



**RAW
COCONUT
WATER**

7€

BRUNCH

AVOCADO TOAST

Aguacate chafado, queso feta, tomate cherry confitado, pesto de anacardos y edamame. 12

SALMON TOAST

Salmón ahumado, queso crema, láminas de pepino fresco con lima y salsa de eneldo. 14,5

SANDWICHES

CHICKENS

En pan de coca con pollo marinado en hierbas provenzales, tomates secos, huevo, queso parmesano y rucula.

13

BIKINI

Tres triángulos de pan de maíz planchado con sobrasada, queso, miel y un toque de trufa.

11

HUEVOS

SHB EGGS BENEDICT

Huevos poché sobre pan brioche tostado con guacamole, salsa holandesa chipotle, topping a escoger y queso parmesano. Acompañado de fritas de bonaito.

BENEDICT PANCAKES

Torre de pancakes con huevos poché con guacamole, salsa holandesa chipotle, topping a escoger y queso parmesano. Acompañado de fritas de bonaito.

Con Bacon 15

Con Jackfruit 16,5

Con Salmon 17,5

Cochinita Pibill 17,5

BREAKFAST BURRITO

Huevo revuelto, queso cheddar, guacamole, patatas fritas, bacon crujiente y salsa mexicana.

10

CHICKEN & WAFFLES

Gofre con pollo rebozado en panko y Kellogg's con maple syrup.

9,5

PANCAKES

Tortitas, fresas, plátano, chips de chocolate, nata casera y maple syrup. 9

Añade Nutella en lugar de sirope! 2

AÇAÍ BOWL

Açaí, plátano, fresas, granola, chips de chocolate y coco rallado. 9,90

EXOTIC FRUIT BOWL

Mango, kiwi, piña, plátano, frutas del bosque y frutas de temporada. 7,5

+ YOGURT 2,5



= Disponible todo el día

 = Vegano/Veggie

 = Poco picante

COFFEE&JUICE

LATTES (eco)

Matcha 4,50
Té verde de matcha, canela y azúcar de coco con leche de avena.

Turmeric 4,50
Cúrcuma, jengibre, canela, azúcar de coco y pimienta negra con leche de avena.

Chai Latte 4,50
Con leche de avena.

**¡HAZLO SHAKEADO SI
HACE CALOR!**

CAFÉS & TÉS

Espresso	1,9
Carajillo	2,95
Cortado	2
Café con leche	2,8
Cappuccino	3
Capuccino XL	4,5
Iced Latte SHB (Bola de helado de vainilla)	5
Classic Iced Latte	3,80
Dirty Latte	5

TÉS VARIADOS 3

China Mai Feng
(Té Verde)
Earl Grey Luxus
(Té Negro)
Infusión Equilibrio
Mint Splash
Rojo
Tropical Infusion 4
(Jengibre, limón, miel,
clavo de olor y menta)

ÑOKI

Fresa, plátano y naranja. 6,5

OAHU

Sandía, melon, lima y jengibre 6,5

LIME JUICE

Lima-limón, menta y un toque de miel. 5

ROGER RABBIT

Zanahoria, manzana, jengibre y semillas de lino. 6,5

LILA

Remolacha, naranja, manzana, jengibre, zumo de limón, miel y un toque de leche de almendra. 6,5

SHB DETOX

Fresa, melón y limón. 6,5

KANDUI

Frutos rojos, coco y piña. 7

FIJI

Fresa, mango, naranja y piña. . 7

CURAGREEN

Kale, lima, apio, pepino, lichi, hinojo, espirulina. 6,5

POWER CHUPITOS

MACHADO

Cúrcuma, miel, limón y jengibre 3,5

FANNING

Pepino, manzana, kale, lima y menta. 3,5

MILKSHAKES 6,5

BANANA POWER

Leche de almendra, mantequilla de cacahuete, nueces, plátano, canela, vainilla y arándanos.

OREO

Posiblemente el mejor milkshake de SHB: Oreo, leche, vainilla y un toque de plátano.

SHBUENO

No hace falta decir lo que lleva. Si te gusta el chocolate Kinder, Pruébalo y flipa.

SÚPER NUTRIENTES +1,5

· MACA · CHIA · SPIRULINA · LINO
· POLEN · CURCUMA
DE ABEJA

LECHE DE ALMENDRA, SOJA, COCO, SIN LACTOSA O AVENA + 0,5

LUNCH & DINNER

HASTA LAS 17.30h Y DE 20h A CIERRE

BEACH NACHITOS

¡Nuestro best seller desde 2013!

