

PLANT BASED FOOD

 **taste  
and See**


COMIDA SAUDÁVEL

# CAFÉ DA MANHÃ

Servido todos os dias da semana entre às 8h e 11h30

Servido o dia inteiro nos domingos

vegan 

contém soja 

contém glúten 

## PRATOS

Tostex 15,00   

Sanduíche de pão integral caseiro tostado recheado com tomate, manjericã, mortadela vegetal e maionese vegana

Torrada Caseira 10,50   

2 fatias de nosso pão integral caseiro torrado servidas com geleia caseira de frutas e patê caseiro de ervas

Pão de Polvilho 6,90 

Porção de pão de polvilho (4) caseiro

Granola 12,50  

Porção bem servida de nossa granola caseira de aveia, passas, castanhas do pará, côco ralado, gergelim e linhaça adoçada com melado, servida com frutas frescas e leite vegetal

Salada de Frutas 8,50 

Frutas em época

Omelete Vegano 12,70 

Omelete vegano de grão de bico com tomate, salsinha e cebola servido com molho de tomate e lascas de amêndoa

Beiju Recheado 13,50 

Tapioca recheada com creme de palmito e tomate

### LEVE PARA CASA

Granola Caseira 18,40 

Peso: 480 g


Pão de Polvilho Congelado 20,00 

Porção de 12 unidades

Pão Integral Caseiro 9,50  

Nosso famoso pão integral caseiro feito à mão



## COMBOS

Combo 1 15,50 

Porção de pão de polvilho caseiro (3) servido com suco de frutas natural à sua escolha e uma porção de frutas frescas

Combo 2 20,50   

Porção de nosso pão integral torrado servida com patê caseiro de ervas, granola caseira com frutas e leite vegetal e uma vitamina de frutas ou suco natural

Combo 3 21,50  

Omelete vegano de grão de bico ou beiju recheado com creme de palmito, porção de nossa granola caseira com frutas e leite vegetal e uma vitamina de frutas ou suco natural

## BEBES

Vitamina de Frutas 9,50  

Mix de frutas batidas com leite vegetal

Chocolate Quente 9,50  

Chocolate quente com leite vegetal

Suco Natural 7,90 

Laranja, pink lemonade (limonada com morango), limão, abacaxi, maracujá ou acerola

Slim Juice 7,90 

Suco emagrecedor de gengibre, melado, limão e maracujá

Chia Fresca 9,50 

Bebida restauradora de chia com suco de limão e gelo

Chá de Capim Cidreira *cortesia*

Água Aromatizada *cortesia*




(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

# SANDUÍCHES E SALADAS

Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa

vegan 

contém soja 

contém glúten 

## SANDUÍCHES

Veggie Burger 28,70   

Hamburger de carne vegetal e quinoa servido com tomate, pepino japonês e alface entre um pão de hamburger caseiro, acompanhado de maionese Taste e ketchup caseiro e uma porção de batatas sauté (queijo vegano + R\$1,20)

Taste Molnar Sanduíche de Bife

Veggie Empanado 29,90   

Pão de hamburger caseiro recheado com carne vegetal empanada e assada, queijo vegano, tomate, pepino japonês e alface acompanhado de maionese Taste e ketchup caseiro e uma porção de batatas sauté

Wraps 27,80   

Wraps de pão folha recheados com alface, hummus, tomate seco caseiro, cenoura ralada maionese Taste e ketchup caseiro

## LEVE PARA CASA!

Nossos pães e salgados também estão à venda!

Pão integral 9,50  

Nosso famoso pão integral caseiro feito à mão

## SALADAS

Salada House 24,90 


Salada de folhas verdes, palmito popunha e lascas de amêndoas ao molho Taste à sua escolha

Salada Caprese 24,90  

Salada de folhas verdes, tofu e manjeriço ao molho Taste à sua escolha

Quiche com Salada House 29,90   

Quiche vegano à base de tofu de alho poró e cenoura servido com uma salada house com molho Taste à sua escolha

Omelete de Grão de Bico com Salada House 29,90 

Omelete vegano à base de grão de bico servido com molho de tomate, lascas de amêndoa e uma salada house com molho Taste à sua escolha

## MOLHOS CASEIROS

Peça com sua salada!

