

## *Herbaty Białe*

### **Pai Mu Tan ( Biała Piwonia)**

**12 zł**

pochodzi z Fujianu, wytwarzana z paków i młodych liści odmian krzewów „da bai” i „shui xian bai”. Jasnożółty napar odznacza się lekko kwiecistym ziołowo- orzeszkowym aromatem. Picie takiej herbaty codziennie czyni świętem.

## *Yerba Mate*

### **Yerba Mate IQ**

**8 zł**

jest to mieszanka Mate, Ginko, kawałków Guarany, guavy, skórki pomarańczowej, kwiatów pomarańczy, niebieskich kwiatków prawoślazu oraz aromatu.

### **Yerba Mate Silueta**

**7 zł**

Idealna yerba mate dla wszystkich szukających wsparcia przy odchudzaniu i poprawie przemiany materii. Delikatna w smaku mieszanka tradycyjnej yerba mate con palo, mięty polnej, dzikiej róży z dodatkiem polidextrozy - pobudzającej rozwój pożytecznych bakterii w jelitach, boldo, cedronu, kopru włoskiego i morskich alg przyspieszających przemianę materii

### **Yerba Mate Amanda**

**7 zł**

Bardzo popularna marka, średniej mocy, przeznaczona do codziennej konsumpcji. Naturalnie pobudza ciało i umysł, likwiduje objawy zmęczenia, rozluźnia, podnosi sprawność fizyczną, intelektualną, poprawia koncentrację, zwiększa zdolność odpornościową organizmu.

## *Herbaty czarne*

### **Panyong Golden Needle**

**12 zł**

wyjątkowa czarna herbata produkowana w prowincji Fujian. Bordowy klarowny napar zachwyca głębokim wyważonym smakiem z lekko dymną nutą.

### **English Breakfast Tea**

**8 zł**

mieszanka czarnej herbaty cejlońskiej i indyjskiej Assam. Dobrze smakuje przy potrawach śniadaniowych o wyrazistym smaku.

### **Ceylon Kenilworth**

**8 zł**

herbata z plantacji Sri Lanki. Posiada długie, sprężyste liście dające intensywny i mocny napar o znakomitym smaku

### **Ceylon Earl Grey**

**8 zł**

bardzo dobrej jakości czarna herbata cejlońska z olejkiem bergamotowym.

## *Herbaty czarne z dodatkami*

### **Czarna z Żurawiną**

**10 zł**

czarna herbata plus żurawina kandyzowana, płatki słonecznika i aromat.

### **Zimowy Poncz**

**10 zł**

herbata czarna z kawalkami jabłka, pałatków róż oraz malin liofilizowanych

**Czarna Choco-Chili** 9 zł  
czarna herbata, jabłko, kardamon, czerwony pieprz, kawałki chili,  
aromat czekoladowy.

**Ognie Jesieni** 8 zł  
czarna herbata, imbir, wanilia, cynamon, pomarańcza, płatki róż,  
aromat. Zaparzać wrzątkiem do 3 minut (herbata pobudzająca)  
lub 3-5 minut (uspokajająca).

**Earl Greys Wife** 8 zł  
To czarna herbata z Ceylonu wzbogacona kawałkami  
pomarańczy, skórki z cytryny oraz bławatkiem

**Rajski ogród** 8 zł  
Skład: herbata czarna, mango, papaya, rodzynki, płatki róż,  
bławatek, aromat.

**Czarna Porzeczka** 8 zł  
czarna herbata z dodatkiem owoców czarnej porzeczki, liści  
porzeczki oraz aromatu.

**Przy kominku** 8 zł  
to mieszanka czarnej herbaty w skład której wchodzi: cynamon,  
jabłko, kawałki imbiru, owoce i liście porzeczki, kawałki  
pomarańczy, saflor oraz aromat. Doskonale rozgrzewa  
i wspaniale smakuje.

**Malinowa** 8 zł  
czarna herbata z dodatkiem malin liofilizowanych, bławatka oraz  
aromatu. Doskonała na długie zimowe wieczory.