Nachos con dos quesos, frijoles, salsa mexicana, jalapeños, crema agria, pico de gallo y guacamole. 16

Añádele carne o Jackfruit + 3

RACION PEQUEÑA 11

PUMPKIN DIP

Hummus de calabaza asada y chipotle con pan de pita, queso feta y crudités de zanahoria y pepino fresco. 10

BRAVAS

Nuestras bravas de patatas fritas con alioli y salsa brava. 8

Lorem ipsum

LAS RIBS

Costillar de vaca de 500gr cocinado a baja temperatura durante 72h y marinado en cerveza. Acompañado de parmentier de patata, garbanzos y tortitas para hacerte tus tacos. Ideal para compartir. 29

CRISPY CHICKEN FINGERS

Tiras de pollo rebozadas con panko, Kellogg's y especias. Acompañados con dos salsas para dypear: mostaza dulce y mayo thai. 9

GUÉTHARY CROQUETTES

Croquetas caseras de queso Gorgonzola y chistorra. 11
2,5 unidad extra.

ENSALADAS

ULUWATU

Quinoa y espelta, cilantro, aguacate, zanahoria, tomate seco, sésamo, anacardos, y edamame con una vinagreta especial de soja 10

ALICE MANGO

Lentejas con mango, cebolla tierna y cilantro con salsa de jengibre y mandarina. 9

SURFER'S ZUCCHINI

Finas láminas de calabacín con queso parmesano, tomates secos y almendras con un suave aliño de trufa y pimienta y lima 11

CHICKEN JOE

Lechuga robele verde, pechuga de pollo crujiente, huevo semiduro, bacon crujiente, queso parmesano, aguacate, tomates cherry, picatostes de pan de pagés con una vinagreta casera de lima, cilantro y jalapeños. 13



= Disponible todo el día



= Veggie/Vegano



= Poco picante

LUNCH & DINNER

BURGERS

Todas nuestras burgers vienen con patatas fritas

BEACH MAC

150gr de ternera premium, lechuga, tomate, queso, bacon, cebolla y una salsa secreta de la casa.

17

SMASHED CHEESE BACON

Doble smashed de ternera, queso y bacon con nuestra salsa de la casa. Sencilla pero deliciosa.

16

YANKEE

150gr de ternera premium, Mozzarella ahumada, bacon crujiente, pepinillos, cebolla crispy, mostaza inglesa, salsa bbq y un toque dulce.

18

VEGAN CHEESE BACON

Patty Beyond con queso "cheddar", bacon de setas, rúcula y nuestra mayonesa vegana de chipotle.

16

HAZ TU BURGER XL!
+3,5

CRUNCHY CHICK

Pollo muy crunchy, 2 quesos cebolla crispy, salsa chipotle, cebollino, espinacas y guacamole.

16,5

EXTRAS +2

Huevo frito, bacon, queso, tomate, cebolla, cebolla crispy, pepinillos.

SIDES

BONIATO

Fritas de boniato cortadas a mano. 5,5

FRITAS CLASSICAS

Las clásicas cortadas a mano 5

TRUFA & PARMESANO

Con parmesano rayado y trufa. 6

SALSAS SHB

¡Escoge una gratis!

1. KERAMAS

Mayo y curry verde.

2. THAI

Mayo y sriracha.

3. JAPO-NESA

Mayonesa y wasabi.

4. TEXMEX

Anacardo y chipotle

SHRIMP TACOS 3.0

Tacos con gambas a la plancha, queso planchado, guacamole, apionabo encurtido y salsa mexicana en tortilla de harina. 12

BIRRIA TACOS

Tacos de ternera con queso gratinado y salsa de chiles. 13


CALIFLOWER TACOS

Coliflor y taquitos de boniato braseados, frijoles, col encurtida, mayo de aguacate y mayo vegana de chipotle. 10

COCHINITA PIBILL

Tacos de cochinita pibill con cebollita encurtida en habanero. 13

SURFER'S BURRITO

Burrito de pollo marinado en chimichurri con guacamole, frijoles, queso, crema agria y pico de gallo. 11
¡Opción vegetariana! 

SHB POKE BOWLS

Bowls con base de arroz, piña braseada, aguacate, pepino, col lombarda, cebolla japonesa y edamame. 2 opciones:

POKE TUNA

Atún Blue fin con salsa ponzu, sésamo. 17

VEGAN

Seitán marinado y sandía con una salsa cítrica de lima y maracuyá. 14

 = Disponible todo el día

 = Veggie/Vegano

 = Poco picante

DRINKS

REFRESCOS

- GINGER BEER** 3,30
- SHB ICE TEA** 3,5
- PINK LEMONADE** 4,5
- GINGER LEMONADE** 4,5
- + VODKA/GIN** 8

CERVEZA

MORITZ 7 FRESCA. SIN PASTEURIZAR DEL TANQUE A LA MESA

- Caña 3,30
- Jarra (500ml) 5,80

- Coronita** 4
- Modelo Especial** 4,5
- Michelada** 6,5
- IPA** 3,5



VERMOUTH 4

SANGRÍA

Copa 6,50 - Jarra 22

SANGRÍA CAVA

Copa 8,5 - Jarra 25

VINOS BLANCOS

- **SHB WINE (Ecológico)** - 19,5
Xarel.lo. Penedés. Copa 3,95
- **CALA MARQUESA** - 22
Garnacha blanca. D.O Emporda. Copa 4
- **EL VIGIA (Ecológico)** - 19,5
Verdejo. D.O Rueda. Copa 3,95
- **LA SONRISA DE TARES 2019** - 24
Godello. D.O Bierzo. Copa 4,5

