

RESTAURANT  
*Lunch*



### **Gezonde voeding**

Onze koks bereiden dagelijks met veel passie en kraakverse ingrediënten, heerlijke en licht verteerbare gerechten.

### **Biologisch**

Onze kruiden en eetbare bloemen zijn afkomstig van een biologisch gecertificeerde herborist: Puur Aroma. Deze biologische kruiden en bloemen zitten boordevol vitamines, mineralen, fyto-nutriënten en zijn een echte immuunbooster.

### **Dressings**

De keuken gebruikt voor de afwerking van de salades uitsluitend de allerbeste koudgeperste olijfolie dressings van PuurOlijf.

### **Seizoensgebonden**

Omdat we bij Elaisa werken met seizoensgebonden ingrediënten zal de menukaart elk seizoen wijzigen. Op deze manier volgt het lichaam het natuurlijk ritme.

---

*De keuken is open van 11:00 tot 21:00.*

# *Edelsteenwater - VitaJuwel*

Masaru Emoto ontdekte de informatiedragende eigenschappen van water, iets dat onze Egyptische voorouders kennelijk al wisten. Zij maakten veelvuldig gebruik van edelsteen therapie door het toevoegen van edelstenen aan water en wijn.

De toepassing van edelstenen ter bevordering van de kwaliteit en de ondersteunende eigenschappen kunnen we ook in een latere periode terugvinden. In de Middeleeuwen beschreef Hildegard von Bingen de bijzondere kracht hiervan. Edelstenen worden in alle tijden niet alleen op waarde geschat door hun unieke uitstraling, maar ook door hun fijne karakter.

Elk soort kristal of edelsteen heeft bijzondere eigenschappen die goed zijn voor uw lichaam, geest en gevoel. Ons 'edelsteenwater' wordt gevitalseerd door een met edelstenen gevulde staaf, ook wel 'fiol' genoemd.

Elk VitaJuwel fiol wordt uit hoogwaardig, Boheems glas door een meesterhand op een gepatenteerde wijze handgemaakt. Men gebruikt hierbij enkel glas dat vrij is van schadelijke stoffen en zorgvuldig geselecteerde fairtrade-edelstenen.

Ervaar en proef de kracht van ons met VitaJuwel gevitalseerd edelsteenwater!

-  Wellness
-  Balance
-  Love

## Wellness

### Rozenkwarts - Amethyst - Bergkristal

1 l | 13,00

Deze belevenisvolle en vitaliserende mengeling is al sinds honderden jaren bekend en zou helpen om waarneming, intuïtie en empathie te verbeteren. Tegelijkertijd bevordert deze het welbevinden.

Amethyst en rozenkwarts staan voor harmonie en balans, bergkristal geldt als steen voor klaarheid en waarneming en versterkt de werking van andere edelstenen. Beleef “Wellness” voor het verstand bij elke slok van deze gebalanceerde en beproefde mengeling!

## Balance

### Sodaliet - Chalcedon - Bergkristal

1 l | 13,00

Sodaliet staat al heel lang bekend voor balans, wijsheid en innerlijke vrede. Bijkomend zou hij de harmonische verstandhouding tussen de mensen versterken en wordt daarom ook soms de “poëet” steen genoemd.

Wat zou meer kunnen helpen in deze tijd van constante onrust, haastigheid en hectiek? Elke slok edelsteenwater met deze mengeling kan elke dag helpen je geestelijk evenwicht, mentale rust en innerlijke kracht te ondersteunen.

## Love

### Rozenkwarts - Granaat - Bergkristal

1 l | 13,00

Liefde is de hoogste energie in het universum en het mooiste gevoel dat ons doordringen kan. Deze energie en dit gevoel ervaart men met deze mengeling. Rozenkwarts is de edelsteen van de harmonie en de gevoeligheid. De vurige granaat staat voor passie en sensualiteit. Als men deze twee verenigd, krijgt men een unieke emotionele liefdesdynamiek.

# Water

per fles

Acqua Panna - Mineraal Water	0,50l - 5,50
San Pellegrino - Bruisend	0,50 l - 5,50
BRU - Mineraal Water	1 l - 9,00
BRU - Licht bruisend	1 l - 9,00

## *BATU Kombucha*

gemaakt op basis van gefermenteerde groene en zwarte thee

Ginger & Lemon	6,00
Lime & Mint	6,00
Passion Fruit & Hop	6,00

# Frisdranken

Spa plat	3,20
Spa bruisend	3,20
Coca-Cola	3,20
Coca-Cola Zero	3,20
Schweppes Indian Tonic	3,20
Appelsap Bio « den Boogerd »	3,90
Appel - Peer Bio « den Boogerd »	3,90
Appel - Framboos Bio « den Boogerd »	4,00
LemonAID+ Blood Orange - 330ml	6,50
LemonAID+ Passion Fruit & Mango - 330ml	6,50
Tönissteiner Orange	3,60
Tönissteiner Citroen	3,60
Tönissteiner Vruchtenkorf	3,60
Vers Pompelmoessap	5,50
Vers Sinaasappelsap	5,50



