



Minderbroedersrui 47
2000 Antwerpen
tel + fax: 03/ 232 42 40
www.madretierra.be

Wij leveren GRATIS bij een bestelling van 25 euro of meer (in 2000 Antwerpen). Leveringen binnen een straal van 2 km van Madre Tierra zijn sowieso gratis. Voor vergaderingen e.d. worden de broodjes en/of koffiekoeken en/of dessertjes mooi gepresenteerd. Wij kunnen ook een pot vers gemaakte soep leveren.

Gelieve bestellingen voor de dag zelf ten laatste om 10u door te geven per telefoon of fax (beide: 03/ 232 42 40). Warme dranken, warme snacks en ijsjes kunnen enkel afgehaald worden.

PROMOTIES (steeds te vermelden bij bestelling):

- Wanneer u op donderdag broodjes bestelt of komt afhalen, krijgt u per persoon gratis een stuk fruit ter gelegenheid van 'Donderdag Veggiedag'; om voldoende voorraad te hebben, is het best dat u - indien u 10 broodjes of meer wil - deze op woensdag bestelt.
- Wanneer u voor 100 euro of meer bestelt, krijgt u een fles witte of rode huiswijn!
- Wanneer u voor 250 euro of meer bestelt, krijgt u een fles witte én rode huiswijn!

U kan bij Madre Tierra gratis alle soorten broodbeleg komen proeven.

Wil u broodjes bestellen voor een vergadering maar zijn onze voorstellen niet echt uw ding (u wil bvb sandwiches, witte broodjes of ander beleg)? Laat ons weten wat u wenst, en wij doen nieuwe voorstellen. Alles is bespreekbaar (het blijft wel veggie)!

Heeft u vragen? Laat het ons weten: tel. 03/ 232 42 40 of info@madretierra.be (niet voor dringende vragen of bestellingen)

Afhaalprijzen:

Belegde broodjes

U heeft de keuze uit volgende broodjes:

1. Lichtbruine pain bagnat
2. Een half meergranen stokbrood
3. Ciabatta Waldkorn
4. Maisbroodje 'Gringo' (zacht, krokant, vierkant broodje met kruiden)

AARDAPPELSLA met plakjes tomaat en augurk

1: € 2,50 3: € 3,25

2: € 3,00 4: € 3,75

SMOSKE: + € 0,50

FIT & FUN: Philadelphia met verse radijsjes en lente-ui

1: € 3,00 3: € 3,75

2: € 3,50 4: € 4,25

SMOSKE: + € 0,50

GRANDEZZA: vegetarische paté (natuur) met chutney van sinaas en vijgen, sla, parmezaan, balsamico-azijn en peper

1: € 4,50 3: € 5,25

2: € 5,00 4: € 5,75

MADRE TIERRA (Quorn-curry, 'vegetarische kip-curry')

1: € 4,50 3: € 5,25

2: € 5,00 4: € 5,75

SMOSKE: + € 0,50

MOZZARELLA (buffel) met schijfjes tomaat en huisgemaakte pesto

1: € 4,50 3: € 5,25

2: € 5,00 4: € 5,75

JONGE KAAS of BRIE (biologisch en plantaardig gestremd)

1: € 3,00 3: € 3,75

2: € 3,50 4: € 4,25

SMOSKE: + € 0,50

KOMKOMMERSLA

1: € 2,50 3: € 3,25

2: € 3,00 4: € 3,75

SMOSKE: + € 0,50

LUGANO: vegetarische ham, kaas, komkommersalade, tomaat en sla

1: € 4,50 3: € 5,25

2: € 5,00 4: € 5,75

VEGETARTARE ('vegetarische preparé') met of zonder ajuin

1: € 3,50 3: € 4,25

2: € 4,00 4: € 4,75

MARTINO of SMOSKE: + € 0,50

VEGGIE-TINO: huisgemaakte hummus met uiensalsa, augurk, zongedroogde tomaatjes en tabasco

1: € 4,50 3: € 5,25

2: € 5,00 4: € 5,75

Ontbijtkoeken

Croissant € 0,90

Chocoladebroodje € 0,90

Croissant met kaas € 1,50

Warme snacks

Focaccia MOZZARELLA met schijfjes tomaat en huisgemaakte pesto

€ 5,75

Focaccia GEITENBRIE met tomatentapenade

€ 5,75

Focaccia BRIE met walnoten en honing

€ 5,75

MEXICAANSE CHEESE BURGER

(veggieburger, kaas, guacamole)

€ 6,75

Soep

VERSE SOEP € 5,50/liter

SOEP MADRE TIERRA € 6,50/liter

Verrassende Afrikaanse soep met kokosmelk, palmennotenpasta (moambe), zoete aardappel, banaan en koriander

Salades

BELLA ITALIA

Mozzarella, huisgemaakte pesto, zongedroogde tomaatjes, verse groentjes en vinaigrette

€ 6,50

MEDITERRANE BONEN-FETASALADE

Tomaat, komkommer, olijven en boterbonen met een frisse vinaigrette en blokjes feta

€ 6,50

BONTE PASTASALADE
Pasta, kaas, paprika, tomaatjes en
artijokharten met een vinaigrette
van balsamicoazijn, walnootolie,
honing en gehakte basilicum-
blaadjes € 6,50

