

# Tierra

holistika.  
tulum

## Breakfasts

### Sweets

#### Bagel

Served toasted with cream cheese and guava marmalade.



110 MXN

#### French toast

Brioche fried in butter, served with mixed berry, grand marnier compote and honey.



145 MXN

### Pastries

#### Brownie

Served hot with a mixed berry compote.



70 MXN

#### Pain au chocolat

Served hot.



50 MXN

#### Vegan cookie of the day

Ask us for the flavor of the day



30 MXN

#### Croissant

Served with butter and guava marmalade.



50 MXN

#### Vegan pastry of the day

Ask us for the flavor of the day.



50 MXN

### Extras

#### Eggs

20 MXN

#### Goat cheese

30 MXN

#### Oaxaca cheese

20 MXN

#### Avocado

30 MXN

#### Black beans

30 MXN

#### Yogurt

20 MXN

#### Granola

30 MXN

#### Gluten free bread

40 MXN

#### Roasted potatoes

50 MXN

#### Vegan chorizo

30 MXN

### Warm Bowls

#### Oatmeal porridge

Cooked in almond milk and vanilla served with bittersweet chocolate shavings, slivered almonds, homemade caramel sauce and cinnamon.



160 MXN

#### Rice pudding

Cooked in coconut milk, served with homemade caramel sauce, fresh green apple and toasted pecans.



150 MXN

### Cold Bowls

#### Fruit plate

Seasonal fruit served with yogurt and granola.

85 MXN

#### Chia bowl

Hydrated in coconut milk with agave nectar, served with seasonal fruit, red berries, popped amaranth, and cacao nibs.



130 MXN

#### Açai bowl

A Mix of frozen apple, banana, strawberry and acai pulp, sweetened with agave nectar. Toppings: mango, kiwi, mixed nut butter, popped amaranth, grated coconut and bee pollen.



150 MXN

#### Mango/maca bowl

A mix of frozen mango, pineapple and maca powder sweetened with agave nectar. Toppings: mixed nut butter, raspberries, hydrated chia seeds, grated coconut and lemongrass oil.



150 MXN

#### Cacao Bowl

Blended coconut, banana and cacao powder. Topped with : strawberry, granola, banana, shredded coconut, chia seeds hydrated in coconut milk & agave honey.



150 MXN

### Eating smart is an Art!

Breakfast includes the first cup of filtered coffee.



Take away service + 5 MXN



Change of milk + 10 MXN

Any modification generates a cost of + 30 MXN

. The food in this place includes extra love.



Vegan



Gluten free



dairy



Eggs

# Tierra

holistika.  
tulum

## Main courses

### Eggs any style

Served with black beans, salad and hand made tortillas.

  135 MXN

### Avocado toast

Topped with cherry tomatoes, sprouts, lemon, olive oil and chilli flakes.

**W/ egg**

 110 MXN

**W/ goat cheese**

 130 MXN  
 135 MXN

### Tofu scramble

Served with black beans, mixed greens and hand made tortillas.

  145 MXN

### Vegetable sandwich

Whole wheat & nut bread served with pesto, Dijon mustard, xcatix mayonnaise, arugula, tomato, caramelised onion, roasted zucchini, roasted peppers accompanied by a mixed green salad.

 145 MXN

**w/egg**

 155 MXN

### Chive scrambled egg bun

Served with a Oaxaca cheese crust, lettuce, chipotle dressing and avocado accompanied by roasted potatoes.

  155 MXN

### Chickpea "tlacoyo"

Topped with green sauce, served with cactus salad, lettuce, sour cream and "sopero cheese".

  35 MXN

**w/egg**

 155 MXN

### Chilaquiles

Choose between green, red or mole sauce, served with cilantro, parsley, radish, red onion and serrano chili.

  140 MXN

**w/egg**

 155 MXN

### Enchiladas / enmoladas

Choose between red, green or mole sauce filled with roasted vegetables, served with vegan chorizo, cilantro, parsley, radish, pickled onion and serrano chili.

  135 MXN

### Black fiore

Two poached eggs served on an English muffin, spinach and black hollandaise sauce made with recado negro, accompanied by roasted potatoes and a mixed green salad.

  160 MXN

### Home made pita bread with roasted vegetables

Made with coconut-oil, garlic and zaatar filled with roasted vegetables, served with chili morita dip and toasted pumpkin seeds.

**W/egg**

 165 MXN

 180 MXN

### Quinoa bowl with vegetables and vegan Italian sausage

Served with roasted zucchini, grated carrot, black beans, smoked cherry tomatoes, avocado, tahini, parsley, cilantro.

  230 MXN

### Crispy pita with hummus

Served with smoked cherry tomatoes, cucumber and cilantro.

