

INSPIRO®

NEUROBISTRO

В основе концепции INSPIRO Neurobistro лежит нейропитание — интегративное направление, изучающее влияние питания на работу мозга, когнитивные функции, эмоциональное состояние и общее здоровье человека.

Меню создается в диалоге с учеными и специалистами в области питания из сезонных растительных продуктов ближайших регионов России и собственной фермы на Алтае. Мы используем инновационные техники ферментации в собственной лаборатории, а также создаём ремесленные изделия без сахара в пекарне и кондитерской.

Дневное меню учитывает циркадные ритмы жителя мегаполиса.

Блюда подобраны таким образом, чтобы поддерживать устойчивый уровень энергии в течение дня, способствовать концентрации и ясности, а также лёгкому и комфортному пищеварению без перегрузки.

ЗАВТРАКИ

Шакшука из конопли томаты, батат, рамиро, кориандр, зира	1200
Спирокаша® · зелёная гречка кедровый орех, овсяные сливки, гороховый мисо, лакто-брусника	850
Спирокаша® · овсянка с темпе томаты, кедровая сметана, рамиро, тамари	870
Завтрак от шефа скрэмбл из конопли, ежевик, темпе, белая фасоль, томаты, зелень	1550
Крок-месье с ежевиком солодовая амазаке бриошь, кедровый бешамель, конопляный панир, батат	1250
Конопляники конопляная рикотта, щавель, овсяные сливки, ревень, клубника, кокосовый йогурт	1150
Гранола с кокосовым йогуртом ягоды, эстрагон, базилик, мята	950
Тост с конопляным паниром солодовая амазаке бриошь, зеленый мусс из баклажан, томаты, зелень, льняной майонез	970
Пудинг из амазаке кодзи, ежевика, лимон, мята	790
Манник с маком ванильный ганаш, мокамбо, малина	920

СТАРТЕРЫ

Хлебная корзина тартин, солодовая амазаке бриошь, фокача, кедровое масло	350
Мезе из ферментированных закусок лабне из конопли, хумус из темпе, дзадзики, зеленый мусс из баклажан, аджика с огня, чипс комбу	950
Перец рамиро с лабне из конопли кодзи-дайкон, травы, кедровое песто	870
Вителло тоннато из ежевика с темпе каперсы из одуванчика, зелень, песто из базилика	1250
Абрикосы на гриле с лисичками кедровая сметана, руккола, тимьян, эстрагон, петрушка, укроп	1150

САЛАТЫ

Зеленый салат с конопляной тхиной яблоко, фенхель, редька, кейл, огурец, романо, мята, петрушка, эстрагон, кинза	950
Карпаччо из фермерских томатов с копченым кокосовым творогом кедровая сметана, бальзамик из черного чеснока, микс трав	1450
Салат с брынзой из конопляного панира томаты, огурцы, ферментированный крыжовник, микс трав и зелени	990



ОСНОВНЫЕ / с 12:00

Гратен из корня сельдерея с чечевицей 1420
томаты, кедровый бешамель,
зелёное масло петрушки

Капуста качо-э-пеппе с вешенкой на гриле 1290
кедровый бешамель, грибной сею, каштан

Боул с бататом и чечевичными 1570
тефтелями с кодзи-перловкой
лакто цветная капуста, кокосовый йогурт,
брусника, гороховый мисо, зелень

Боул с эринги, зелёной гречкой и темпе 1650
ферментированная морковь, зелень,
квасной соус, тамари

Бургер с ежевиком 1750
мука спелты особо тонкого помола, амазаке,
ежевик гребенчатый, кокосало, томаты, лакто
огурец, горчица, перец рамиро, кедровая
сметана

СУПЫ

Окрошка с ежевиком на хлебном 910
квасе с конопляным паниром
мисо из бородинского хлеба,
картофель, огурец, редис, петрушка

Гаспачо из клубники 1150
с ревенем и сельдереем
томаты, огурец, лимон, чили

Свекольник с черной 950
смородиной и ежевиком
water kefir, свекла, конопляный панир,
кедровая сметана, огурец, редис, микс трав



Десертное меню

Десерты INSPIRO Neurobistro создаются из цельных растительных ингредиентов с использованием ферментации и ремесленных техник собственной кондитерской.

