

## ΕΠΙΛΕΓΟΥΜΕ ΚΡΗΤΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

**ΨΩΜΙ** .....1,20 [VEGAN]  
(Έξτρα παρθένο ελαιόλαδο, ελιές)

**ΣΚΟΡΔΟΨΩΜΟ** .....3,50 [VEGETARIAN]  
(4 τεμάχια, με ντομάτα & τυρί)

**ΑΠΛΟ ΚΑΙ ΚΑΛΟ!** .....5,50 [VEGETARIAN]  
Φέτες ψωμιού ψημένες στο φούρνο με ελαιόλαδο, ντομάτα, πιπέρια, κρεμμύδι, αβοκάντο, σκόρδο και ανθότυρο

## ΣΑΛΑΤΕΣ

**ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ** .....5,90 [VEGETARIAN]  
Με τα κλασικά της υλικά

**ΚΟΥΖΟΥΛΟΣ** .....7,50 [VEGAN]  
Με χαρουπόμελο πράσινα λαχανικά και φρούτα εποχής

**ΜΙΤΑΤΟ** .....5,90 [VEGETARIAN]  
Ντομάτα, μυζήθρα & βασιλικός

**ΣΑΛΑΤΑ ΤΟ ΕΛΑΙΟΔΕΝΤΡΟ** .....7,90  
Τοπικά υλικά (σταμναγκάθι, μαρούλι, απάκι, λιαστή ντομάτα, ρόκα, αχλάδι, ζύδι, ελαιόλαδο, θυμαρίσιο μέλι, σταφίδα)

**ΜΑΝΙΖΩ** .....7,90 [VEGETARIAN]  
Αβοκάντο - Πορτοκάλι με πράσινα λαχανικά και σάλτσα από γιαούρτι, ελαιόλαδο, ζύσμα λεμονιού και κόμμινο

**ΚΟΤΟΣΑΛΑΤΑ** .....8,00  
Με πράσινα λαχανικά, τοπικά τυριά, θυμαρίσιο μέλι & dressing γιαουρτιού

**ΚΡΗΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ** .....6,00 [VEGETARIAN]  
Μυζήθρα, ντάκος, καπαρόφυλλα, πατάτα βραστή, ντοματίνια

**ΤΖΑΤΖΙΚΙ** .....3,80 [VEGETARIAN]  
Γιαούρτι με ελαιόλαδο, σκόρδο, αγγούρι, ζύδι & αλάτι

**ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤΑ**.....4,30 [VEGETARIAN]  
Η κλασική Ελληνική

### Στάκα

Όταν βράσει το γάλα και το αφήσουμε να κρυώσει, παίρνουμε την τσίπα του, την αλατίζουμε και τη βάζουμε σε βάζο στο ψυγείο. Όταν μαζέψουμε μπόλικη, τη ζεσταίνουμε σε χαμηλή φωτιά με αλεύρι και έχουμε την στάκα .

### Μυζήθρα

Είναι ένα κατάλευκο, μαλακής σύστασης τυρί με μία διακριτική γλυκιά γεύση.

### Γραβιέρα Κρήτης

Γεύση ελαφρά αλμυρή, γεμάτη από βούτυρο και πρωτείνες γάλακτος. Φτιάχνεται από αιγοπρόβειο γάλα.

### Χαρουπόμελο

Το χαρούπι είναι ο καρπός ενός δέντρου, της χαρουπιάς, που ευδοκίμει κυρίως στην περιοχή της Μεσογείου και κατάφερε να θρέψει και να κρατήσει στη ζωή τους προγόνους μας σε περιόδους πολέμου. Μετά από την επεξεργασία του χαρουπιού παρασκευάζεται το χαρουπόμελο. Το οποίο κατατάσσεται στην κατηγορία των υπερ τροφών, αφού αποτελεί φυσική πηγή θρεπτικών συστατικών.

## ΟΡΕΚΤΙΚΑ

**ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ :** ●●●○ [VEGETARIAN]

Θεωρία των 4 γεύσεων (Γλυκό, πικρό, αλμυρό, ζινό) .....8,80

**ΚΟΠΕΛΙ** .....7,50

*Σύγκλινο και γραβιέρα με θυμάρι σε πιτάκια  
απο χαρουπάλευρο (βινεγκρέτ βαλσάμικο - πορτοκάλι)*

**ΝΤΑΚΟΣ ΧΑΝΙΩΤΙΚΟΣ** .....5,50 [VEGETARIAN]

*Κρητικό παζιμάδι, ντομάτα,  
μυζήθρα ελιές και ρίγανη*

**ΣΤΑΚΑ** .....6,00 [VEGETARIAN]

*Τσίπα φρέσκου πρόβειου γάλακτος*

**ΠΑΜΕ ΒΟΛΤΑ ΣΤΟ ΧΩΡΙΟ** .....4,90 [VEGAN]

*Ελιές τηγανητές με ντομάτα, δεντρολίβανο & θυμαρίσιο μέλι*

**ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΚΑΛΙΤΣΟΥΝΙΑ** .....5,00 [VEGETARIAN]

*Ανάμεικτα (2 τεμάχια)*

**ΓΑΡΙΔΕΣ «ΕΛΑΙΟΔΕΝΤΡΟ»** .....9,90

*Αρωματισμένες με κρητικά βότανα, αβοκάντο, ντομάτα,  
ελαιόλαδο και ανθότυρο - γραβιέρα*

