

Слегка обжаренные шампиньоны, свежий шпинат, козий сыр, хлеб из мягкой пшеницы.

Печеный батат, шпинат, яйцо пашот и голландский соус.

Помидор сорта Ramallet, оливковое масло «Экстра вирджин» и традиционный деревенский хлеб Pan de payés.

Копченый лосось, крем из сыра и спирулины, руккола и хлеб из спельты и меда.

Авокадо, буррата, проростки и черный кунжут, хлеб из мягкой пшеницы.

## СЛАДКОЕ МГНОВЕНИЕ

[ HONEY LIFE ] Гречневые блины с творогом, грецкими орехами и медом.

[ SWEET ISLAND ] Вафли со стевией, горьким шоколадом и миндалем.

[ FRENCH RADISH ] Круассан с авокадо и редисом.

## СУПЕР МИСКИ

### BLUE NUTS

Овсяная каша, с семенами чиа, черникой, грецкими орехами, экологически чистым медом, собранном на Майорке.

### ASIAN WHEAT

Каша из бульгура с манго и чаем матча.

### HEALTHY WAKE UP

Овсянка с соевым йогуртом, киви и кунжутом.

### CHIA PASSION

Гранола с экологическим йогуртом из семян чиа и малина.

### AÇAI MORNING

Воздушный коричневый рис с йогуртом из ягод асаи и ананас.