VINOS ROSADOS

- **AIRE DE PROTOS** - 22
100% Garnacha. D.O Emporda. Copa 4

VINOS TINTOS

- **SHB RED WINE (Ecológico)** - 19,5
Garnacha. Massis del Garraf. Copa 3,95
- **PALOMO VOLADOR** - 24
Tinta fina y Merlot. D.O Ribera del Duero. Copa 4,5
- **DANSADA** - 21
Garnacha. D.O Terra Alta
- **BANCAL DEL BOSCO (Ecológico)** - 24
Garnacha y Syrah. D.O Montsant. Copa 4,5

MOJITOS SHB

SHB SPECIAL MOJITO

Maracuyá & kiwi. 10

FRESA 9,5

TROPICAL Mango & piña. 9,5

MOJITO CLÁSICO 9

RED Frutas del bosque. 10

SPECIAL COCKTAILS

TAVARUA 12,5 (Islas Fiji)

Con base de **Ron añejo** infusionado en Chai Tea, piña, maracuyá y un toque de canela. Top 3 de SHB!

MEXICAN BOMB 12,5 (Puerto Escondido, México)

Cocktail de **tequila**, sandía, lima piña y un leve toque picante

FERNANDO DE NORONHA 11,5 (Brasil)

Cocktail con **cachaça**, lima y mango. Fresco y potente!

PIPELINE 12,5

(North Shore, Hawaii)

Base de **tequila**, limoncello, zumo de pomelo, albahaca y un toque de Tajín. Fresquito y ácido.

BONDI 12,5 (Australia)

Cocktail con base de **Maraschino**, lima, remolacha y jengibre.

GALÁCTICO SHB 2.0 11,5 (La Barceloneta)

Base de sandía, **ginebra**, y **vermouth** blanco.

CLASSIC
COCKTAILS 11€

SWEET SPOT

TORRIJA

Frita a la sartén con crema de orujo, chocolate almendras con helado de vainilla

8

SURFER'S APPLE CRUMBLE

Crumble de manzana casero con nata semi líquida, frutos rojos y un toque de canela. Añádele helado +2

6,5

FRESHHHH

Sorbete de lima-limón y kéfir con trocitos de fruta y pepino, pistacho triturado y un suave toque picante.

Fresco y digestivo. Creación de nuestro Chef.

7

DELICIA DE PISTACHO

Crema mascarpone con pistachos troceados sobre helado cremoso de pistacho con fresas silvestres on top. Una delicia!

7,5

SWEET BURGER

Pan de burger con Nutella, pistachos triturados y crema de mascarpone. 7,5

Con helado de vainilla! + 1,5

CAKES

- **CHEESECAKE** con frutos rojos 6,5
- **VEGAN BROWNIE** con nata vegana 7

GOFRES 4

+ Nutella	2,5
+ Nata casera	2
+ Fruta	2,5
+ Helado	2,5

PANCAKES 9

Tortitas, fresas, plátano, chips de chocolate, nata vegana y sirope de arce.

Añade Nutella en lugar de sirope! 2

EXOTIC FRUIT BOWL

Mango, kiwi, piña, fresas, sandía, plátano y frutas del bosque. 7,5

AÇAÍ BOWL

Açaí, plátano, fresas, granola, chips de chocolate y coco rallado 9,90



= Disponible todo el día

 = Vegano/Veggie

 = Poco picante

ACTIVIDADES



SUNSET SUP & MOJITO

Sal a remar viendo la puesta de sol y tómate un Mojito para acabar el día!

20H
MARTES
JUEVES
VIERNES

25€



PADLE SURF & BRUNCH

Salida matinal en Paddle Surf con guía. Desayuno/Brunch al terminar.

9:30H
SÁBADO Y
DOMINGO

34€



BEACH YOGA

Yoga con profesora titulada en la playa. Brunch o zumo al terminar.

9,30H
SÁBADO
Y DOMINGO

32€ / 19€



BEACH CLEANING

Limpieza voluntaria de playa. Zumito o cerveza ocean beer de regalo para todos los asistentes!

¡CUANDO QUIERAS!



FUNCTIONAL TRAINING BY GO!

Entreno funcional de 45' en la playa con zumito o Brunch. Ponte en forma con el mejor método del momento! Refréscate para recuperar con VITAMIN WELL!

¡UNA VEZ AL
MES!

16€ / 25€



SUNSET SUP & DINNER

Salida en Paddle Surf al atardecer viendo la puesta de sol desde el mar y cena con menú cerrado al terminar! Mínimo 2 personas.

¡CUANDO QUIERAS!

49 €

PARA RESERVAR ACTIVIDADES ENVÍA UN CORREO A

ACTIVIDADES@SURFHOURSEBARCELONA.COM