**ΦΑΒΑ ΜΕ ΧΤΑΠΟΔΙ** .....6,90

*Με καραμελωμένο κρεμμύδι*

**ΦΑΒΑ** .....5,00 [VEGAN]

*Με καραμελωμένο κρεμμύδι*

**«ΠΕΝΤΕ ΒΟΤΑΝΑ»** .....6,70

*Μανιτάρια γεμιστά με τοπικά βότανα, τυριά  
και απάκι*

**“ΛΕΥΚΑ ΟΡΗ”** .....7,50 [VEGETARIAN]

*Μαραθόπιτες συνοδευόμενες με στάκα και δυόσμο*

**ΜΑΡΑΘΟΠΙΤΑ** .....5,00 [VEGAN]

### Σύγκλινο

Τρυφερά κομμάτια χοιρινού κρέατος μαριναρισμένο σε εξτρά περθένο ελαιόλαδο και μπαχαρικά, καπνισμένο σε αρωματικό ξύλο σύμφωνα με παραδοσιακή συνταγή.

### Κρητικό απάκι

Παρασκευάζεται από ψαρονέφρι, που δεν έχει λίπος και είναι πολύ τρυφερό. Το κρέας αλατοπιπερώνεται, πασπαλίζεται με αρωματικά βότανα, φασκόμηλο, ρίγανη, θρούμπι και θυμάρι και μαρινάρεται για 2-3 ημέρες σε ξίδι από καλό κρασί.

## ΤΑ ΚΛΑΣΙΚΑ ΠΙΑΤΑ ΤΗΣ ΓΙΑΓΙΑΣ

**ΣΤΙΦΑΔΟ** .....9,90

*Σιγοψημένο μοσχάρι με σάλτσα από ντομάτα, δάφνη και μικρά κρεμμυδάκια*

**ΜΟΥΣΑΚΑΣ** .....7,80

*Ουδέν σχόλιον... Ο κλασικός ελληνικός μουσακάς*

**ΓΕΜΙΣΤΑ** .....6,50

*Ντομάτα ή πιπεριά γεμισμένη με ρύζι και διάφορα αρωματικά (χωρίς γιαούρτι) [VEGAN]*

**ΜΠΟΥΡΕΚΙ ΧΑΝΙΩΤΙΚΟ** .....6,90 [VEGETARIAN]

*Ανακατεμένα πατάτες, κολοκύθια, μυζήθρα και διάφορα αρωματικά στο φούρνο*

**ΓΙΑΟΥΡΤΛΟΥ** .....8,50

*Σουτζουκάκια με γιαούρτι, βότανα και σάλτσα ντομάτας σε πίτα*

**ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΜΑΓΕΙΡΕΥΤΩΝ** .....15,00

*...Λίγα απ'όλα από τα πιάτα της Γιαγιάς*

**ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΧΟΡΤΟΦΑΓΩΝ** .....13,00 [VEGETARIAN]

**ΠΟΙΚΙΛΙΑ VEGAN** .....11,00 [VEGAN]

## ΣΠΙΤΙΚΑ ΚΡΗΤΙΚΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ (Χυλοπίτες)

**«ΤΟ ΕΛΑΙΟΔΕΝΔΡΟ»** .....10,90

*Με σάλτσα ελιάς & ντομάτας, απάκι, λουκάνικα και λαχανικά*

**ΘΑΛΑΣΣΙΝΩΝ** .....10,90

*Με γαρίδες και μύδια*

**ΜΠΟΛΟΝΕΖ** .....7,10

**ΝΑΠΟΛΙΤΕΝ** .....5,90 [VEGAN]

## ΨΑΡΙ

**ΦΡΕΣΚΟ ΨΑΡΙ (μερίδα)**.....18,00

**ΓΛΩΣΣΑ A LA FLORENTINE** .....15,00

*Σε μαζιλάρι σπανακιού με σάλτσα τυριών*

**Το να τρώει κάποιος αργά και χαλαρά αποθαρρύνει την υπερφαγία και ενθαρρύνει τη χαλάρωση που βοηθά στην χώνευση.**

*Ο οργανισμός επεξεργάζεται την τροφή πύ εύκολα και αποτελεσματικά όταν είναι ήρεμος.*

### Μαρούβας

Είναι ένα υψηλόβαθμο παραδοσιακό κρασί, που παράγεται στην περιοχή Κισσάμου Χανίων, στη δυτική Κρήτη. Μαρούβας για τους ντόπιους σημαίνει «παλαιωμένος», πράγμα που καταδεικνύει πως το ομώνυμο κρασί προορίζεται για μακρόχρονη παλαίωση.