## Elaisa Specials

ChariTea Red <i>Rooibos thee met passievrucht - 330ml</i>	6,50
ChariTea Green <i>Groene thee met gember - 330ml</i>	6,50
PomTon <i>Vers pompelmoessap met tonic</i>	8,50
SinaasTonic <i>Vers sinaasappelsap met tonic</i>	8,50

*Brouwerij Kompel is opgericht in 2015 te Maasmechelen als eerbetoon aan mijnwerkers die van verre kwamen en dankzij hun harde werk en de gedolven steenkolen, rijkdom hebben gebracht aan alle Belgen.*

*In de mijn is er geen onderscheid. Verschillende culturen verenigen zich ondergronds en zorgen voor elkaar opdat ze veilig bovengronds komen. De naam Kompel is de roepnaam van de mijnwerkers en betekent zoveel als 'makker' of 'vriend'. Niemand wordt uitgesloten, iedereen doet mee. De mijnmentaliteit is ook het concept van Brouwerij Kompel.*



## Bieren

Kompel Pils 4%	4,20
Kompel Bovengronds Blond 6%	5,70
Kompel Ondergronds Donker 6%	5,70
Kompel Prion des Fleurs 8%	6,30
Kompel l'Or Noir 8,2% (Beste Trippel – World Beer Awards 2021)	6,30
Kompel Kriek 3,5%	5,00
Duvel 8,5%	6,00
Hoegaarden 4,9%	4,20
Hoegaarden Radler 2%	4,40
Jupiler 0%	4,20

# Warme dranken



Espresso	3,70
Koffie	3,70
Décafé	3,70
Cappuccino	4,20
Cappuccino met slagroom	4,90
Koffie verkeerd	4,40
Latte macchiato	4,40
Warme chocomelk	3,90
Supplement slagroom	1,50

*\* Alle koffies zijn als décafé te verkrijgen*



# Theekaart

## Verse thee

Muntthee	4,70
Gemberthee	4,70

## Kruidenthee

Zen Garden bio	4,90
<i>Smaak: aroma van bloedsinaasappel en vanille, mix van verbena, citroengras en kamille</i>	

## Groene thee

Lung Ching	4,90
<i>Smaak: mild met zoete nasmaak</i>	

Huangshan Yun Wu	4,90
<i>Smaak: vol, zoet en fris met nootachtige en fruitige tonen</i>	

## Witte thee

White Silver Needle	4,90
<i>Smaak: zoet met laag cafeïnegehalte</i>	

Pai Mu Tan bio	4,90
<i>Smaak: mild, zacht, zoetig en bloemig</i>	

## Zwarte thee

Golden Yunnan	4,90
<i>Smaak: fris, zacht, fruitig met een lichte geur van cederhout</i>	

## Pu Erh

Pu Erh Special	4,90
<i>Smaak: aardachtig met een lichte zoete smaak</i>	

Pash Pu Erh	4,90
<i>Smaak: aardachtig en vol</i>	

## Oolong thee

Milky Oolong	4,90
<i>Smaak: licht orchidee-achtige ondertoon met een melk- en zijdeachtige textuur</i>	

Big Red Roobe	4,90
<i>Smaak: goud-oranjekleurige thee met een aangename langdurige nasmaak</i>	

## Bloementhee

Elke theebloem is met de hand gemaakt en is 100% natuurlijk. Ze bevatten veel ondersteunde eigenschappen, verschillend van bloem tot bloem. De gedroogde bloem wordt met de theebladeren handmatig samengebundeld tot een theebolletje. Eens men kokend water over het “theebolletje” geschonken heeft, zal deze zich na enkele minuutjes openen tot een mooie bloem.



Summer Dream Theebloem <i>Lelie   jasmijn   Yinzhen groene thee</i>	6,50
Spring Melody Theebloem <i>Thousand days bloem   jasmijn   goudbloem     Yinzhen groene thee</i>	6,50
Phoenix Eye Theebloem <i>Thousand days bloem   jasmijn   Yinzhen groene thee</i>	6,50
Lily Basket Theebloem <i>Lelie   jasmijn   Yinzhen groene thee</i>	6,50
Jasmin Fairy Theebloem <i>Gele kamille   jasmijn   thousand days bloem</i>	6,50
Blossom Diamond Theebloem <i>Lelie   jasmijn</i>	6,50

## Bubbels

Prosecco Le Couchon Brut	per glas 8,50 per fles 39,00
Prosecco Le Couchon Rosé	per glas 9,00 per fles 44,00
Champagne Claude Baron 'Cuvée Saphir' Brut	per glas 11,00 per fles 62,00
Champagne Moët & Chandon Brut Impérial	per fles 85,00

## Aperitieven

Aperol	9,70
Martini Bellini	8,00
Gin Tonic <i>Kompel Charbonnage   Indian Tonic</i>	14,50
Gin Tonic <i>Kompel Garden-City   Pink Pepper Tonic</i>	14,50
Virgin Mojito 0%	9,50
Classic Bacardi Mojito <i>Bacardi Carta Blanca   limoen   munt   soda</i>	12,00
Berry Bacardi Mojito <i>Bacardi Carta Blanca   limoen   munt   soda   rode vruchten</i>	12,00