Pesto 

Manjeriço, limão, azeite, castanha do pará açúcar mascavo, sal

Vinagrete 

Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo

Especial  

Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

## SOBREMESAS DE CORTESIA

Sorbet de Frutas 

Opção de banana ou de abacaxi

Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes

Sagu de Abacaxi  

Pérolas de sagu ao creme levemente adocicado de abacaxi



(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

# BEBIDAS E SOBREMESAS

Também fazemos bolos e sobremesas para festas e eventos! Faça seu orçamento conosco!

vegan



contém soja



contém glúten



## BEBIDAS

Água Mineral 2,50

Água com gás 3,50

Suco Natural 7,90

Laranja, pink lemonade (limonada com morango), limão, abacaxi, maracujá ou acerola

Suco Detox 9,50

Cenoura com maçã, beterraba com maçã e cenoura ou suco verde (couve, salsa, pepino japonês batidos com suco de laranja ou suco de limão)

Slim Juice 7,90

Suco emagrecedor de gengibre, melado, limão e maracujá

Chia Fresca 9,50

Bebida restauradora de chia com suco de limão e gelo

Smoothies 11,50 

Smoothie cremoso e gelado batido com nosso sorvete 100% de frutas de banana, leite vegetal e duas opções de morango ou abacaxi

Chá de Capim Cidreira *cortesia*

Água Aromatizada *cortesia*

## SOBREMESAS

Sorbet de Frutas 9,90 

Porção generosa de nosso sorbet caseiro de frutas, 100% natural (sem adição de açúcar ou aditivos) com opções de banana, abacaxi ou morango com banana

Mousse de Cacau 7,50  

Mousse de cacau com base de abacate e creme

Bolo de Maçã Caseiro 7,50   

Fatia de nosso bolo caseiro de maçã com canela, castanhas e passas

Especial Taste and See 14,50   

Fatia de nosso bolo caseiro de maçã acompanhada de duas bolas de sorbet de frutas

Cupcake de Cenoura 6,70   

Cupcake de cenoura com cobertura de mousse de cacau

Bolinho de Cenoura 6,50  

3 mini bolinhos de cenoura com canela, gengibre, côco ralado, passas, nozes e aveia

Cookies Taste and See 4,50   

Cookies veganos caseiros, escolha de chocolate chip ou cookie de cranberry e castanha do Pará

### LEVE PARA CASA!

*Vendemos bolos e sobremesas!*

Bolo de Banana e Castanhas 14,90   

Bolo de banana integral com castanhas do Pará e chocolate chips.

Granola Caseira 18,40 

Granola de aveia, passas, castanhas do Pará, côco ralado, gergelim e linhaça adoçada com melado.

Peso: 480 g



(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

# PRATOS DO DIA

---

Cada dia da semana apresentamos  
uma seleção de pratos diferentes.  
Fique atualizado no cardápio do dia  
e novos pratos através das nossas  
redes sociais


**@restaurantetasteandsee**

taste  and see

# CARDÁPIO DO DIA

Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa




vegan 

contém soja 



contém glúten 


## PRATOS

Strogonoff com Batata Sauté 33,90     
Strogonoff de palmito de pupunha fresco com molho de tomate e champignon, arroz integral e batata assada.


Taste Virado à Paulista 33,90     
Tutu de feijão, couve ao alho, bife vegetal com “ovo” (de tofu) frito, linguiça vegetal caseira, cebola caramelizadas, arroz integral

Taste Árabe 33,90     
Hummus e babaganoush caseiros, tabule, quibe assado, kafta de carne vegetal e quinoa servido com pão sírio

Grelhado Veggy 33,90    
Mix de legumes com shimeji grelhados, steak de tofu marinado, arroz integral, misosshiro (sopa oriental), molho de shoyu e gengibre


Taste Brasileiro 28,90   
Prato clássico de arroz integral com feijão servido com escondidinho de batata e recheio de creme de palmito de pupunha fresca

## MASSAS



Lasanha de Pupunha 33,90   
Lasanha de pupunha fresca, tomate seco caseiro, escarola, molho de tomates frescos e molho branco de leite vegetal

## DETOX

Todos os dias oferecemos uma opção mais leve, sem glúten e low carb

Taste Omelete com Salada 28,90   
Omelete leve e vegano de grão de bico e tomate servido com uma salada house de alface, tomate, pupunha e molho à sua escolha

## SOPAS





Taste Sopa do Dia 24,90    
Sopa do dia servida com fatia de pão integral  
Taste and See com direito a repetição

### PORÇÕES EXTRAS




Arroz integral 3,50   
Entrada (sopa ou salada) 3,50     
Sobremesa 3,50   
Batatas sauté 6,50   
Quiche 15,50     
Omelete de Grão de Bico 15,50 

### MOLHOS CASEIROS

Peça com sua salada de entrada!