**Czerwone Pomarańcze** 8 zł  
aromatyczna czarna herbata z dodatkiem skórki pomarańczy,  
saflora oraz naturalnego aromatu czerwonej pomarańczy

## *Herbaty Zielone*

**Sencha** 12 zł  
klasyka japońskich herbat zielonych. Ma delikatny wykwinny  
smak i aromat. Duże i szerokie liście dają po zaparzeniu delikatny  
aromat i piękny jasnozielony kolor. Bardzo dobrze wpływa  
na trawienie. Szczególnie polecamy ją po posiłkach. Sencha jest  
polecana diabetykom.

**Gunpowder ( Niebiańska Świątynia)** 10 zł  
to bardzo ceniona herbata. To herbata życia, która pobudza,  
dodaje energii i doskonale oczyszcza organizm z toksyn, pomaga  
w koncentracji, ułatwia przyswajanie pokarmów.

**Genmaicha iri Matcha ( Herbata Siedmiu Szczęść)** 9 zł  
Charakteryzuje ją intensywny zielony kolor, któremu towarzyszy  
mocny aromat a także wyśmienity smak prażonego ryżu.

## *Herbaty zielone z dodatkami*

**Tuareg ( Herbata Miętowa)** 11 zł  
to smaczne zdrowe połączenie herbaty zielonej Gunpowder  
oraz mięty.

**Siedem Zielonych Skarbów****10 zł**

Sencha, Gunpowder, Chun Mee, Pai Mu Tan, Pi Lo Chun, ananas kandyzowany, truskawka, kwiat słonecznika, delikatny aromat truskawkowy.

**Mały Budda****10 zł**

zieolna herbata Sencha z kawałkami ananasa, papai, lukrecji, drzewa sandałowego, czerwonej papryki, kwiatami rumianku i aromatu

**Jaśminowa****9 zł**

chińska herbata zielona Chun Mee z kwiatem jaśminu. Swą nazwę wzięła od kształtu liści po wysuszeniu i zwinięciu. Daje przejrzysty, jasnożółty napar o gładkim smaku.

**Duch Poranka****9 zł**

zielona Sencha z dodatkiem kwiatu róży, malwy i słonecznika oraz aromatu mango i bergamotki

## *Herbaty Pu Erh*

**Pu Erh Fresh****8 zł**

Liście poddane są procesowi tzw. fermentacji nieenzymatycznej zachodzącej w bardzo mocnym stopniu. Napar ciemny, mocny, ziemisty w smaku, o intensywnym, niepowtarzalnym aromacie. Można parzyć kilkakrotnie, najlepiej nie dłużej jak 3-5 minut, przy temperaturze ok.95°C. Po tym czasie listki oddzielić od naparu. Pita po każdym posiłku doskonale wspomaga spalanie tkanki tłuszczowej.

**Pu Erh Hawaii****8 zł**

Pu-erh, ananas, płatki róży, kwiat słonecznika, aromat. Pita po każdym posiłku doskonale wspomaga spalanie tkanki tłuszczowej.

## *Herbaty Rooibos*

**Rooibos Śmietankowo Karmelowa****12 zł**

naturalne składniki sprawiają iż ten Rooibos smakuje mocno. Zawiera zielony rooibos, kawałki karmelu, orzechy laskowe oraz kwiat słonecznika. Zdrowa kompozycja na każdy dzień. Można ją pić bez ograniczeń zwłaszcza przed snem ponieważ doskonale rozluźnia i odpręża.

**Rooibos Naturalny Superior****8 zł**

napar ziołowy z listków czerwonoekrzewu, pochodzącego z Południowej Afryki, o słomkowym kolorze i specyficznym, miodowym smaku. Wyróżnia się łagodnością i brakiem typowego dla herbat posmaku goryczy. Ma pozytywny wpływ na układ odpornościowy, obniża ciśnienie krwi, spowalnia proces starzenia i hamuje produkcję komórek nowotworowych. Herbata ta ma właściwości przeciwnowotworowe - łagodzi bóle brzucha.

## *Herbaty Oolong*

**Milk Oolong** 14 zł  
wysokojakościowy oolong pochodzący z Anxi w prowincji Fujian znanej z produkcji wyśmienitych herbat. Swój niepowtarzalny smak herbata zawdzięcza specjalnej technice, która pozwala przed wysuszeniem liści w wyjątkowy sposób nadać mleczny aromat. Liście są duże, zwinięte w małe nieregularne kuleczki o mlecznym aromacie.