Pasta's

SPAGHETTI BOLOGNESE € 6,50
PASTA PESTO met huisgemaakte pesto
€ 7,00
PASTA MADRE TIERRA met
huisgemaakte paprikasaus en
gemarineerde tofublokjes
€ 7,50

Dessertjes

Muffin chocolade/hazelnoot
€ 1,50
Muffin met bosbessen € 1,50
Glutenvrije muffin met chocolade
€ 1,50
Zoet maar suikervrij (geschikt voor
diabetici)
Huisgemaakte tiramisu met
speculoos € 3,50
Huisgemaakte kokosrijstpap € 3,50
Huisgemaakt yoghurtcakeje met
stukjes appel € 2,00
Ben & Jerry's Ice cream € 2,80
Caramel Chew Chew:
karamelroomijs met stukjes chocolade

Chocolade Fudge Brownie:
chocoladeroomijs met stukjes brownie

Strawberry Cheesecake:
low fat ijs met aardbei en cheesecake

Chunky Monkey:
bananenroomijs met chocolade en
nootjes

Vanilla Toffee Crunch:
vanilleroomijs met chocola omhulde
toffee

Koffies

ESPRESSO € 1,60
DOPPIO ESPRESSO € 2,00
ESPRESSO MACHIATO € 2,00
met melkschuim
MAROCINO € 2,10
machiato met chocoladesiroop
LUNGO, 'gewone' koffie € 1,80
Dubbele LUNGO € 2,50
GRINGO, minder sterke koffie € 1,90
CAPPUCCINO met melk-
schuim of sojamelkschuim € 2,20
CHOCOCCINO € 2,25
cappuccino met chocoladesiroop
LATTE, 'koffie verkeerd' € 2,40
met melk of sojamelk
LATTE DOUBLE SHOT € 2,80
Latte met dubbele espresso
LATTE MOCHA € 2,80
latte met chocoladesiroop
LATTE GOLDFINGER € 2,80
latte met caramelsiroop
LATTE HONEY BEE € 2,80
latte met honing
CHOCOLATTE € 3,00
latte met een reep Belgische
chocolade (melk of puur)
SPECULATTE € 3,00
latte met speculoosmaak
KOKOLATTE € 3,10
latte met opgestoomde kokosmelk!

Thee

VERSE MAROKKAANSE MUNTTHEE	
XL glas met verse munt	€ 2,40
VERSE SINAASAPPELTHEE	
XL glas groene thee met een schijf verse sinaasappel	€ 2,40
VERSE GEMBERTHEE	
XL glas groene thee met verse stukjes gember	€ 3,00

Biologische thee: € 2,00

Groene thee	
Zwarte thee (Oxfam)	
YOGI TEA Classic cinnamon Spice	
YOGI TEA Himalaya ginger harmony	
YOGI TEA Rose	
YOGI TEA Green chai	

Hot chocolate

Melk of sojamelk met:

Fairtrade MELK chocolade	€ 2,40
Fairtrade PURE chocolade	€ 2,40
Suikervrije MELK chocolade	€ 2,40

Voor de 'Specials' gebruiken we
Belgische chocolade die enkel
natuurlijke ingrediënten bevat:

SUNNY SWEENEY	€ 3,00
Melkchocolade met sinaas en crisped rice	
JACKIE BROWN	€ 3,00
Melkchocolade met kaneel	
BLACK BETTY	€ 3,00
Pure chocolade met zwarte bes	
CHARMING CHERRY	€ 3,00
Pure chocolade met kersen	
SEXY SAMMY	€ 3,00
Pure chocolade met gember	
CHILI CHARLOTTE	€ 3,00
Pure chocolade met rode chilipepers en Omega 3 lijnzaadjes	

BANANA SPLIT	€ 3,00
Pure of melk chocolade met verse banana	
PINA CHOCOLADA	€ 3,10
Pure of melk chocolade met opgestoomde kokosmelk	

Yogiccino

Yogi Chai Tea 'Indian Spice'
(biologisch)

Heerlijke warme specerijendrank
(gember, kardemon, kaneel en
kruidnagel) met opgestoomde melk
of sojamelk € 2,40

Koude dranken

Vers geperst sinaasappelsap	€ 2,50/3,35
Whole Earth bio cola	€ 1,90
Whole Earth Sparkling Delicious Ginger (frisdrank met gember)	€ 1,90
Oxfam bio ijs thee (bruisend)	€ 1,90
Ice coffee	€ 2,55
Coca cola Zero	€ 1,30
Bruisend water	€ 1,50
Plat water	€ 1,50

Carpe Diem (100% natuurlijke
frisdrank)

Kombucha Classic	€ 2,55
Kombucha Veenbes	€ 2,55
Kombucha Kweeper	€ 2,55

Arizona Ice Tea (niet bruisend,
100% natuurlijk en zonder suiker,
vol anti-oxidanten in een prachtig
flexje!): 473 ml, groot genoeg om te
delen!

Green Tea Ginseng & Honey	€ 3,65
Pomegranate Green Tea	€ 3,65
(met granaatappel)	

Blueberry White Tea € 3,65
(met bosbes)

Vitaminwater (bronwater met
fruitsmaak, verrijkt met vitamines):
500 ml, groot genoeg om te delen!

D-fence: € 3,00

appel-framboos (c + zink)

Power-c: € 3,00

dragonfruit (b + c)

Multi-V: € 3,00

citroen (b + zink)

Wijn

Fles rode wijn € 11,95

Fles witte wijn € 7,95