



Holigans – vegetariškas maistas tavo laimingai dienai!

Iš maksimaliai ekologiškai išaugintų ir vietinių produktų „Holigans“ gaminami patiekalai netemdo tavo pasitenkinimo maistu ir gyvenimu sveikatą darkančiais priedais – stabilizatoriais, nesveikais miltais ir baltu cukrumi, antrarūšiais aliejais ir skonio stiprikliais, smurtiniais produktais (mėsa, žuvis, kiaušiniai), įvairiausiai svaigalais (alkoholis, kofeinas...). Holigans'ų šypsenos nenupirktos, jie laimingi galėdami tau pasitarnauti. Todėl kasdien būk ne tik sotus, bet ir įkvėptas!

Leisk sau jausti laimę kiekviename gyvenimo kęsnyje! Ar pastebėjai, kad kiekvienas jis kitoks, nors ir ragaujamas iš tos pačios lėkštės?

Patiekalams naudojame ekologiškus produktus: morkas, burokėlius, bulves, kopūstus, žirnius, avinžirnius, kynvą, soją, cukranendrių cukrų, saulėgrąžų aliejų, pasta, garstyčias, sezamą, balzamiką.

### \*Dienos sriuba - 2,8

(Kasdien vis kita, klauskite kokią turime – žirnė, molūgė, minestrone, lęšių, avinžirnių, burokėlių, daržovių, brokolių, pomidorų, raugintų kopūstų...)  
- patiekama su bemele duonele (mūsų krosnyje kepta, iš eko miltų, rankomis užmaišyta)

### Lazanija - 4,9

(patiekama su žaliomis salotomis)

(Holigans spalvotoji ir ypatingoji, kasdien vis kitokia – ją gamindami naudojame aukščiausios kokybės ekologišką pasta iš Italijos, mūsų gamybos naminį pomidorų ir bešamelio padažus, švelnų ūkininkų panyro sūrį, ekologiškas morkytes, karamelizuotas paprikas, cukinijas ir brokolius. Visą pagardiname šviežiu baziliku, špinatais ir pastipriname baltymingais eko avinžirniais, seitanu ar eko soja.)

### \*Kotletukas su ryžiais arba bulvytėmis fri ir salotomis - 5,5

(Pasirinktinai Godžio arba Beeto kotletukas su basmati ryžiais arba eko bulvytėmis, naminiais majonezu ir pomidorų padažais)

## SALOTOS IR UŽKANDŽIAI

### \*Grynios salotos - 3,8 (4,9 - su keptu panyro arba tofu sūriu)

(Pankolis, burokėlių ir špinatų lapai, salotinė sultenė, aisbergas, artiškakai, saulėgrąžų daigai, Lukštentos kanapės + penkių skonių padažas + karštas keptas panyro sūris (pasirinktinai) + šviežia traški bemele duonelė)

### Bazilio ir Panyrio salotos - 3,9

(Juodieji pomidorai, skrudintas švelnus panyro sūris, šviežių bazilikų padažas + šviežia traški bemele duonelė)

## KOTLETAINIAI

(Liaudies dar vadinami „burgeriais“. Su šviežiai kepta bemele bandele. Patiekiami su šviežiomis salotomis)

### \*Godis - 5,2

(Natūralaus augalinio baltymo ir daržovių maltinukas, šviežia bemele bandelė, naminiai pomidorų ir majonezo padažai, sūris, šviežios daržovės, marinuoti agurkėliai)

### \*Beetas - 5,2

(Burokėlių, kynvos, raudonųjų pupelių, rozmarino, čiobrelis, raudonėlio maltinukas, šviežia bemele bandelė, naminiai pomidorų ir majonezo padažai, sūris, marinuoti agurkėliai ir šviežios daržovės)

### \*Skrudintos eko bulvytės su naminium pomidorų padažu (šviežiai keptos eko saulėgrąžų aliejuje) - 2,35

(Ūkininko Juodžio ekologiškos bulvės, supjaustytos mūsų rankomis ir paskrudintos eko saulėgrąžų aliejuje, naminiai eko pomidorų bei majonezo padažai ir žiupsnelis Holigans virtuvės prieskonių mišinio)

\* - Gali būti ir veganiška

## SMALIŽAINĖ

Keptami pyragus naudojame tik ekologiškus Lietuviškus miltus, cukranendrių cukrų, eko natūralią vanilę, ekologiškus riešutus ir džiovintus vaisius, kokosų aliejų ir kokosų riešutų drožlės, itališką ekologišką kerobą.

