

MENU TAKE-AWAY

Origem @té Si
assados | frescos | congelados

	opções entradas	preços (€)		
		1 pax	2 pax	4 pax
Guacamole			7	13,6
Húmus de grão de bico			5,8	11,2
Patê de beringela (não aconselhamos congelado)			5	9
Creme de espinafres (s/ batata)			5	8,5
Sopa de Feijão e Couve-Lombarda (s/ batata)			5	8,5
Chuchu e Coentros (s/ batata)			5	8,5
Creme de batata-doce e gengibre			5	8,5
Gaspacho de tomate (croutons artesanais à parte)			5	8,5
A sua sopa preferida! (peça-nos que nós fazemos!)			5	8,5
Pão 5 cereais (congelado ou assado: diga-nos a sua opção)			1,6	3,2
Pão de milho e girassol (congelado ou assado: diga-nos a sua opção)			1,6	3,2
Pão de centeio (congelado ou assado: diga-nos a sua opção)			1,6	3,2
Pão de trigo natural s/ conservantes (congelado ou assado: diga-nos a sua opção)			1,6	3,2
Pão de malte (congelado ou assado: diga-nos a sua opção)			1,6	3,2

	opções snacks & salgados	preços (€)		
		Pack 6	Pack 12	Pack Fam
Empadas artesanais (à escolha) *		12,5	23	
Mini empadas artesanais de bacalhau e pimento		8	15	
Mini empadas artesanais de carne e cogumelos		8	15	
Mini empadas artesanais de legumes c/ curcuma		8	15	
Pastéis artesanais (à escolha) **		10	17	
Quiche inteira (à escolha) ***				18,5
Pack Fim-de-Semana Saudável: 1 quiche + 6 empadas + 6 pastéis (todos os produtos à escolha)				39

* vaca; frango e legumes; pato e legumes; legumes
 ** vaca; frango e legumes; pescada; atum; soja
 *** atum; bacalhau e espinafres; cogumelos e alho francês; frango e curcuma; tofu e legumes (vegana)

opções pratos de carne	preços (€)		
	1 pax	2 pax	4 pax
Almôndegas de Peru c/ molho de hortelã (4 almôndegas p/ pax)		8	16
Rolo de Peru c/ pesto de pimentos			28
Arroz de Pato à Origem		10	19
Super Empada de Pato na nossa massa artesanal (cerca de 8 pax)		preço:	24
Coxas de Frango c/ molho teriyaki		8	16
Crepes de Frango c/ molho bechamel saudável		8	16
Frango Tikka Masala		8	16
Peitos de Frango c/pesto de manjericão		8	16
Torta de Frango c/ molho cremoso de caril			20
Rolo de Frango à Origem c/ massa semi-integral			16
Quinoa de Aves à Origem			24
Almôndegas de Vaca c/ molho de tomate ou abóbora (4 almôndegas p/ pax)		8	16
Canelones Low Carb (de vaca) c/ molho de curcuma		12	24
Rolo de Carne de Vaca			22
Rolo de Carne de Aves e chouriço "vegan"			22

opções pratos de peixe	preços (€)		
	1 pax	2 pax	4 pax
Bacalhau à Brás à Origem (sem fritos)		10	20
Bacalhau Espiritual Saudável (sem natas)		10	20
Torta de Bacalhau c/ molho de tomate (com ovo)			24
Rolo de Bacalhau c/ molho de tomate ou bechamel saudável de coentros			24
Rolo de Bacalhau e Camarões c/ molho de tomate			28
Trouxas de Bacalhau e Camarão em massa filo (2 p/ pax) (não aconselhamos congelado)		15	30
Caril de Perca e Camarão (sem lactose)		10	20
Crepes de Pescada e Camarão c/ molho bechamel saudável (1 p/pax) (sem lactose)		10	20
Douradinhos de Perca Artesanais (frescos, congelados ou assados: diga-nos a sua opção)		9	18
Hambúrgueres de Atum e Gengibre (1 p/pax)		7	14
Rolo de Atum à Origem c/ massa semi-integral			20
Pizza de Atum (2 fatias p/ pax)		8	16
Lombo de Salmão c/ molho matcha		10	19
Salmão em crosta de Sementes de Sésamo c/molho teriyaki		9,6	19
Hambúrgueres de Salmão (1 p/pax)		9	18
Douradinhos de Salmão Artesanais (frescos, congelados ou assados: diga-nos a sua opção)		9	18
Canelones Low Carb (beringela) de Salmão c/ bechamel saudável de endro (2 p/ pax)		13	26