### Θυμαρίσιο μέλι

Το νέκταρ των ανθρώπων! Με κεχριμπαρένιο χρώμα, μοναδική γεύση και ξεχωριστό άρωμα, το θυμαρίσιο μέλι θεωρείται ο βασιλιάς των μελιών.

### Μαραθόπιτα

Ο Μάραθος το μοσχομυρωδάτο μυρωδικό που φυτρώνει σε όλο το νησί γίνεται πίτα και φτάνει ως στις μέρες μας από τα βάθη των αιώνων.

## ΣΤΗ ΣΧΑΡΑ

 ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΧΟΙΡΙΝΗ 400γρ. ....	13,00
ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΧΟΙΡΙΝΗ 500γρ. ....	9,50
ΠΑΪΔΑΚΙΑ .....	9,90
ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ .....	8,90
ΣΟΥΒΛΑΚΙ ΧΟΙΡΙΝΟ .....	9,30
ΣΟΥΒΛΑΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ .....	9,30
ΜΟΣΧΑΡΙ ΦΙΛΕΤΟ .....	19,50
ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΣΧΑΡΑΣ .....	15,00
FLANKE STEAKE .....	20,00
<i>Ειδικό τεμάχιο μοσχαριού 350γρ.</i>	

## ΝΤΟΠΙΑ ΑΡΝΙΑ

**ΑΜΠΕΛΟΥΡΓΟΣ** .....16,00  
*Μπούτι αρνίσιο γεμισμένο με μυζήθρα και τυλιγμένο σε αμπελόφυλλα*

**ΑΡΝΙ ΜΕ ΜΑΛΟΤΗΡΑ** .....16,00  
*Η μαλοτήρα είναι ενδημικό τσάι της Κρήτης*

**ΓΛΑΚΩ** .....18,00  
*Πέντε ώρες σιγοψημένου αρνιού με σάλτσα, μαρούβα κρασί και αγριόχορτα*

*«...Σε καθετί που θα επιδιώξει κανείς, το αποτέλεσμάτα  
θα είναι ανάλογα με την εκπαίδευσή του.»*  
*Πλάτωνας*

## **ΦΙΛΕΤΑ**

### **ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ**

**ΚΑΡΥ (καυτερό ή όχι) .....11,90**

**ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΩΝ .....11,90**

**ΑΒΟΚΑΝΤΟ .....11,90**

**ΜΕ ΘΥΜΑΡΥΣΙΟ ΜΕΛΙ (γλυκόξινη) .....11,90**

**ΜΕ ΣΤΑΚΑ\* .....11,90**

### **ΧΟΙΡΙΝΑ**

**ΠΠΕΡΙΩΝ .....14,50**

**ΜΕ ΣΤΑΚΑ\* .....14,90**

### **ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ**

**ΘΥΜΑΡΙΟΥ .....23,30**

**ΜΕ ΣΤΑΚΑ\* .....23,30**

**ΠΠΕΡΙΩΝ .....23,30**

**ΣΤΡΟΓΚΑΝΟΦ .....20,00**

**ΜΕ ΚΡΑΣΙ ΛΙΑΤΙΚΟ, ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ & ΜΑΝΙΤΑΡΙ .....23,30**

**ΣΑΤΩ ΜΠΙΡΙΑΜ ΓΙΑ 2 ΑΤΟΜΑ .....60,00**

*Με σάλτσες των επιλογών σας*

**\*[ ΣΤΑΚΑ ]:** *Τσίπα φρέσκου πρόβειου γάλακτος & φρέσκα  
μανιτάρια.*



## ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΜΠΥΡΕΣ



Ποτήρι μικρό ΧΑΡΜΑ Lager .....	4,00
Ποτήρι μεγάλο ΧΑΡΜΑ Lager .....	5,00
Ποτήρι μικρό ΧΑΡΜΑ Pale Ale .....	5,00
(Τροπικά φρούτα και εσπεριδοειδή)	
Ποτήρι μεγάλο ΧΑΡΜΑ Pale Ale .....	6,00
(Τροπικά φρούτα και εσπεριδοειδή)	
Λύρα 0,33 lt .....	4,90
Μύθος .....	3,90
Μύθος μικρή .....	2,90
Septem Monday's Pilsner 0,33 lt .....	4,90
Septem Monday's Pilsner 0,50 lt .....	5,50
Septem Thursday's Red Ale .....	6,50
Septem 8η Μέρα Pale Ale 0,33 lt .....	7,00

## ΤΟΠΙΚΑ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ

Λεμονάδα .....	2,30
Σπιτική Λεμονάδα με μέντα .....	2,30
Πορτοκαλάδα .....	2,30
Μπυράλ .....	2,30
Γκαζόζα .....	2,30
Σόδα .....	2,30
Φυσικός Χυμός Πορτοκάλι .....	2,80
Κόλα .....	3,20

### *NEPO*

Νερό Εμφιαλωμένο 0,5 lt .....	1,00
Νερό Εμφιαλωμένο 1 lt .....	1,50
Νερό Ανθρακούχο 0,25 lt .....	1,80
Νερό Ανθρακούχο 1 lt .....	3,00