



CON  
SUMILADO  
VEGETAL

Nuestro menú es vegetariano, en lo posible de producción local.  
Te invitamos a disfrutar de una alimentación más saludable con un menor impacto ambiental.

Our menu is vegetarian, when possible locally produced.  
We invite you to enjoy a healthier diet with less environmental impact.



~ BUEN PROVECHO ~

AGRADECEMOS A TODOS NUESTROS CLIENTES,  
LAS PROPINAS SON VOLUNTARIAS Y SE REPARTEN  
ACORDE A LA LEY COLOMBIANA 1935 DE 2018

**ADVERTENCIA** TODOS LOS PLATOS PUEDEN CONTENER  
TRAZAS DE PIMIENTOS, NUECES, SOYA, GRANOS Y TRIGO.

**WARNING** ALL DISHES MAY CONTAIN TRACES OF PEPPERS,  
PEANUTS, NUTS, SOY, GRAINS OR WHEAT.

○ CONTIENE HUEVOS Y/O LÁCTEOS | CONTAINS EGGS &/OR DAIRY

GF SIN GLUTEN | PICANTE | IMPOCONSUMO | TAX  
GLUTEN FREE | SPICY | INCLUIDO | INCLUDED

~ DESAYUNO ~

BREAKFAST

PORCIÓN DE FRUTAS Pregunta por las frutas de temporada. Fruits serving.	GF	\$ 8.900
HUEVOS CRIOLLOS Con salsa criolla y salsa de yogur, acompañados con pan de masa madre de la casa o arepa. Eggs with creole and yogurt sauce with homemade sourdough bread or arepa.	O	\$24.900
CALENTAO DEL CÓNSUL Revuelto de frijoles borrachos con arroz, hogao y platanitos, con arepitas y salsa de aguacate. Refried beans mixed with rice "hogao" with arepitas, plantains and avocado and cilantro sauce.	GF	\$24.900
TAZÓN DE GRANOLA Batido de mora, banano y chia con granola hecha en casa, coco deshidratado y fruta. Blackberry, banana and chia smoothie with homemade granola, fruits and dried coconut.	GF	\$19.900
PANCAKES Con miel de panela, coco y banano, con mantequilla de maní. With sugar cane syrup, dried coconut, banana and peanut butter.		\$23.900
WAFFLES DE PLÁTANO Y yuca con salsa de frijoles, salsa de aguacate, hogao y encurtido de repollo morado. Plantain and cassava waffles with beans sauce, avocado sauce and "hogao" and pickled cabbage.	GF	\$27.900
SÁNDUCHE DE HUEVO En pan francés con queso cheddar y tomate asado. Egg sandwich with cheddar cheese and tomatoes in french bread.	O	\$19.900
DEGUSTACIÓN DE PANES Pregunta por la variedad del día y escoge 3 tipos de pan y 3 untables. <b>UNTABLES:</b> Mantequilla de miel de caña, mantequilla con sal, mantequilla de maní, mermelada de mora y romero, aceite de oliva con vinagre balsámico, humus de lenteja.  BREAD tasting, ask about the variety of breads of the day and choose 3 types of bread and 3 spreads. <b>SPREADS:</b> Sugar cane butter, salted butter, peanut butter, blackberry and rosemary jam, olive oil with balsamic vinegar, lentil hummus.		\$ 19.900

