



MENÚ



POLÍTICA DE ALERGIAS:

Información Importante sobre Alérgenos:

En Búho, nos esforzamos por ofrecer una experiencia gastronómica segura y placentera para todos nuestros comensales. Sin embargo, es importante tener en cuenta que nuestros platos se preparan en una cocina donde se manipulan diversos alérgenos, incluyendo (pero no limitado a):

- Gluten
- Lácteos
- Huevos
- Soya
- Semillas Varias/Nueces

Si usted sufre de alguna alergia o tiene alguna sensibilidad alimentaria, le rogamos encarecidamente que informe a su mesero antes de realizar su pedido. Nuestro equipo estará encantado de brindarle información detallada sobre los ingredientes de nuestros platos y explorar opciones que se adapten a sus necesidades. Sin embargo, por favor note que no podemos garantizar completamente que nuestros platos estén libres de trazas de alérgenos. Agradecemos su comprensión y colaboración para asegurar su bienestar.



VEGANO



GLUTEN FRIENDLY



VEGETARIANO

ENTRADAS

Ceviche Búho:

Champiñones y chayote tierno en leche de tigre vegana, con mayonesa de aguacate, cebolla morada y maíz tostado.

€4450



Gallos Vegetarianos:

Tres tortillas de maíz orgánico, zucchini, zanahoria, champiñones, cebolla y chile dulce salteados. Acompañado con kale marinado en salsa de chile morrón y vinagreta de limón, cebollas encurtidas y aguacate.

€4650



Rollitos Primavera:

Dos rollitos de papel de arroz rellenos de pasta de arroz, zucchini, zanahoria, pepino, repollo morado, aguacate, chips, cubiertos con semillas de ajonjolí tostado. Acompañado de salsa tahini y salsa de soya.

€4450



Tortas de Zucchini y Lentejas:

Tres tortas a base de zucchini y lentejas acompañadas de kale marinado, queso crema de cabra, mayonesa con hierbas y mayonesa de aguacate, cebollas encurtidas y vinagreta de limón.

₡3000



Opción vegana: sin queso crema de cabra.

Tortilla Aliñada:

Tortilla palmeada hecha en casa a base de maíz y queso cheddar, acompañada de frijoles molidos, guacamole, queso fresco y pico de gallo.

₡4450



Tostada de Babaganoush y Hummus:

Tostada de pan de masa madre, paté de berenjena ahumada con tahini, hummus, harissa, salsa de chile morrón y cebollas encurtidas.

₡3450



Tostada Caprese:

Tostada de pan de masa madre, tomates rostizados al horno, mozzarella fresca, pesto hecho en casa, aceite de albahaca y parmesano de almendra.

₡4450



Tostada Cremosa de Queso Crema de Cabra, Romero y Miel:

Tostada de pan de masa madre, queso de cabra artesanal, miel cruda, polen y romero.

₡3450





VEGANO



GLUTEN FRIENDLY



VEGETARIANO

PLATO FUERTE

BOWLS

Bowl Caribeño:

Base de arroz integral, garbanzos en salsa caribeña a base de tomate natural, leche de coco, plátano maduro, aguacate y kale marinado con vinagreta de limón, ajonjolí tostado y lascas de coco dulce.

€5200



No es picante.

Con quinoa +€1000.

Bowl de Falafel:

Base de arroz integral, falafel, hummus, babaganoush (paté de berenjenas ahumadas), aceitunas kalamata, tzatziki vegano, berenjenas rostizadas, cebolla caramelizada, salsa de chile morrón, kale marinado y parmesano de almendras.

€5200



Con quinoa +€1000.

Bowl Thai:

Base de arroz integral, aguacate, semillas de marañón tostado, coco rallado tostado, piña a la plancha, hongos caramelizados en salsa japonesa, tomate cherry, kale marinado con vinagreta de limón y salsa thai.

€5200



Con quinoa +€1000.

Bowl Típico:

Base de arroz integral, frijoles tiernos arreglados, plátano maduro en rodajas, queso fresco o tofu de garbanzos hecho en casa, aguacate, fajitas de hongos, cebolla y chile dulce salteados, pico de gallo, kale marinado, chips de maíz y mayonesa de hierbas.