 150 MXN

### Cheesy croissant

Filled with spinach, artichoke hearts and a mix of cheeses topped with grated Grana Padano cheese.

 110 MXN

### Cream cheese bagel

Served with avocado, cucumber, cappers, tomato and red onion accompanied by a creamy roasted tomato coconut soup.

 145 MXN

**w/egg**

 165 MXN

### Labneh and roasted zucchini bowl

Served with chimichurri, zaatar and warmed focaccia.

 155 MXN

### Jocoque con tomates y aceite de albahaca

Tomato seasoned with basil oil, vinegar and pink salt. Served with toasted rye bread.

 120 MXN

## Quesadilla Bar

### Quesadilla

Our tortillas are made with organic non GMO heirloom corn grown by our sister farm @mestizadeindias served with guacamole, and burnt morita sauce.

  115 MXN

- Mushrooms squash blossoms
- Vegan chorizo cheese
- Grilled seitan
- ChicharroNOT

**w/vegan cheese**

  145 MXN

**Breakfast includes the first cup of filtered coffee.**

**Take away service + 5 MXN**

**Change of milk + 10 MXN**

**Any modification generates a cost of + 30 MXN**

**The food in this place includes extra love.**

 **Vegan**

 **Gluten free**

 **Dairy**

 **Eggs**

# Tierra

holistika.  
tulum

## Postres

### **Café, caramelo y especias**

Mousse de Café con bizcocho de chocolate y ron, crumble de especias, gelato de palomitas de caramelo, palomitas caramelizadas y puré de piel de limón.

 160 MXN

### **Tarta de plátano y chocolate amargo**

Crema de plátano, mousse de crema de cacahuate, puré de piel de limón eureka, toffe salado, gelato de cacahuate y tapioca hidratada en café.

 150 MXN

### **Matcha, chocolate blanco y pistache**

Bizcocho de pistache, mousse de chocolate blanco con matcha, jalea de frambuesa, crumble de pistache y gelato de matcha.

165 MXN

## Desserts

### **Coffee, caramel and spices**

Coffee mousse, caramelized popcorn, chocolate rum cake, spice crumble, lemon peeled pure served with popcorn gelato.

 160 MXN

### **Banana and bitter chocolate cake**

Banana cream, peanut butter mousse, eureka lemon zest purée, salted toffee, coffee hydrated tapioca and peanut butter gelato.

 150 MXN

### **Matcha, white chocolate and pistachio**

Pistachio cake, white chocolate and matcha mousse, raspberry jelly, pistachio crumble and matcha gelato.

165 MXN



para llevar + 5 MXN



Cambio de leche + 10 MXN

Cualquier modificación genera un costo de + 30 MXN

La comida en este lugar incluye extra de amor.

 Vegan



Contain gluten



dairy



Eggs

# Tierra

holistika.  
tulum

## Drinks

### Shots

#### Immune system booster

Turmeric, ginger, whole lemon, lemon juice, coconut oil, and honey.

55 MXN

### Juices

Pineapple, chaya, orange, spinach

75 MXN

Grapefruit, aloe

75 MXN

Orange juice

75 MXN

Grapefruit juice

75 MXN

Tangerine juice

75 MXN

Carrot and passion fruit juice

75 MXN

### Coffee shop

Americano

35 MXN

Cappuccino

50 MXN

Espresso

45 MXN

Double espresso

55 MXN

Latte

45 MXN

Tea

45 MXN

### Hot drinks

#### Golden milk

Coconut milk, turmeric powder, ginger, black pepper, agave syrup and cinnamon.

55 MXN

#### Matcha latte

Cococonut milk, agave syrup and matcha powder.

55 MXN

### Water of the day

Ask about our selection!

50 MXN

### Smoothies

#### Guava lassi

Guava, coconut milk, rose water, cardamom and lemon.

100 MXN

#### Cocoa banana

Banana, cocoa powder, coconut milk, peanut butter, vanilla, and cocoa nibs.

100 MXN

#### Strawberry and Yucatecan lime

Strawberry, lavender essential oil, Yucatecan lime, coconut milk, agave honey, vanilla and hydrated chia.

100 MXN

#### Mango/banana

Apple banana, mango, fresh turmeric, cinnamon and lemon.

100 MXN

#### Indigo

Banana, blueberries, strawberries, peanut butter, coconut milk and granola.

100 MXN

### Kombucha

#### Original

#### Ginger

#### Bruja sana

100 MXN

100 MXN

#### Mandolin

#### Blackberry / passion fruit

100 MXN

#### Hibiscus flower

100 MXN

#### Green apple

100 MXN

#### Strawberry / kiwi

100 MXN

#### Ginger

100 MXN

### Buho Sodas

#### Tamarind / habanero

35 MXN

#### Hibiscus flower / pomegranate

35 MXN

#### Mandarin / orange

35 MXN

#### Mango / passion fruit

35 MXN

#### Mint / lemon

35 MXN

#### Kola

35 MXN

#### Mineral

35 MXN

Breakfast includes the first cup of filtered coffee.