~ ENTRADAS ~

STARTERS

SOPA DE TOMATE Sopa de pimentones, vegetales y tomates hecha en casa con aromáticas de la huerta y ajonjolí. Homemade with tomatoes, peppers, carrots, greens and sesame seeds.		\$ 12.900
SOPA DE TEMPORADA Pregunta por la variedad de vegetales de temporada. Ask about the variety of seasonal vegetables.	O	\$ 12.900
HUMUS CON PAN Humus de lentejas acompañado con pan de la casa. Lentil hummus with homemade bread.		\$ 18.900
PAPAS ESPECIALES Horneadas, con salsa de aguacate, queso fundido a base de plantas, salsa de la casa, cebolla y cilantro. Baked potatoes, with avocado sauce, melted plantbased cheese, house sauce, red onion and cilantro.	GF	\$ 16.900
~ PÍDELAS CON ADICIÓN DE HUEVO (Extra egg)	O	\$ 2.500
EMPANADITAS 🍷 x 10 de papa, con salsa de ají dulce. x 10 filled with potatoes, with chili sauce.	GF	\$ 15.900
ENSALADA DE LA CÓNSUL Pregunta por la variedad de vegetales de temporada. Ask about the variety of seasonal vegetables.		\$ 18.900
ENSALADA PLANTACIÓN Base de lechuga con pepino, mango, maní, zanahoria y cidra encurtidas, cilantro con vinagreta de maní. Lettuce salad with cucumber, peanuts, pickle carrots & citron, mango and cilantro with peanut sauce.	GF	\$ 23.900
PORCIÓN DE PAN souerdough + 1 untable Homemade souerdough bread serving plus 1 spread.		\$5.900
PORCIÓN DE PAN francés + 1 untable Homemade french bread serving plus 1 spread.		\$4.900

~ PLATOS FUERTES ~

MAIN DISHES

HAMBURGUESA		\$26.900
<p>Proteína de cebada con cebolla caramelizada, tomate, salsa de la casa, mostaza y papas horneadas.</p> <p>BURGER. Beet and barley patty, house sauce, mustard, caramelized onions, tomatoe, with potatoe wedges.</p>		
~ PÍDELA con huevo (extra egg)	○	\$2.500
~ PÍDELA con queso cheddar (extra cheese)	○	\$4.000
CHORIPAN DE LA CÓNsul		\$26.900
<p>Chorizo vegetal, chimichurri, mostaza sobre pan de la casa con papas horneadas y salsa de aguacate.</p> <p>Veggie chorizo, chimichurri, house sauce, with baked potatoe wedges and avocado sauce.</p>		
SÁNDUCHE DE QUESO con sopa de tomate	○	\$30.900
<p>En pan frances con queso cheddar y suizo, salsa de la casa, escoge acompañarlo con papas o ensaladita.</p> <p>Cheddar and swiss cheese sandwich with tomato soup, on french bread with house sauce.</p> <p>Choose between potatoe wedges or small salad.</p>		
SÁNDUCHE DE LA CÓNsul		\$25.900
<p>En pan de masa madre con humus de lenteja, tomates berenjenas en escabeche, hojas verdes, papas y salsa.</p> <p>In sourdough bread with lentil hummus, green leaves pickled eggplant, tomatoes &amp; potatoe wedges.</p>		
~ PÍDELO con queso suizo (extra swiss cheese)	○	\$4.000
CAZUELITA PAISA	GF	\$26.900
<p>Tradicional plato de frijoles borrachos, arroz, aguacate, plátano maduro, hogao y ripio de papa.</p> <p>Traditional dish of drunken beans, rice, avocado, sweet plantains, "hogao" and potato crumbs.</p>		
MIXTO DEL CÓNsul		\$33.900
<p>Estofado de vegetales, humus de lenteja, brócoli rostizado, encurtido de rábanos y pan de la casa.</p> <p>Vegetables stew, lentil hummus, roasted broccoli, pickled radishes and homemade bread.</p>		
LA TABLA (para 2 personas)	○	\$49.900
<p>Variiedad de panes con humus de lentejas, quesos, aceitunas marinadas, queso crema con mermelada de pimentón, berenjenas en escabeche, tomates asados y frutos secos.</p> <p>Variety of breads with lentil hummus, marinated olives, cream cheese with roasted peppers jam, cheeses, pickled eggplants, roasted tomatoes and dried fruits.</p>		

~ POSTRES Y TORTAS ~

DESSERTS & CAKES

Pregunta por variedad de postres, tortas y gelato del día.  
Ask about the variety of desserts, cakes & gelato of the day.

