

DESAYUNO

DESAYUNO

CANASTA DE PAN DULCE <i>Pan dulce y mermeladas de la casa</i>	9
PAN TOSTADO <i>Pan de caja de la casa - blanco, integral, y de semillas, mantequilla, mermelada y miel local</i>	6
BOL DE FRUTAS DE TEMPORADA	9
BOL DE YOGURT GRIEGO Con fruta estofada o fruta seca a elegir <i>Servido con granola hecha en casa</i>	10
GRANOLA HECHA EN CASA Servida con leche o yogurt griego <i>Avena orgánica, fruta seca, nueces, semillas</i>	10
AVENA ORGÁNICA Con leche o sin lácteos <i>Con piloncillo y pasitas</i>	9
PORRIDGE DE QUINOA <i>Leche de almendras, fruta estofada, almendras tostadas</i>	11
DEEP DISH PANCAKE <i>Pancake hondo con mantequilla salada de piloncillo y plátano</i>	14
PAN FRANCÉS <i>Pan brioche, mermeladas hechas en casa</i>	13
TOAST DE AGUACATE <i>Pan negro, aguacate machacado, tomatitos cherry, rábano sandía</i>	15

..... DE NUESTRO JUICE BAR

HEALTH BLAST SUPERFOOD BOWL <i>Mezcla cremosa de aguacate, plátano, manzana, proteína de hemp, y leche de soya, con hojuelas de avena, coco rayado, plátano, semillas de hemp, granola, y amaranto</i>	16
---	----

EL CONTINENTAL 20

Bol de frutas, canasta de pan dulce, jugo, café o té

EL ESENCIAL 30

Bol de frutas, platillo caliente a escoger, pan tostado, jugo, café o té

HUEVOS

HUEVOS AL GUSTO Revueltos, estrellados, duros 15
Servidos con ensalada verde y pan tostado

OMELETTE 3 Huevos - Regular o de sólo claras 15
Servido con papitas salteadas con pimientos o ensalada verde y relleno a escoger:

Chaya	Queso Oaxaca	Hongos
Jitomatos Cherry	Chorizo Argentino	Queso Chihuahua

FRITTATA 15
Servida con ensalada de jitomatitos orgánicos De Hongos con Cebolla Caramelizada y Queso Parmesano o Vegetariano con Espárragos, Habas Verdes, Chicharos, Calabacitas y Queso Feta

HUEVOS BENEDICTINOS SOBRE CROISSANT 15
2 huevos poché, jamón de pavo, holandesa chipotle

SANDWICH DE HUEVO 15
Huevos revueltos, salchicha al maple, queso Chihuahua, mermelada de jitomate, bollo brioche

.....

GUARNICIONES 5

Papitas Salteadas	Jamón de Pavo Sellado	Tocino	Chorizo	Ensalada Verde
Aguacate Rebanado	Ensalada de Jitomatos Orgánicos	Queso Fresco Sellado		
Hongos Mixtos	Frijoles Refritos	Guacamole	Tortillas	Moras Frescas

ESPECIALIDADES MEXICANAS DE LA CASA

HUEVOS MOTULEÑOS <i>2 huevos estrellados sobre tortilla, frijoles refritos y jamón, con salsa motuleña, chícharos y plátano macho</i>	15
HUEVOS RANCHEROS <i>2 huevos estrellados sobre tortilla y frijoles refritos, con salsa ranchera, aguacate y papitas salteadas</i>	15
HUEVOS A LA MEXICANA <i>Huevos revueltos con jitomate, cebolla y chile jalapeño, servidos con tortillas calientes</i>	15
HUEVOS AHOGADOS <i>2 huevos poché en salsa ranchera y espolvoreados con queso fresco</i>	15
HUEVOS AL SARTÉN <i>Huevos al horno en salsa de jitomate con rajitas de pimienta morrón y chile poblano</i>	15
CHILAQUILES Rojos o verdes <i>Totopos de maíz bañados con salsa, con huevo estrellado, pollo deshebrado, queso fresco, crema, cebolla, y aguacate</i>	15
QUESADILLAS <i>Con tortilla de harina y queso Oaxaca servidas con guacamole, pico de gallo y relleno a escoger:</i> Hongos Rajas de Pimiento Morrón Pollo Chorizo Argentino	15
BURRITOS <i>De Longaniza - Con Papas, Queso Oaxaca, Huevos Revueltos y Frijoles Refritos</i> <i>Vegetariano - Con Calabaza local, Verdolaga, Hoja Santa, Salsa Macha de Cacahuete, Huevos Revueltos y Frijoles Refritos, envuelto en tortilla de harina</i>	15

BEBIDAS

CAFÉ 5 <i>Espresso · Cappuccino · Americano</i> <i>Latte · Iced coffee</i>
TÉ DE HOJA ENTERA ARTESANAL MIGHTY LEAF 6 <i>Organic Breakfast · Organic Earl Grey</i> <i>Organic Mint Melange · Organic Hojicha Green Tea</i> <i>Organic Detox Infusion · Bombay Chai</i> <i>Chamomile Citrus · Orange Dulce · Ginger Twist</i>
JUGOS FRESCOS 5 <i>Naranja · Toronja · Fruta de Temporada</i> <i>Chaya con Piña y Naranja</i>

LECHES SIN LÁCTEOS: SOYA, ALMENDRA, ARROZ

MORNING PICK ME UP

Bloody Mary - Receta de la casa

16

Champagne Mimosa

20

**POR FAVOR INFORME A SU MESERO CUALQUIER RESTRICCIÓN ALIMENTARIA.
PRECIOS INDICADOS EN DÓLARES AMERICANOS Y NO INCLUYEN 15% DE SERVICIO.**