## *Herbaty owocowe*

**Rumtopf** 13 zł  
owocowa herbata o aromacie jabłka, hibiskusa, rodzynek, truskawek i malin liofilizowanych.

**Love story** 12 zł  
herbata miłości z dodatkiem czarnego bzu, rodzynek, jabłka, hibiskusa, papai, ananasa kandyzowanego, czerwonej porzeczki, maliny truskawek liofilizowanych, banana oraz aromatu

**Witaminka** 11 zł  
skład plastry pomarańczy, trawa cytrynowa, truskawki, mięta, jabłko, hibiskus oraz aromat

**Hawajski Koktajl** 10 zł  
składniki herbaty to hibiskus, dzika róża, ananas, rodzynki, skórka pomarańczowa, mango, papaya, aromat ananasowy

**Wiśnie w rumie** 10 zł  
to mieszanka suszonych wiśni, płatków róży, kwiatu hibiskusa, rodzynek i aromatu

**Magiczny Napój** 10 zł  
mieszanka składająca się z: jabłka, hibiskusa, owoc dzikiej róży, truskawki, maliny, czerwona porzeczka oraz aromat egzotyczny.

**Owoc Żurawiny** 8 zł  
mieszanka w której skład wchodzi, Jabłko, hibiskus, owoc dzikiej róży, marchewka, kandyzowane owoce żurawinowe, olej słonecznikowy, kwiaty słonecznika, trawa cytrynowa, aromat

## *Herbaty zielone*

**Smukła Sylwetka** 14 zł  
składa się z Rooibos, imbiru, zielonej yerby mate, lukrecji, werbeny, kardamonu, aromatu, delikatnego smaku toffi i karmelu. Pobudza krążenie krwi, wspomagają nawilżenie i dotlenienie skóry, neutralizuje toksyny, ułatwia trawienie, przyswajanie i asymilację pokarmów. Zawiera duże ilości kofeiny, hamuje apetyt.

# PROMOCJA

Herbata 6 zł

**China Oolong Se Chung** ~~12 zł~~  
częściowo fermentowana o wspaniałym aromacie i czerwono-żółtym naparze. Herbata tak zwana 'cierpliwa' można parzyć wielokrotnie, mocno skręcone listki otwierają się stopniowo a każdy napar smakuje inaczej.

**Ananasowy Przysmak** ~~10 zł~~  
mieszanka Senchy z kandyzowanym ananasem, kwiatem nagietka i aromatem

**Pu Erh** ~~8 zł~~  
czerwona herbata cesarza chińskich z prowincji Yunnan. Obniża zawartość tłuszczu w organizmie, reguluje poziom cholesterolu i wspomaga procesy trawienia stąd znana jako odchudzająca. Daje ciemnobrunatny i gęsty napar

**Summer Tea** ~~8 zł~~  
to wyśmienita mieszanka na letnie wieczory o zapachu cytrusów. Czarna herbata z dodatkiem pomarańczy, bławatka i aromatu.

# PROMOCJA

Herbata 6 zł

**Czas Relaksu** ~~8 zł~~  
mieszanka ziołowa, działająca na uspokojenie, wyśmienita dla organizmu ogarniętego emocjami dnia codziennego. Pomaga uspokoić, nabrać dystansu i zapomnieć o codziennych problemach. Skład: passiflora, melisa, kawałki lawendy, mięta pieprzowa.

**Melisa** ~~7 zł~~  
Ma działanie uspokajające i rozluźniające oraz pobudzające trawienie. Właśnie dzięki garbnikom i olejkom eterycznym melisa działa uspokajająco. Polecana jest szczególnie w stanach wyczerpania nerwowego, ogólnego pobudzenia



# Menu

*Pokoje Gościnne Antica*  
*ul. Czarnowiejska 76*  
*Kraków*

## *Inne*

Kawa	4 zł
Coca- cola	3,50 zł
Fanta	3,50 zł
Sprite	3,50 zł
Nestea Cytrynowa	4,50 zł
Nestea Brzoskwiniowa	4,50 zł
Kropla Beskidu Gazowana	3,50 zł
Kropla Beskidu Niegazowana	3,50 zł
Piwo Lech	7 zł
Piwo Tyskie	7 zł