---

PAN DE BANANO		\$8.900
<p>Banana bread</p>		
TARTA DE QUINUA, cacao, dátiles y maní	GF	\$11.900
<p>Cacao, dates, peanut and quinoa tart</p>		
TORTA DE ZANAHORIA	○	\$10.900
<p>Carrot cakes</p>		
GALLETA DE CHIPS DE CHOCOLATE		\$5.900
<p>Chocolate chip cookie</p>		
GALLETA CALIENTE CON GELATO	○	\$10.900
<p>Hot chocolate chip cookie with gelato</p>		
EL BROWNIE	○	\$6.900
<p>The Brownie</p>		
EI BROWNIE CON GELATO		\$12.000
<p>The Brownie with gelato</p>		
MUFFIN DE CHOCOLATE OSCURO		\$8.900
<p>Dark chocolate muffin</p>		
MUFFIN DE CHOCOLATE Y MANÍ		\$8.900
<p>Peanut and chocolate muffin</p>		
MUFFIN DE TEMPORADA		\$8.900
<p>Seasonal muffin</p>		
TORTA DE TEMPORADA		\$ 9.900
<p>Seasonal cake</p>		
PORCIÓN DE FRUTA	GF	\$ 8.900
<p>Fruit serving</p>		
BOLA DE GELATO	○	\$ 5.000
<p>Gelato scoop</p>		

~ BEBIDAS CALIENTES ~

HOT DRINKS

Servimos café de aliados sembrado y procesado en Jardín.  
We serve allied coffee grown and processed in Jardín.

CAFÉ PRENSA FRANCESA 2 TAZAS French press coffee 2 cups		\$8.900
CAFÉ PRENSA FRANCESA 4 TAZAS French press coffee 4 cups		\$12.900
CAFÉ PRENSA FRANCESA 8 TAZAS French press coffee 8 cups		\$20.900
CAFÉ CON LECHE espumada Coffee with foamed milk	○	\$7.900
COLD BREW ESPECIADO DE CHABOLA Spiced cold brew from Chabola		\$9.900
ESPECIAL CON // SPECIAL WITH - LECHE DE MANÍ, peanut milk - LECHE DE VACA, dairy milk - SODA FRUTAL, fruit soda - GUANDOLO, sugar cane & lemon	○	\$12.900
CHOCOLATE ARTESANAL en agua con naranja Hot Chocolate with orange peel		\$7.900
AROMÁTICA DE LA CASA con jengibre y naranja Ginger and orange infusion		\$5.900
TÉ VERDE Green tea		\$6.900
TÉ NEGRO Black tea		\$6.900
CHAI DE LA CASA (sin té) Mezcla hecha en casa de especias dulces, canela, anís, cardamomo clavos y nuez moscada. Homemade blend of sweet spices, cinnamon, anise, cardamom, cloves and nutmeg.		\$7.900
LECHE espumada + leche vegetal del día o de vaca + plantbased milk of the day or dairy milk	○	\$3.000

BEBIDAS FRIAS Y LICORES ~

~ COLD DRINKS & SPIRITS

JUGO DE FRUTAS DEL DÍA Fruit juice of the day		\$6.900
SHOT SALUDABLE 🍸 Jengibre prensado en frío con limón y hoja de coca. Cold press ginger with lemon and coca leaf powder.		\$5.900
SODA		\$4.900
SODAS FRUTALES Lulo y limoncillo // Lulo-lemongrass Mora y romero // Blackberry-rosemary Piña y yerbabuena // pineapple-peppermint		\$10.900
SODA MICHELADA Limón y sal // SODA with lemon & salt		\$6.900
KÉFIR DE AGUA Bebida fermentada a base de panela. Water Kefir, sugar cane-based fermented drink.		\$9.900
CERVEZA ARTESANAL NACIONAL Colombian Handcrafted beer		\$17.900
SANGRÍA TROPICAL, JARRA Con Vino Cumbres de Gredos, España Tropical sangria jug with Cumbres de Gredos Wine, Spain		\$79.900
PREGUNTA POR NUESTRA CARTA DE VINOS Ask about our wine list		
COPA DE VINO Glass of Wine		
BOTELLA DE VINO Glass of Wine		
DESCORCHE // CORKAGE Puedes traer tu propio licor y cargaremos el servicio. You can bring your own liquor and we will charge the service.		\$30.000

~ INFUSIONES FUNCIONALES ~

FUNCTIONAL INFUSIONS

Sembramos en nuestra huerta orgánica la mayoría de estas plantas, pregunta por la disponibilidad según temporada.