Pesto   
Manjeriçã, limão, azeite, castanha do Pará açúcar mascavo, sal  
Vinagrete   
Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo  
Especial    
Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

### SOBREMESAS DE CORTESIA

Sorbet de Frutas   
Opção de banana ou de abacaxi  
Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes  
Sagu de Abacaxi    
Pérolas de sagu ao creme levemente adoçado de abacaxi




(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

SEG.

# CARDÁPIO DO DIA

Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa

vegan 

contém soja 

contém glúten 

picante 


## PRATOS

Taste Oriental e Sushi 33,90   

Combinado de yakissoba veggie, hossomaki (enroladinho de arroz com alga marinha e vegetais), sushi de frutas e beringela (8 porções de sushi), gengibre em conserva, wasabi, shoyu e missoshiro (sopa oriental)

Taste Coreano 33,90    

Bibimbap de legumes ao molho de pimenta agri-doce, churrasco de carne vegetal, kimchi caseiro (acelga fermentada com especiarias), arroz integral e missoshiro (sopa oriental)

Taste Brasileiro 28,90   

Feijão, arroz integral, purê de abóbora, bife vegetal à milanesa

Taste Árabe 33,90   

Hummus e babaganoush caseiros, tabule, quibe assado, kafta de carne vegetal e quinoa servido com pão sírio

## MASSAS

Yakissoba 33,90   

Massa chinesa com legumes e cogumelos shimeji grelhados temperada com shoyu e salpicada com cebolinha servida com missoshiro (sopa oriental)

## SOPAS

Taste Sopa do Dia 24,90  

Sopa do dia servida com fatia de pão integral Taste and See com direito a repetição

## DETOX

Todos os dias oferecemos uma opção mais leve, sem glúten e low carb

Hambúrguer de Grão de Bico com Quinoa 28,90 

Hambúrguer caseiro de grão de bico, quinoa e legumes com molho de tomate e lascas de amêndoa, servido com uma salada verde com tofu, tomate e manjeriço com molho à sua escolha

## PORÇÕES EXTRAS

Arroz integral 3,50 

Entrada (sopa ou salada) 3,50   

Sobremesa 3,50 

Batatas sauté 6,50 

Quiche 15,50   

Omelete de Grão de Bico 15,50 

## MOLHOS CASEIROS

Peça com sua salada de entrada!

Pesto 

Manjeriço, limão, azeite, castanha do pará açúcar mascavo, sal

Vinagrete 

Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo

Especial  

Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

## SOBREMESAS DE CORTESIA

Sorbet de Frutas 

Opção de banana ou de abacaxi

Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes


Sagu de Abacaxi  

Pérolas de sagu ao creme levemente adoçado de abacaxi

# CARDÁPIO DO DIA

Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa

vegan 

contém soja 

contém glúten 

## PRATOS

Taste Feijoada **33,90**   

Feijoada veggie com carne vegetal, legumes e beringela defumada servida com farofa crocante, vinagrete, couve ao alho e limão e arroz integral (pimenta opcional)

Taste Risoto **33,90** 

Risoto de arroz arbóreo cozido ao creme de castanha de caju com alho poró, cogumelos shimeji e confit de tomate (lascas de amêndoa e queijo vegano opcionais)

Taste Árabe **33,90**   

Hummus e babaganoush caseiros, tabule, quibe assado, kafta de carne vegetal e quinoa servido com pão sírio

Taste Brasileiro **28,90**  

Prato clássico de arroz integral com feijão servido com picadinho e legumes ao molho madeira e purê de batata caseiro com toque de azeite de oliva

## MASSAS

Taste Panqueca **33,90**   

Panqueca caseira e integral com dois recheios de creme de palmito e creme de castanha de caju com tofu e alho poró, servidas ao molho de tomates frescos (lascas de amêndoa e queijo vegano de castanha de caju e nutritional yeast opcionais)

Penne Primavera **33,90**   

Penne integral servido com legumes e cogumelos shimeji ao molho branco de leite vegetal (lascas de amêndoa e queijo vegano opcionais)

## DETOX

Todos os dias oferecemos uma opção mais leve, sem glúten e low carb

Tapioca Recheada com Salada **24,90** 

Beiju recheado com creme de palmito servido com uma salada de folhas verdes, palmito popunha e lascas de amêndoas

## SOPAS

Taste Sopa do Dia **24,90**  

Sopa do dia servida com fatia de pão integral Taste and See com direito a repetição

### PORÇÕES EXTRAS

Arroz integral **3,50** 

Entrada (sopa ou salada) **3,50**   

Sobremesa **3,50** 

Batatas sauté **6,50** 

Quiche **15,50**   

Omelete de Grão de Bico **15,50** 

### MOLHOS CASEIROS

Peça com sua salada de entrada!