Take away service + 5 MXN



Change of milk + 10 MXN

Any modification generates a cost of + 30 MXN

. The food in this place includes extra love.



Vegan



Gluten free



Dairy



Egg



# Tierra

holistika.  
tulum

## Desayunos

### Dulces

#### Bagel

Servido caliente con queso crema y mermelada de guayaba casera



110 MXN

#### Pan francés

Pan brioche planchado con mantequilla y servido con compota de frutos rojos con grand marniere, miel de abeja y azúcar glass



145 MXN

### Panaderia

#### Brownie

Servido caliente con fresa y compota de frutos rojos



70 MXN

#### Chocolatin

Servido caliente



50 MXN

#### Galleta vegana del dia

Galleta vegana del dia



30 MXN

#### Croissant

Servido con mermelada de guayaba y mantequill



50 MXN

#### Pan vegano del dia

pregunta por nuestro sabor del dia



50 MXN

### Extras

#### Huevo

20 MXN

#### Quesos de cabra

30 MXN

#### Queso oaxaca

20 MXN

#### Aguacate

30 MXN

#### Frijol

30 MXN

#### Yogurth

20 MXN

#### Granola

30 MXN

#### Pan gluten free

40 MXN

#### Papas

50 MXN

#### Chorizo Vegano

30 MXN

### Bowls Calientes

#### Bowl de avena con caramelo y platano

avena caliente hidratada con leche de almendra y vainilla servido con virutas de chocolate amargo, almendra fileteada y salsa de caramelo y canela en polvo



160 MXN

#### Pudin de arroz, caramelo y manzana

Arroz cocido con leche de coco y miel de agave, servido con salsa de caramelo, manzana verde y nuez tostada.



150 MXN

### Bowls Frios

#### Plato de fruta

Fruta de temporada, servido con yogurth y granola.

85 MXN

#### Bowl de chia

chia hidratada en leche de coco con miel de agave, frutas de temporada, frutos rojos, amaranto y nibs de cacao



130 MXN

#### Bowl de açai

mezcla de plátano manzano congelado, fresa congelada y pulpa de acai endulzado con miel de agave

Toppings.- mango, kiwi, mantequilla de nueces, amaranto, coco rayado y polen



150 MXN

#### Bowl de mango y maca

mezcla de mango congelado, piña y polvo de maca endulzado con miel de agave

toppings.- mantequilla de nueces, frambuesa, chíá hidratada, coco rayado y aceite de lemon grass



150 MXN

#### Cacao bowl

Batido de coco, platano y cocoa en polvo.

Toppings : fresa, granola, platano, coco rayado, chia remojada en leche de coco y miel de agave.



150 MXN

## Comer de forma inteligente es un Arte

El desayuno incluye la primera taza de cafe filtrado.

Servi para llevar + 5 MXN.

Cambio de leche +10 MXN.

Cualquier modificación genera un costo de +30 MXN.

La comida en este lugar incluye extra de amor.



Vegano



Gluten free



Lacteo



Huevo



# Tierra

holistika.  
tul.-m

## Fuertes

### Huevos al gusto

Servidos con frijol, ensalada y tortillas hechas a mano

  135 MXN

### Toast de aguacate

Servido con tomate cherry, brotes, limón, aceite de oliva y chile quebrado

 110 MXN

### c/huevo

 130 MXN

### c/queso

 135 MXN

### Tofu scramble

Servido con frijoles, ensalada de hojas y tortillas hechas a mano

 145 MXN

### Sandwich de vegetales

Pan integral con nuez servido con arugula, tomate, cebolla caramelizada, pesto, mostaza de Dijon, mayonesa de chile xcatic, calabaza y marrones asados, acompañado de ensalada de hojas verdes.

 145 MXN

### c/huevo

 155 MXN

### Bollo de huevo revuelto con cebollín

Servido con costra de queso Oaxaca, aderezo de chipotle, aguacate y lechuga acompañado de papas rostizadas

  155 MXN

### Tlacoyo de garbanzo ahogado vegetariano

Tlacoyo relleno de garbanzo ahogado en salsa verde servido con ensalada de nopales, lechuga, queso soper y crema ácida

  35 MXN

### c/huevo

 155 MXN

### Chilaquiles verdes, rojos o mole

Servidos con rábano, cilantro, perejil, chile serrano y cebolla morada

  140 MXN

### c/huevo

 155 MXN

### Enchiladas o enmoladas

Verdes, rojas o con mole, rellenas de verduras servidas con chorizo vegano, rabano, cilantro, perejil y cebolla encurtida en limón y orégano

  135 MXN

### Black fiore

Dos huevos pochados servidos sobre muffin ingles y espinaca bañados en salsa holandesa de recado negro acompañado de papas y ensalada de arugula.