We grow most of this organic plants.  
Ask about availability depending on seasonal harvest.

~ \$5.900 ~

MANZANILLA // CHAMOMILE // *Chamomilla matricaria*

Relajante. Calma problemas digestivos, alivia cólicos menstruales.  
Relaxing. Soothes digestive problems, relieves menstrual cramps.

TORONJIL // MELISSA // *Melissa officinalis*

Digestiva y leve calmante, ayuda con la ansiedad, depresión, insomnio y mente hiperactiva. Es antiviral y reduce gases.  
Digestive and mild soothing, helps with anxiety, depression, insomnia and a hyperactive mind. It is antiviral, reduces gases.

HOJA DE COCA // COCA LEAF // *Erythroxylum coca*

Energizante y eficaz en episodios de mal de altura, ayuda en casos de resfriados, tos e inflamación de la garganta.  
Energizing and effective in episodes of altitude sickness, it helps in cases of colds, coughs and inflammation of the throat.

CIDRÓN // CIDRON // *Lippia citriodora*

Se usa en casos de fiebre, espasmos por asma, flatulencia, cólicos, diarrea, indigestión y ansiedad.  
It is used in cases of fever, spasms due to asthma, flatulence, colic, diarrhea, indigestion and anxiety.

PRONTOALIVIO // BUSHY MATGRASS // *Lippia alba*

Ayuda en el tratamiento de molestias estomacales, previene dolores de cabeza, es expectorante y ayuda en resfriados.  
Helps in the treatment of stomach discomfort, prevents headaches, is expectorant and helps with colds.

CALÉNDULA // CALENDULA // *Calendula officinalis*

Alivia las dolencias por gastritis o úlceras digestivas, además es cicatrizante, antiinflamatoria y antiviral.  
Relieves ailments due to gastritis or digestive ulcers, in addition it is healing, anti-inflammatory and antiviral.

ROMERO // ROSEMARY // *Rosmarinus officinalis L.*

Reduce los episodios de acidez estomacal, sensación de llenura y flatulencias. Es antioxidante y antiinflamatorio.  
Reduces episodes of heartburn, feeling of fullness and flatulence. It is antioxidant and anti-inflammatory.

~ PANADERÍA ATHERA ~

ATHERA BAKERY

Pregunta por variedad de panes y opciones sin gluten del día.  
Ask about the variety of breads & gluten free options of the day.

PAN FRANCÉS personal 120gr Homemade french bread serving		\$2.500
PAN FRANCÉS baguette 300gr Homemade souerdough bread serving		\$6.000
MUFFIN SALADO de zucchini y cebolla Zuchinni and onions salted muffin	GF	\$ 8.900
MASA MADRE MULTICEREAL 750gr Sourdough multicereal		\$ 22.900
MASA MADRE PLANTACIÓN 700gr Sourdough Plantacion		\$ 20.900
MASA MADRE BLANCO con ajonjolí 700gr White sourdough with sesame seeds		\$ 20.900
PAN CHOCOLATE y naranja confitada 500gr Chocolate sourdough & candied orange		\$ 20.900
ROSCA de nueces, pasas, girasol y avena 500gr Black rye sourdough, raisins, nuts & sunflower		\$ 18.900
MASA MADRE de centeno negro 800gr Black rye sourdough	GF	\$ 28.900
PAN de centeno negro, pasas, nueces y girasol 800gr Black rye sourdough, raisins, nuts & sunflower	GF	\$ 33.900
PANECILLO de centeno negro, pasas, nueces y girasol 70gr Black rye muffin, raisins, nuts & sunflower	GF	\$ 3.900
BRIOCHE de molde 700gr BRIOCHE loaf		\$ 18.900
MASA MADRE de temporada 700gr Seasonal sourdough		\$ 22.900