ALMUERZO & CENA

Café Esencia

ENTRADAS & BOTANAS

AGUACATE CRUJIENTE ^V 14

Gajos de aguacate empanizado, salsa de jitomate regional

GUACAMOLE ^V 13

Con salsa xnipec, pico de gallo, totopos, chips de plátano y malanga o crudités

NACHOS ^V 16

Totopos, queso fundido, frijoles refritos, guacamole, pico de gallo, jalapeños con pollo 21 con carne 23

CALAMARES FRITOS 20

Añoli de limón, salsa de tomate rústico, cilantro

PULPO AL MOJO DE AJO 22

Parrillado al ajo y chile pasilla, con papitas baby y jitomatitos cherry rostizados

EMPANADILLAS 24

Dumplings al vapor, kimchi a la boloñesa, queso parmesano, ajo negro

TARTARE DE ATÚN 24

Con puré de aguacate, piña a la parrilla, aceite de ajonjolí, chile serrano

CEVICHE CLÁSICO 28

Pescado, pulpo y camarón, marinados en jugos de cítricos, jitomate, cebolla morada, hojas de cilantro

TACOS DE PESCADO A LA PARRILLA 21

Con guacamole, col morada, cilantro, rábano, tortilla de maíz hecha en casa

COCKTAIL DE CAMARONES 26

Camarones, salsa de clamato, aguacate

DIP DE BERENJENA ^V 13

Berenjena rostizada, tahini, limón amarillo, piñones crujientes

GAZPACHO ROJO ^V 14

Jitomate, pimienta roja, pepino

SANDWICHES

SANDWICH DE ATÚN SELLADO 26

Filete de atún aleta amarilla, jitomate, arúgula, focaccia de la casa, añoli de chile morita

ESENCIA CLUB 20

Pechuga de pavo horneada en casa, tocino crujiente, jitomate, lechuga

HAMBURGUESA ANGUS 225gr. 20

Con queso Chihuahua, jitomate, lechuga, cebolla morada, pepinillos y bollo de la casa

B.L.T 18

Nuestra versión del clásico Americano, con jitomate asado, aguacate, tomatillo y añoli de chipotle

SERVIDOS CON PAPAS A LA FRANCESA O ENSALADA VERDE

Café Esencia

ENSALADAS

ENSALADA DE SANDÍA ^V 17

Berros, brotes de verdolagas, jícama, cacahuates tostados, aderezo de tamarindo

•

LA CLÁSICA ENSALADA CÉSAR 20

Lechuga romana, aderezo César, láminas de parmesano, crouton de ajo

con brocheta de pollo 23

con brocheta de camarones 26

ENSALADA DE GRANOS Y VEGETALES ^V 20

Farro, verdolagas, espárragos, habas, calabacitas, aderezo de menta y yogurt griego jitomate rostizado, queso feta

brocheta de pollo 23 brocheta de camarones 26

•

ENSALADA DEL CHEF ^V 18

Arúgula, jitomates cherry, betabel dorado, cebolla morada encurtida, aceite de aguacate, láminas de parmesano

PLATOS FUERTES

PESCA DEL DÍA A LA PARRILLA 32

Pescado entero, aceite de olivo, limón

•

FAJITAS DE POLLO 20

Con calabacita, pimientos rojos y amarillos, cebolla morada y ensalada de berros

•

ENSALADA DE CAMARONES Y AGUACATE ASADOS 24

Con aïoli de chipotle, frissé, tomato cherry

•

MEDALLÓN DE RES ANGUS 38

Con puré de papas rústico, zanahorias baby rostizadas, espárragos, salsa de hongos

BOL DE VEGETALES ASADOS ^V 20

Arroz verde de espinacas, almendras tostadas, verduras a la parrilla, jitomate asado, aderezo tahini

•

VEGGIE SPAGHETTI ^V 19

De calabacita, zanahoria y chayote con salsa rústica de jitomate y piñones

•

PENNE POMODORO ^V 20

Penne en salsa de jitomate de la casa, mozzarella de búfala y láminas de parmesano

•

PREGUNTE POR NUESTROS ESPECIALES DEL DÍA!

V = VEGETARIANO

POR FAVOR INFORME A SU MESERO CUALQUIER RESTRICCIÓN ALIMENTARIA.

LOS PRECIOS ESTÁN INDICADOS EN DÓLARES AMERICANOS Y NO INCLUYEN 15% DE SERVICIO.

NUESTROS PLATILLOS SON ELABORADOS A LA ORDEN, CON INGREDIENTES REGIONALES FRESCOS Y DE TEMPORADA. NUESTRO PAN SE HORNEA EN CASA DIARIAMENTE. COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVO EXTRA VIRGEN DE BAJA CALIFORNIA, MÉXICO.

POSTRES

Tiramisú 12
Receta especial de la Duquesa

—

Bomba de Chocolate 12
*Fondant tibio de chocolate con
helado de vainilla*

—

Pastel de Tres Leches 12
Tradicional postre Mexicano

—

Chocolate Elástico 14
*Con espuma de aguacate, nibs de cacao,
helado de maracuyá*

—

Pastel de Queso 12
*Crumble de coco, frutos rojos
de temporada*

—

Churros Mexicanos 12
*Acompañados con salsa de chocolate,
salsa de avellana y salsa de cajeta*

—

Helados y Sorbetes Hechos en Casa 10
*Chocolate oscuro, vainilla, canela,
miel Maya y mantequilla quemada,
sorbete de coco, sorbete de mango
y maracuyá*

—

Plato de Frutas de Temporada 10