€5200



Con quinoa +€1000.

Buda Bowl:

Base de quinoa, tofu a base de garbanzos hecho en casa, ayote caramelizado, remolacha rostizada, kale marinado con salsa japonesa y almendra fileteada, salsa de chile morrón y tzatziki de almendras.

€5650



ENSALADAS

Ensalada del Jardín:

Mix de hojas verdes, aguacate con ajonjolí tostado, cebolla morada, pepino, tomate cherry, fruta de temporada, aceitunas kalamata, marañón tostado, semillas de calabaza y aderezo balsámico con hierbas.

€3900



Ensalada Frutos Rojos:

Mix de hojas verdes, tomate cherry, manzana, fresa, arándanos deshidratados, quinoa, pecanas, semillas de girasol y queso feta con vinagreta a base de mostaza, miel y eneldo.

€5950



Opción vegana: parmesano almendra.

Ensalada Griega:

Mix de hojas verdes, tomate, cebolla morada, pepino, pesto, aceitunas kalamata, crutones de pan de masa madre, queso fresco y queso feta con aderezo balsámico.

€5950



Opción vegana: parmesano almendra.

Opción gluten friendly: sin crutones.

Ensalada Búho:

Mix de hojas verdes, orzo, tomate, cebolla morada, pepino, pesto, aceitunas kalamata, crotones de pan de masa madre, queso fresco y queso feta con aderezo balsámico.

€5950



Opción vegana: parmesano almendra.

Opción gluten friendly: sin crutones.

HAMBURGUESAS

Garbanzo:

Pan de masa madre, torta falafel, hummus, tomate asado a la plancha marinado con vino blanco, cebolla caramelizada, arúgula y tzatziki vegano. Acompañado de ensalada verde mixta o papas gajo y ketchup artesanal hecho en casa.

€5500



Ricotta Portobello:

Pan de masa madre, portobello marinado, pesto, cebolla y tomate a la plancha, aguacate, queso ricotta con romero, salsa de chile morrón. Acompañado de ensalada verde mixta o papas gajo y mayonesa de aguacate hecha en casa con aceite de albahaca.

€6850



PASTAS

Pad Thai:

Fideos de arroz en salsa de tamarindo y mantequilla de maní, hongos, tomate, zanahoria, zucchini, chile dulce, cebolla, pak-choi, puerro, frijol nacido, hojuelas de chile y maní.

€6650



Pasta Curry y Leche de Coco:

Pasta fresca tipo tagliatelle en salsa de curry y leche de coco, con tomates deshidratados, hongos crimini, parmesano de almendra, cebollino, kale marinado, con vinagreta de limón.

€5950



Opción gluten friendly: pasta tagliatelle libre de gluten +€800

Pasta Fría Griega con Pesto:

Pasta tipo pluma, tomate, cebolla morada, aceitunas kalamata, pepino, queso feta, queso fresco, pesto y aderezo balsámico.

€5450



Opción vegana: queso vegano.

Opción gluten friendly: pasta tipo pluma libre de gluten +€800.

SANDWICHES

Sandwich Fummus:

Pan ciabatta con ghee, spread de hummus, hongos crimini sellados, tomate cherry, cebolla morada, arúgula, reducción balsámica y mayonesa de aguacate. Acompañado de ensalada verde mixta ó papas gajo y mayonesa chipotle.

☪5500



Opción gluten friendly: pan sin gluten +☪800.

Sandwich Tico:

Pan ciabatta con ghee, frijoles molidos, aguacate, queso fresco, plátano maduro, salteado de hongos, cebolla y chile dulce. Acompañado de ensalada verde mixta ó papas gajo y ketchup artesanal hecha en casa.

☪5750



Opción gluten friendly: pan sin gluten +☪800.

Sandwich Pesto:

Pan ciabatta con ghee, queso mozzarella fresca, tomate rostizado, albahaca pesto y aceite de albahaca artesanal hecho en casa. Acompañado de ensalada verde mixta ó papas gajo y ketchup artesanal hecha en casa.

☪5750



Opción gluten friendly: pan sin gluten +☪800.