Pesto 

Manjeriçao, limão, azeite, castanha do pará açúcar mascavo, sal

Vinagrete 

Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo

Especial  

Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

### SOBREMESAS DE CORTESIA

Sorbet de Frutas 

Opção de banana ou de abacaxi

Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes

Sagu de Abacaxi  

Pérolas de sagu ao creme levemente adoçado de abacaxi




(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

QUA.

# CARDÁPIO DO DIA

Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa

vegan 

contém soja 

contém glúten 

## PRATOS

Taste Feijoada **33,90**   

Feijoada veggie com carne vegetal, legumes e beringela defumada servida com farofa crocante, vinagrete, couve ao alho e limão e arroz integral (pimenta opcional)

Taste Risoto **33,90** 

Risoto de arroz arbóreo cozido ao creme de castanha de caju com alho poró, cogumelos shimeji e confit de tomate (lascas de amêndoa e queijo vegano opcionais)

Taste Árabe **33,90**   

Hummus e babaganoush caseiros, tabule, quibe assado, nafta de carne vegetal e quinoa servido com pão sírio

Taste Brasileiro **28,90**  

Prato clássico de arroz integral com feijão servido com picadinho e legumes ao molho madeira e purê de batata caseiro com toque de azeite de oliva

## MASSAS

Taste Panqueca **33,90**   

Panqueca caseira e integral com dois recheios de creme de palmito e creme de castanha de caju com tofu e alho poró, servidas ao molho de tomates frescos (lascas de amêndoa e queijo vegano de castanha de caju e nutritional yeast opcionais)

Penne Primavera **33,90**   

Penne integral servido com legumes e cogumelos shimeji ao molho branco de leite vegetal (lascas de amêndoa e queijo vegano opcionais)

## DETOX

Todos os dias oferecemos uma opção mais leve, sem glúten e low carb

Tapioca Recheada com Salada **28,90** 

Beiju recheado com creme de palmito servido com uma salada de folhas verdes, palmito popunha e lascas de amêndoas

## SOPAS

Taste Sopa do Dia **24,90**  

Sopa do dia servida com fatia de pão integral Taste and See

### PORÇÕES EXTRAS

Arroz integral **3,50** 

Entrada (sopa ou salada) **3,50**   

Sobremesa **3,50** 

Batatas sauté **6,50** 

Quiche **15,50**   

Omelete de Grão de Bico **15,50** 

### MOLHOS CASEIROS

Peça com sua salada de entrada!

Pesto 

Manjeriçao, limão, azeite, castanha do pará açúcar mascavo, sal

Vinagrete 

Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo

Especial  

Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

### SOBREMESAS DE CORTESIA

Sorbet de Frutas 

Opção de banana ou de abacaxi

Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes

Sagu de Abacaxi  

Pérolas de sagu ao creme levemente adoçado de abacaxi




(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

QUI.

# CARDÁPIO DO DIA




Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa




vegan 



contém soja 




contém glúten 

## PRATOS




Taste Comida de Boteco **33,90**     
Isca de carne vegetal acebolada, mandioca cozida ao alho, coxinha assada de batata com recheio de carne de jaca verde, caldinho de feijão e arroz integral

Taste Degustação Vegana **33,90**     
Mix de delícias Taste and See: coxinha assada de batata com recheio de carne de jaca verde, espetinho de carne vegetal e legumes assado, bobó de shimeji, legumes e tofu ao molho de cogumelo, arroz integral

Bobó de Shimeji com Espetinho **33,90**    
Bobó de shimeji no leite de coco e creme de mandioca com legumes, espetinho de carne vegetal e legumes assado e arroz integral

Taste Coxinha Assada com Salada     
Coxinha assada de batata com recheio de carne de jaca verde, couscous marroquino, salada de alface, palmito pupunha e tomate com molho à sua escolha


## MASSAS

Taste Lasanha Tradicional **33,90**     
Massa caseira de semolina e farinha integral recheada com escarola, tomate seco caseiro, molho sugo e creme bechamel de castanha de caju (queijo vegano de castanha de caju com nutritional yeast opcional)