opções pratos vegetarianos e veganos	preços (€)		
	1 pax	2 pax	4 pax
Almôndegas de Aveia (4 almôndegas p/ pax) (vegano)		8	16
Crumble de Legumes (vegano)		10	20
Caril de Grão e Tofu (vegano)		10	20
Hambúrgueres de Feijão (1 p/ pax) (vegetariano)		5	10
Hambúrgueres de Quinoa (1 p/ pax) (vegetariano)		6	12
Pizza da Terra c/ espinafres e ovo (2 fatias p/ pax) (vegetariano)		8	16
Pizza de Outono c/ legumes (2 fatias p/ pax) (vegetariano)		8	16
Rolo de Legumes e Húmus de Grão à Origem c/ massa semi-integral (vegano)			18
Torta de Espinafres c/ molho de tomate (vegetariano c/ ovo)			18
Torta de Cenoura recheada c/ puré de ervilhas e ricotta (vegetariano c/ ovo)			20
Torta de Cenoura recheada c/ puré de feijão branco (vegetariano c/ ovo)			20
Lasanha de Espinafres e Cogumelos (vegetariano)			18
"Lasanha" de Batata-Doce e Tofu c/ molho tahine (não aconselhamos congelado) (vegano)			18
Bolonhesa de Soja (não fornecemos o esparguete) (vegano)		8	16
Feijoada de Legumes c/ chouriço vegan (vegano)		8	16

opções acompanhamentos	preços (€)		
	1 pax	2 pax	4 pax
Arroz Basmati		4	7
Arroz Integral		5	9
Batatas "Despenteadas" (batata nova golpeada c/ ervas aromáticas)		5	9
Quinoa Simples		5	9
Quinoa c/ raspas de lima		5	9
Millet c/ ervas aromáticas		5	9
Esparguete Integral (não aconselhamos congelado)		4	7
Puré de Aipo e Funcho (s/ lactose)		6	11
Puré de Couve-Flor e Açafrão (s/ lactose)		6	11
Puré de Ervilhas (s/ lactose)		6	11
Puré de Cenoura e Abóbora (s/ lactose)		6	11
Mix de Legumes Salteados (vegan e s/ glúten)		5	9
Mix de Couves Salteadas (vegan e s/ glúten)		5	9
Espargado natural (s/ natas e s/ queijo)		6,5	11

opções molhos 120 ml	preços (€)		
	1 pax	2 pax	4 pax
Molho Tahine (vegano e poderá conter vestígios de glúten)		2	4
Molho de Amendoim (vegano e s/ glúten)		2	4
Maionese Saudável (s/ óleo)		2	4
Ketchup de Beterraba artesanal (vegano e s/ glúten)		2	4
Molho de Tomate e Abóbora (vegano e s/ glúten)		2	4
Molho Bechamel saudável (vegano e s/ glúten)		2	4

opções sobremesas & snacks	preços (€)		
	1 pax	2 pax	4 pax
Cheesecake de Abacate e Lima (s/ glúten)	3,8	inteiro: 28	
Cheesecake de Manga (s/ glúten)	3,8	inteiro: 28	
Cheesecake de Frutos Vermelhos (s/ glúten)	3,8	inteiro: 28	
Cheesecake de Maracujá- inteiro (s/ glúten)	3,8	inteiro: 28	
Mousse de Chocolate (s/ lactose)		7,6	15
Mouse de Lima e Manjeriçã (s/ lactose)		7,6	15
Arroz Doce (mencionar se pretende Vegan ou Normal)	3	6	12
Quinoa Doce (mencionar se pretende Vegan ou Normal)	3,8	7,6	15
Brownie de Chocolate - à fatia (s/ glúten)	3,8		
Tarte de Chocolate - inteira (vegano e s/ glúten)			28
Tarte de Chocolate - à fatia (vegano e s/ glúten)	3,8		
Bombas Energéticas (vegano e s/ glúten)	2,2	pack 3:	6,2
Bolos de Aniversário personalizados (peso médio: 2kgs)		preço:	25
Nut´Origem 320 gr. creme de avelãs e chocolate p/ barrar (vegan e s/ glúten)		preço:	6,5
Granola Artesanal de Matcha e Lima 250 gr. (vegan, s/ glúten e s/ açúcar)		preço:	5
Granola Artesanal de Canela e Laranja (vegan, s/ glúten e s/ açúcar)		preço:	5
Pack de 10 Panquecas de Aveia (vegano, poderá ter vestígios de glúten)		preço:	12
Pack de 10 Panquecas de Aveia e Spirulina (vegano, poderá ter vestígios de glúten)		preço:	14
Frutos Secos Tostados 68 gr. (cerca de 2 chávenas de café)		preço:	2,6

ENCOMENDAS

e-mail geral@origem.org

tlm 968 098 201

whatsapp 916 476 024

ALGUMAS CONSIDERAÇÕES:

- Os produtos podem ser frescos ou congelados;
- Opção de embalagem por dose;
- Preços c/ Iva incluído;
- Entregas gratuitas em Lisboa para encomendas acima de 50€ (outros locais com custos associados);
- Possibilidade de levantamento da encomenda em qualquer dos nossos Restaurantes;
- Preços sujeitos a alterações;
- **Encomendas com pelo menos 24 horas de antecedência.**



origem
cozinha saudável