### Tiramisu – 3,7

(Jau tapęs legendiniu tikras „Holigans“ šedevras, pagamintas naudojant Lietuviškus pieno produktus ir karamelizuotus eko obuolius, su šviežia itališka maskarpone, paskanintas cikorijos ir kerobo „kavos“ mase.)

### „Vestuvinis“ tortas – 3,6

(Pirmą kartą keptas mūsų draugų vestuvėms jis taip visiems patiko, kad negalėjome juo nepasidalinti su jumis :) Su karamelizuotais bananais, eko kokosu, **be gliuteno**. Skanaus!)

### Palaimingas – 2,8

(Kažkas jo kartą paragavęs sušuko: „Palaimingas!“ Taip gimė jo pavadinimas, atspindintis pagrindinę jo savybę – dovanoti palaimingas švelnutėlio grietinėlės kremu akimirkas!)

### Klasiškas tinginys – 2,9

(Tam, kas mėgsta tikrą, klasikinį tinginį iš vaikystės prisiminimų. Gaminamas iš mūsų kepamo biskvitinio sausainio, kerobo ir natūralių aukščiausios kokybės produktų)

### \*Veganiški tortai – 4,9

(„Holigans“ sukurti avietinis – burokėlių – kerobinis ar apelsininis – vyšninis veganiški tortai, ar.....? – klauskite, kokį turime šiandien)

### Tortai be cukraus ir/ar be gliuteno – 4,9

(Vietoj cukraus naudojame sveiką ir saldžiąją steviją. Klauskite, kokius šiandien turime)

### \*Rawmans – 1,9

(Tik natūralios datulės, eko migdolai, su mūsų pagaminta eko sezamų pasta (tahini), eko agava, **be cukraus** - visiškai natūralus!)

### \*Holi chalvytės/milkiai/uogiukai – 1,2

(Iš eko sėklų, riešutų ar uogų, **be cukraus** - klauskite kokių turime)

\* - Gali būti ir veganiška

Jnešk j savo šeimos ar jmonės šventę meilės ir kokybės su mylimiausiai Holigans tortais. Išsirink, kurį pagaminsim tau!

Užsakymai tel. 8 640 77277

## ŠALTIEJI GĖRIMAI

### Naminis obuolių – mėtų limonadas (300 ml) – 1,7

#### \*Holišokas (30 ml) – 1,5

(Jeigu nori pajusti stiprų natūralios energijos antplūdį – išbandyk mūsų išspaustų šviežiaus imbiero, apelsinų ir citrinų sulčių „šotą“ su žiupsneliu braziliško **eko** rudojo cukraus!)

### \*Nealkoholinis imbierinis alus „Vytautas“, ekologiškas (275 ml) – 2,49

(Mėgautės - Lietuviškas „Vytautas“! Natūraliai fermentuotas, be sintetinių dažų, kvapų ir skonį suteikiančių medžiagų)

### Ekologiški „Hollinger“ gazuoti limonadai (be kofeino) (250 ml) – 1,5

(Cola, Apelsinų, Spanguolių, Citrinų)

### Ekologiški „Hollinger“ gazuoti limonadai (be kofeino) (500 ml) – 2,5

(Cola, Apelsinų, Vyšnių, Šeivamedžio)

### Gazuotas natūralus mineralinis vanduo „Vytautas“ (500 ml) – 1,95

## KARŠTIEJI GĖRIMAI

#### \*Holi juoda kava – 1,8

(Tikros kavos skonį atstojanti sveikuoliška cikorijų kava, paskaninta prieskoniais)

#### Holi kava su „Dobilo“ pienu – 2

#### \*Holi kava su eko sojos pienu – 2

#### \*Arbatos

(plikamosios 1 asmeniui arba 640 ml arbatinukas):

Gauromečių, Ramunėlių, Medetkų – 2 / 2,8

Citrinžolių – 2 / 2,8

Imbierinė – 2 / 2,8

Šaltalankių – 2 / 2,8

Svarainių – 2 / 2,8

Kanapių žiedų – 2 / 2,8

Medaus šaukštas – 0,5

Stalo vanduo - vaišiname



www.holigans.lt

