

BEATROOT
eat wisely

ACREDITAMOS EM COMIDA DE VERDADE

real food made simple



A **BeatRoot** é uma marca de produtos vegan, feitos com **ingredientes reais** e que tem como objetivo tornar a **alimentação saudável** mais simples e conveniente. Acreditamos que tudo aquilo que comemos tem um impacto e queremos que este seja o mais positivo possível. Decidimos criar deliciosas combinações de **ingredientes naturais** para dar origem a produtos que te inspiram a ter uma vida saudável, equilibrada e feliz.

Fácil de fazer e ainda mais fácil de comer.

USAMOS APENAS INGREDIENTES REAIS
E COM O MÍNIMO DE PROCESSAMENTO.
TRAZEMOS O MELHOR E MAIS PURO DA NATUREZA
PARA A COZINHA DE TODOS.



Ingredientes
Reais



Carbono
Zero*



Receitas desenvolvidas pelo nosso
Chef especializado em alimentação
macrobiótica



Feito
em Portugal

* Compensamos a nossa pegada ecológica com a plantação de árvores nativas em Portugal. Sabe mais em [beatroot.pt](https://www.beatroot.pt)

Beatroot
eat wisely

veggie burger **BIO**
CURRY ON
grão-de-bico / quinoa vermelha
curcuma / pimenta-preta

Keep calm, o grão-de-bico e a quinoa chegaram para se juntar à curcuma e à pimenta-preta. Carry on com caril.

REAL FOOD MADE SIMPLE

2 x 100 g e

Beatroot
eat wisely

veggie burger **BIO**
O LOVE YOU
azeitona / alga

Azeitona-se na terra e alga-se nos mares. O melhor dos dois mundos saboreia-se em casa. Contigo.

REAL FOOD MADE SIMPLE

2 x 100 g e

Beatroot
eat wisely

veggie burger **BIO**
HEART BEET
feijão / beterraba
figo / quinoa branca

Bate coração com beterraba e feijão, e a quinoa é tudo o que há de bom. Chama-lhe um figo!

REAL FOOD MADE SIMPLE

2 x 100 g e

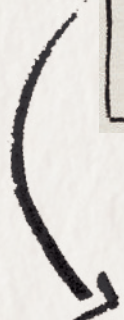
Beatroot
eat wisely

veggie burger **BIO**
LENTI LICIOSO
lentilhas / arroz integral

O arroz integral, o ideal, rendeu-se aos encantos da senhora lentilha, a maravilha.

REAL FOOD MADE SIMPLE

2 x 100 g e



a fórmula dos nossos veggie burger



Beatroot
eat wisely

receita tradicional israelita **BIO**
FALAFEL

Falafelosas bolinhas de grão-de-bico temperadas com alho, cebola e salsa. Já falafelava uma ou duas.

REAL FOOD MADE SIMPLE

12 x 25 g e

*Ao complementarmos as leguminosas com cereais integrais, criamos produtos que contêm os 9 aminoácidos essenciais, fornecendo ao organismo proteína completa.

veggie burger

BIO



CURRY ON

Grão-de-bico / quinoa vermelha
curcuma / pimenta-preta



Keep calm, que o grão e a quinoa chegaram para se juntar à curcuma e à pimenta preta. Carry on com caril.

Com inspiração em sabores asiáticos, o **Curry On** traz a perfeita combinação de grão-de-bico com milho-painço e quinoa vermelha, temperado com caril e uma dose extra de curcuma e pimenta-preta.

CURRY ON Hambúrguer vegano de grão-de-bico com quinoa vermelha



Quinoa vermelha, milho-painço, flocos de aveia



Grão-de-bico



Cenoura e cebola

veggie burger

BIO



OLOVE YOU

azeitona / alga



Azeitona-se na terra
e alga-se nos mares.
O melhor dos dois mundos
saboreia-se em casa.
Contigo.

Com inspiração em sabores
mediterrânicos, criámos o Olove you:
azeitonas e algas numa combinação
de lentilhas com millet, pimento
vermelho e orégãos.

OLOVE YOU Hambúrguer vegan
de azeitonas com alga



milho-painço, flocos
de aveia



Lentilhas
castanhas



Azeitona, alga nori,
pimento vermelho
e cebola

veggie burger

HEART BEET



feijão / beterraba
figo / quinoa branca



Bate coração com beterraba e feijão, e a quinoa é tudo o que há de bom. Chama-lhe um figo!

Uma combinação de feijão-vermelho com beterraba, milho-painço e quinoa, adoçado com figos e temperado com tomilho. É o **Heart Beet**. Uma delícia agridoce.

HEART BEET Hambúrguer vegan de beterraba, feijão, figo e quinoa branca



Quinoa, milho-painço, flocos de aveia



Feijão-vermelho



Beterraba e cebola

Receita Tradicional Israelita



FALAFEL



Falafelosas bolinhas de grão-de-bico temperadas com alho, cebola e salsa. Já falafelava uma ou duas.

Inspirado nos sabores do médio oriente, o nosso Falafel é uma combinação de grão de bico, cebola, alho, salsa e caril. Uma verdadeira delícia!

FALAFEL Bolinhas de Grão-de-Bico
Receita Tradicional Israelita



Grão-de-bico



Cebola, alho e salsa

veggie burger

LENTILICIOUS

lentilhas
/ arroz integral



O arroz integral, o ideal, rendeu-se aos encantos da senhora lentilha, a maravilha.

Simple e delicioso, o nosso Lentilicious é uma combinação de lentilhas com arroz integral e pimento vermelho, temperado com tomilho e alecrim.



LENTILICIOUS Hambúrguer vegan de lentilhas e arroz integral



Arroz integral, flocos de aveia



Lentilhas castanhas



Pimento vermelho e cebola

REAL FOOD MADE SIMPLE

MODO DE PREPARAÇÃO



Veggie Burgers



Coloque o hambúrguer ainda congelado, numa frigideira previamente aquecida com um pouco de azeite, deixe cozinhar em lume baixo, de ambos os lados, durante aproximadamente 8 minutos.



Pré-aquecer o forno a 180°C e pincelar o tabuleiro com gordura vegetal. Sem descongelar, colocar os hambúrgueres e pincelar novamente com gordura vegetal. Deixar cozinhar durante aproximadamente 20 minutos.

Falafel



Sem descongelar, fritar em óleo abundante e bem quente (entre 150°C e 160°C) 5 unidades de cada vez, durante aproximadamente 6 minutos (até alourar). O produto deve ficar submerso em óleo



Sem descongelar levar ao forno previamente aquecido a 180°C, durante aproximadamente 20 minutos.

Sugestão: Pincelar o produto com gordura vegetal ao longo do tempo no forno.



(+351) 912 761 667 info@beatroot.pt

beatroot.pt