Мы не используем рафинированный сахар и его заменители — только органический сироп топинамбура, позволяющий сохранить чистоту вкуса с пользой для здоровья.

Наполеон	850
Медовик	820
Брауни · фундук, мисо-карамель	900
Тирамису	850
Шпинатный бисквит с малиной	870
Павлова	800
Тарт с чёрным лимоном и меренгой	800
Морковь · облепиха	850
Крем-мусс · цветная капуста, кедр	890
Муссовое пирожное с мокамбо	900
Пай груша–мисо	900
Ассорти конфет	750
Шоколадный трюфель	490

@inspiro.neurobistro
inspiro.rest

Данное меню носит информационно-рекламный характер.
Пожалуйста, заранее сообщите официанту, если у вас есть пищевая аллергия



INSPIRO®

NEUROBISTRO

В основе концепции INSPIRO Neurobistro лежит нейропитание — интегративное направление, изучающее влияние питания на работу мозга, когнитивные функции, эмоциональное состояние и общее здоровье человека. Меню создается в диалоге с учеными и специалистами в области питания из сезонных растительных продуктов ближайших регионов России и собственной фермы на Алтае. Мы используем инновационные техники ферментации в собственной лаборатории, а также создаём ремесленные изделия без сахара в пекарне и кондитерской.

Вечернее меню учитывает циркадные ритмы жителя мегаполиса. Блюда подобраны таким образом, чтобы способствовать восстановлению и расслаблению в вечернее время, поддерживать комфортное пищеварение и мягкое завершение дня без тяжести и перегрузки.

СТАРТЕРЫ

Хлебная корзина тартин, солодовая амазаке бриошь, фокачча, кедровое масло	350
Гаспачо из клубники с ревенем и сельдереем томаты, огурец, лимон, чили	1150
Хумус из темпе семечки натто, капуста с огня	850
Лабне из конопли и шио-кодзи с нектаринами малина, базилик, эстрагон	1150
Севиче из эринги с клубничным майонезом и понзу клубника, огурец, тамари (выдержка 18 мес), комбу, микс трав	1350

САЛАТЫ

Карпаччо из фермерских томатов с копченым кокосовым творогом кедровая сметана, бальзамик из черногого чеснока, микс трав	1450
Зеленый салат с конопляной тхиной яблоко, фенхель, редька, кейл, огурец, романо, мята, петрушка, эстрагон, кинза	950

ПИЦЦА ИЗ ПЕЧИ

Грибная майтате, эринги, ежевик, кедровый бешамель, тимьян, грибная карамель	1150
Кодзи-чоризо с рамиро коджи-морковь, томатный соус, конопляная моцарелла, перец рамиро, растительный пармезан	1150
Капрезе кедровая сметана, эстрагон, сезонные томаты, черный крыжовник, руккола, растительный пармезан	1050
Сезонная с лисичками лисички, перечный соус, грибная карамель, укроп, растительный пармезан	1050

ОСНОВНЫЕ

Гречка кодзи майтате с огня, кедровый бешамель	1550
Стейк из ежевика с овощами аль денте тамари (выдержка 18 мес), горошек, спаржа, фенхель, берблан	1970
Стейк из капусты с чечевицей томатный соус, кедровая сметана	1200
Бургер с ежевиком мука спелты особо тонкого помола, амазаке, ежевик гребенчатый, кокосало, томаты, лакто огурец, горчица, перец рамиро, кедровая сметана	1750

ТЁПЛЫЕ И С ОГНЯ

Спаржа на гриле с клубникой и фенхелем молодой горошек, бальзамик из water kefir, кокосовый творог, романо, латук, микс трав	1200
Тартар из ежевика картофельный драник, копченая кедровая сметана, зелёный лук	950
Стейк из арбуза на гриле с брынзой из конопляного панира тамари (выдержка 18 мес), бальзамик из water kefir, тыквенные семечки, микс трав	1090
Шашлык из темпе кокосовое сало, листья романо, кодзи дайкон, водоросли, натто	950
Шашлык из эринги грибная карамель, салат из фенхеля и яблока, травяной соус	1150
Шашлык из кодзи-перловки лепёшка, аджика, маринованный фенхель, кокосовое сало	950
Перчики падрон кедровая сметана, кокосало, эстрагон, укроп, петрушка	1250
Халуми из конопли с черешней песто базилик, эстрагон, сафлоровое масло	1070