WRAPS

Wrap de Falafel:

Tortilla de harina de trigo integral, torta de falafel, kale marinado, lechuga, cebolla morada, cebolla caramelizada, pepino, tomate rostizado, hummus, tzatziki vegano y mayonesa de hierbas vegana.

€5850



Wrap de Hongos:

Tortilla de harina de trigo integral, hongos portobello en lonjas a la plancha, kale marinado, lechuga, queso feta, babaganoush, tomate rostizado, cebolla morada, guacamole, salsa de chile morrón y tzatziki vegano.

€6000



Opción vegano: queso vegano.

EXTRAS

- Chips de maíz con guacamole o hummus €2100
- Orden de papas gajo €2000
- Sopa del día simple €1550
- Sopa del día grande con pan ó arroz €2350



BEBIDAS CALIENTES

Hemos seleccionado con esmero cada bebida en nuestra carta para garantizar la máxima calidad y sabor. Desde las opciones más tradicionales hasta las creaciones más innovadoras, cada sorbo es una experiencia. ¡Acompáñanos en este viaje gustativo!

CAFÉ Y CHOCOLATE

Las bebidas se preparan con leche de almendra ó leche delactomy. Si desea leche de coco tiene un costo extra de +~~Q~~500

Expresso sencillo:	Q1500
Expresso doble:	Q1800
Cortado sencillo:	Q2000
Café Americano:	Q1600
Cappuccino:	Q2400
Latte:	Q2800
Mocaccino:	Q2500
Chai Coffee Latte:	Q2600
Shot de café con leche, miel de abeja y mezcla casera chai.	
Cacao Maya:	Q2500
Chocolate amargo, cayena, especias y leche de almendras.	
Chocolate caliente:	Q2500
Chocolate, leche de almendra y canela.	
Matcha Latte:	Q2700
Matcha orgánico, leche de almendra, miel de abeja ó de agave.	

INFUSIONES Y TÉ

Berry Delight:	Ø1500
Arándanos azules y rojos, fresas, pasas y flor de jamaica.	
Chai de la casa:	Ø2000
Mezcla de chai casera, jengibre, miel de abeja y leche de almendra.	
Earl Grey:	Ø1650
Té negro con bergamota.	
Golden Milk:	Ø2500
Leche de almendra, miel de abeja, jengibre y cúrcuma.	
Green Jasmine:	Ø1500
Té verde con flores de jazmín	
Hierbabuena:	Ø1600
Manzanilla Egipcia:	Ø1500
Menta:	Ø1650
Lavanda:	Ø1500
Sencha Kyoto:	Ø1650
Té verde con pétalos de rosa.	
Té jengibre, limón y miel:	Ø1650



BEBIDAS FRÍAS

Sumérgete en un mundo de sabores y experiencias. Nuestra selección de bebidas, desde clásicos atemporales hasta creaciones innovadoras, está pensada para complacer cada paladar. ¡Explora y descubre tu próxima bebida favorita!

BATIDOS

Clásicos

Chai Frío:	Ø2300
Leche y mantequilla de almendra, mezcla chai.	
Chía Colada:	Ø2900
Agua de pipa, piña, chía y leche de coco.	
Choco Frío:	Ø2500
Leche de almendra, cacao y canela.	
Frozen Capuccino:	Ø3000
Leche de almendra, espresso, coco, galleta choco chips, cacao.	
Mango Coco:	Ø3500
Leche deslactosada, leche de coco, crema de coco y mango.	

Energizantes

Inmuno:	€2500
Agua de pipa, jengibre, jugo de limón y miel de abeja.	
Maca Malteada:	€2700
Leche de almendra, maca, banano, dátiles y aceite de coco.	
Pura Vita:	€2500
Agua de pipa, piña, perejil, pepino y apio.	

Exóticos

Golden Milk:	€2500
Leche de almendra, cúrcuma, jengibre, cardamomo, canela y miel de abeja.	
Lassi:	€3500
Yogurt artesanal de vaca, cardamomo, miel de abeja, fruta a elegir: mora, fresa, papaya ó mango.	
Matcha Latte:	€2700
Leche de almendra, hoja de té verde, miel de abeja ó agave.	