  160 MXN

El desayuno incluye la primera taza de cafe filtrado.

Servicio para llevar + 5 MXN 

Cambio de leche +10 MXN 

Cualquier modificación genera un costo de +30 MXN.

La comida en este lugar incluye extra de amor.

### Pita de verduras

Pan pita hecho en horno de leña con ajo, aceite de coco y zaatar relleno de verduras salteadas con dip de chile morita y pepitas tostadas

 165 MXN

### c/huevo

 180 MXN

### Bowl de quinoa con vegetales, salchicha italiana

Quinoa cocida servida con calabaza asada, zanahoria rayada, frijoles, tomate cherry ahumado, aguacate, tahini, perejil, cilantro y menta

  230 MXN

### Pita crujiente con hummus

Dos piezas de pan pita crujiente servidas con hummus, tomate cherry ahumados, pepino verde, aceite de oliva y cilantro

 150 MXN

### Croissant relleno de espinaca con queso

Croissant caliente relleno de espinaca y corazón de alcachofa servido con grana padano rayado

 110 MXN

### Baggel con queso crema

Servido caliente con aguacate, pepino, alcaparras, tomate y cebolla morada, acompañado de sopa de tomate rostizado y coco

 145 MXN

### c/huevo

 165 MXN

### Labneh/calabaza asada/focaccia

Servido con chimichurri y zaatar

 155 MXN

### Jocoque con tomates y aceite de albahaca

Tomate aderezado con aceite de albahaca, vinagre y sal rosa. Servido con pan de centeno tostado

 120 MXN

## Barra de quesadillas

### Quesadilla

Nuestras tortillas están hechas con masa de maíz orgánico criollo NO GMO de nuestra granja hermana @mestizadeindias servidas con guacamole y salsa tatemada de chile morita.

  115 MXN

- Flor de calabaza & hongos

- Choriqueso

- Asada (seytan)

-- ChicharroNOT

### c/Queso vegano

  145 MXN

 Vegano

 Gluten free

 Lacteo

 Huevo

# Tierra

holistika.  
tulum

## Drinks

### Shots

#### Shot inmunológico.

Cúrcuma, jengibre, limón entero, jugo de limón, aceite de coco y miel

55 MXN

### Jugos

Piña/chaya/naranja/espinaca

75 MXN

Torónja/savila

75 MXN

Jugo naranja

75 MXN

Jugo torónja

75 MXN

Jugo de mandarina

75 MXN

Jugo zanahoria y maracuya

75 MXN

### Cafeteria

Americano

35 MXN

Cappuccino

50 MXN

Expresso

45 MXN

Expresso

55 MXN

Latte

45 MXN

Té

45 MXN

### Bebidas calientes

Golden milk

leche de coco, curcuma en polvo, gengibre, pimienta negra, miel de agave y canela

55 MXN

Matcha latte

leche de coco, miel de agave y matcha en polvo

55 MXN

### Agua del día

pregunta por nuestra selección

50 MXN

### Smoothies

Lassi de guayaba

guayaba, leche de coco, agua de rosas, cardamomo y limón

100 MXN

Cocoa banana

plátano, cocoa en polvo, leche de coco, mantequilla de cacahuete, vainilla y nibs de cacao

100 MXN

Fresa y lima yucateca

fresa, aceite esencial de lavanda, lima yucateca, leche de coco, miel de agave, vainilla y chía hidratada

100 MXN

Mango/banana

plátano manzano, mango, cúrcuma fresca, canela y limón

100 MXN

Índigo

Banana, blueberries, fresas, crema de cacahuete, leche de coco y granola.

100 MXN

### Kombucha

Original

Jengibre

Bruja sana

100 MXN

100 MXN

Mandolin

Mora maracuyá

100 MXN

Jamaica

100 MXN

Manzana verde

100 MXN

Fresa/kiwi

100 MXN

Jengibre

100 MXN

### Buho Sodas

Tamarindo/habanero

35 MXN

Jamaica/granada

35 MXN

Naranja/mandarina

35 MXN

Mango/maracuyá

35 MXN

Menta/ limón

35 MXN

Kola

35 MXN

Mineral

35 MXN



El desayuno incluye la primera taza de café filtrado.

Servicio para llevar + 5 MXN. Cambio de leche +10 MXN.

Cualquier modificación genera un costo de +30 MXN. La comida en este lugar incluye extra de amor.



Vegan



Gluten free



Dairy



Egg