Lámem **30,50**     
Massa caseira japonesa servida com mix de legumes e cogumelos ao molho de shoyu com óleo de gergelim

## DETOX

Todos os dias oferecemos uma opção mais leve, sem glúten e low carb

Tapioca Recheada com Salada **28,90**   
Beiju recheado com creme de palmito servido com uma salada de folhas verdes, palmito pupunha e lascas de amêndoas

## SOPAS





Taste Sopa do Dia **24,90**    
Sopa do dia servida com fatia de pão integral Taste and See com direito a repetição

### PORÇÕES EXTRAS




Arroz integral **3,50**   
Entrada (sopa ou salada) **3,50**     
Sobremesa **3,50**   
Batatas sauté **6,50**   
Quiche **15,50**     
Omelete de Grão de Bico **15,50** 

### MOLHOS CASEIROS

Peça com sua salada de entrada!

Pesto   
Manjeriçã, limão, azeite, castanha do pará açúcar mascavo, sal  
Vinagrete   
Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo  
Especial    
Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

### SOBREMESAS DE CORTESIA

Sorbet de Frutas   
Opção de banana ou de abacaxi  
Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes  
Sagu de Abacaxi    
Pérolas de sagu ao creme levemente adoçado de abacaxi




(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

SEX.

# CARDÁPIO DO DIA

Todos os pratos acompanham uma entrada de sopa ou salada com molho caseiro à sua escolha e uma sobremesa

vegan 

contém soja 

contém glúten 

## PRATOS

### Taste Feijoada 37,90

Feijoada veggie com carne vegetal, legumes e beringela defumada servida com farofa crocante, vinagrete, couve ao alho e limão e arroz integral (pimenta opcional)

### Degustação Vegana 37,90

Mix de delícias Taste and See: coxinha assada de batata com recheio de carne de jaca verde, espetinho de carne vegetal e legumes assado, bobó de shimeji, legumes e tofu ao molho de cogumelo, arroz integral

### Taste Comida de Boteco 37,90

Isca de carne vegetal acebolada, mandioca cozida ao alho, coxinha assada de batata com recheio de carne de jaca verde, caldinho de feijão e arroz integral

### Bobó de Shimeji com Espetinho 37,90



Bobó de shimeji no leite de coco e creme de mandioca com legumes, espetinho de carne vegetal e legumes assado e arroz integral

### Taste Coxinha Assada com Salada 37,90

Coxinha assada de batata com recheio de carne de jaca verde, couscous marroquino, salada de alface, palmito pupunha e tomate com molho à sua escolha

### Strogonoff 37,90

Strogonoff de palmito de pupunha fresco com molho de tomate e champignon, arroz integral e batata assada.

## MASSAS

### Taste Lasanha Tradicional 37,90

Massa caseira de semolina e farinha integral recheada com escarola, tomate seco caseiro, molho sugo e creme bechamel de castanha de caju (queijo vegano de castanha de caju com nutritional yeast opcional)

### Taste Lasanha de Pupunha 37,90

Lasanha de massa caseira recheada com pupunha fresca, tomate seco caseiro, escarola, molho de tomate e molho branco

### Lámem 37,90

Massa caseira japonesa servida com mix de legumes e cogumelos ao molho de shoyu com óleo de gergelim

### Spaguetti com Almôndegas 37,90

Spaghetti de massa integral com almôndegas caseiras de carne vegetal ao molho sugo de tomates frescos.

## MOLHOS CASEIROS

*Peça com sua salada de entrada!*

### Pesto

Manjeriçao, limão, azeite, castanha do pará açúcar mascavo, sal

### Vinagrete

Cebola, alho, tomate, azeite, sal, açúcar mascavo

### Especial

Shoyu, mostarda, açúcar mascavo, limão, azeite, sal

## SOBREMESAS DE CORTESIA

### Sorbet de Frutas

Opção de banana ou de abacaxi  
Sorbet caseiro 100% de frutas servido com raspas de limão sem açúcar ou conservantes

### Sagu de Abacaxi

Pérolas de sagu ao creme levemente adoçado de abacaxi



(Pratos podem conter resquícios de glúten e soja)

DOM.

**seg à sex | 8h às 16h  
sab. | 19h às 22h30  
dom. e feriados | 10h às 17h**

**Rua Sampaio Viana 88 | Paraíso | São Paulo**

**tasteandsee.com.br  
(11)4371-7077  
@restaurantetasteandsee**

**taste  and see**