Kombucha:	€2800
------------------------	-------

Proteícos

Peregrino:	€3500
Leche de coco, fresa, mora, polen, hemp y miel de abeja.	
Proteína:	€2750
Leche de almendra, tapa dulce, mantequilla de maní, cacao, hemp y banano.	

CREA TU PROPIO BATIDO

Escoge de 1 a 3 frutas:

Mora, banano, uchuva, piña, papaya, maracuyá ó fresa.

Endúlzalo con:

Miel de abeja, azúcar cruda ó tapa dulce.

Base:

- En agua ¢2700
- Con agua de pipa ¢3200
- Con leche de almendra ¢3600
- Con leche de coco ¢4000

Extra de Superfoods:

- Aceite de coco ¢500
- Cacao nibs ¢500
- Cardamomo ¢350
- Cúrcuma ¢200
- Dátiles ¢400
- Hemp ¢350
- Jengibre fresco ¢200
- Kale y espinaca ¢300
- Leche de coco ¢500
- Linaza ¢150
- Maca ¢400
- Mantequilla de almendra ¢500
- Mantequilla de maní ¢400
- Polen de abeja ¢400
- Semilla de chía ¢350



VEGANO



GLUTEN FRIENDLY



VEGETARIANO

REPOSTERÍA

DULCES MOMENTOS

Pregunta por nuestra oferta actual. Sujeto a disponibilidad.

Blondie: De mantequilla de maní	 	¢1650
Brownie: Con nueces de nogal y caramelo salado vegano.	 	¢1950
Cocadas: Con leche condensada vegana.	 	¢1350
Copa de Helado de Temporada:	 		
Simple		¢1950
Doble		¢3500
Galleta de Chocolate: Con choco chips y nueces de nogal.	 	¢1700
Galleta de Vainilla: Con choco chips y nueces de nogal.	 	¢1700
Galleta de Almendras: Con mermelada de mora-fresa ó uchuva-piña.	 	¢1700
Pan de Limón: Con semillas de amapola.		¢2200
Pan de Banano: Con choco chips.		¢2200
Pie de Pecanas: Con miel de maple orgánica.		¢2250
Queque de Chocolate: Con relleno de mermelada mora-fresa.	 	¢2600
Queque de Zanahoria: Con frosting de marañón y maple orgánico.	 	¢2600



VEGANO




GLUTEN FRIENDLY





VEGETARIANO

REPOSTERÍA

Rollos de Canela: Con dulce de leche vegano, leche condensada vegana y nueces.  ₡2350


Tarta Fria Crudivegana:  


- Simple de fruta de temporada ₡2950
- Doble de naranja vainilla y fruta de temporada: ₡3950

Trufas: De cacao con semillas, pasas y dátiles:   ₡1350


LOS SECRETOS SALADOS DEL BÚHO

Consulta nuestra disponibilidad

Empanadas de Carne Molida Vegana: Con salsa pomodoro e hierbas.  ₡1600

Empanadas de Queso Cheddar: Con hongos y cebolla caramelizada.  ₡1600

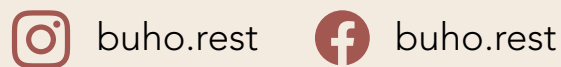
Muffins: Con tomate deshidratado, maíz dulce y albahaca.   ₡1350

Rollos de Espinaca: Con alcachofa.  ₡1350

Scones: De cebolla caramelizada y hongos.  ₡1650

Búho

25 mts este de Soda la U, Calle de la Amargura,
San Pedro de Montes de Oca



¡Gracias por ser parte de la familia Búho!

Su visita y preferencia significan mucho para nosotros. Esperamos que haya disfrutado de la experiencia Búho, desde nuestros sabores cuidadosamente elaborados hasta el ambiente que hemos creado con cariño.

Le invitamos a seguirnos en nuestras redes sociales para estar al tanto de nuestros platos del día, nuestras novedades, promociones y eventos especiales.

¡Esperamos darle la bienvenida nuevamente muy pronto!
¡Buen provecho y hasta la próxima!