# Wijnkaart

## Witte wijnen

Fraktique wit <i>Smaak: fruitige en aardse smaken van mineraliteit</i>	per glas 6,50 per fles 23,00
Laureato - Vetrère <i>Smaak: volle harmonieuze wijn   rijpe perzik &amp; meloen   geaccentueerd door balsamico</i>	per glas 7,50 per fles 38,00
Fedele Bianco bio & vegan friendly <i>Smaak: fris fruitig   mineraal   citrus   mango</i>	per fles 23,00
Aldeneyck - Pinot Blanc <i>Smaak: frisse fruitige smaak   appel &amp; citrus   gerookte mineralen   witte peper</i>	per fles 43,00
Aldeneyck - Pinot Gris <i>Smaak: rijp fruit   rijke smaak met rafijne zuren   gerookte mineralen   kruiden</i>	per fles 44,50
Naï Coleccion - Adega Terra de Asorei <i>Smaak: frisse volle getoaste smaak   perzik   gele pruim   kruiden   biscuit   marsepein   ziltig</i>	per fles 38,00

## Rode wijnen

Fraktique rood	per glas 6,50
<i>Smaak: rood fruit   zwarte peper   lange geurige afdronk</i>	per fles 23,00
Campo Marina Luccarelli	per glas 7,50
<i>Smaak: fluwelige wijn   rijpe bosvruchten   mokka   kaneel   zachte tannines</i>	per fles 38,00
Fedele Rosso bio & vegan friendly	per fles 23,00
<i>Smaak: sappige elegante structuur rode &amp; blauwe bes   zwarte peper</i>	
Aldeneyck - Pinot Noir "Barrique"	per fles 65,00
<i>Smaak: veel structuur   zeer elegante kracht   bessen &amp; kersen   viooltjes   subtiele houttoets</i>	

## Rosé wijnen

Fraktique gris rosé	per glas 6,90
<i>Smaak: exotisch fruit   rode bessen</i>	per fles 27,00
Fedele Rosé bio & vegan friendly	per glas 6,90
<i>Smaak: zeer karaktervolle rosé   verse rode bessen   kruiden   viooltjes</i>	per fles 27,00

# Smoothies

Lovely Green	7,00
<i>Spinazie   avocado   groene appel   banaan</i>	
Berry Bomb	7,00
<i>Bosbes   banaan   appel   mango</i>	
Hawaiian	7,00
<i>Mango   banaan   appel</i>	

# Frozen Cappuccino

Classic	6,50
<i>Frozen Cappuccino   slagroom</i>	
Hazelnut	7,50
<i>Frozen Cappuccino   hazelnoot crème   slagroom</i>	
White Chocolate	7,50
<i>Frozen Cappuccino   witte chocolade crème   slagroom</i>	
Caramel	7,50
<i>Frozen Cappuccino   karamel crème   slagroom</i>	



## *Kleine hapjes*

Portie olijven	5,50
Portie kaas	5,50
Warme oosterse hapjes   chilisaus	9,00
Naanbrood van de grill   hummus   koriander	7,00

## *De kleine gezonde goesting*

Magere Bio yoghurt   granola   fruitcoulis	6,95
Magere Bio yoghurt   granola   açaï	7,00
Magere Bio yoghurt   granola	6,75

## *Pancakes* (van 15u00 tot 16u30)

American pancakes   warme kersen	9,50
American pancakes   maple siroop	8,50
Extra bol ijs	1,50



## Soepen (geserveerd met brood)

Soep van de dag	8,50
<i>Thaise soep op basis van kokos   laos   citroengras   oesterzwam   taugé   koriander   chili</i>	
Tom Kha Kai   vegetarisch	8,50
Tom Kha Kai   kip	9,50

## Salades

Salade geitenkaas   honing   spekjes   appel   walnoot   honing-mosterddressing	24,50
Salade geitenkaas   honing   appel   walnoot   honing-mosterddressing	21,50
Caesarsalade   traag gegaarde kip   croutons   parmezaanse kaas   gekookt eitje	20,50
Salade niçoise   gegrilde tonijn   sperziebonen   ei   rode ui   olijfsjes	25,50

## Healthy Elaisa Rice Bowl

Geurige rice bowl van basmati rijst   komkommer   lente ui   radijs   ananas   edamame   wakame	
Rice Bowl   gemarineerde tempeh	21,50
Rice Bowl   gegrilde tonijnfilet	24,50
Rice Bowl   beef	24,50





## Lunch

Meergranenbrood zalm   guacamole   radijs   bieslook	18,00
Meergranenbrood romige brie   walnoot   honing	14,50
Kaaskroketjes   mosterd dille crème	16,50
Croque monsieur   waldkornbrood	12,50
Garnaalkroketjes   citroen   cocktailsaus	21,50
Meergranenbrood hummus   avocado   komkommer   ei	13,50
Beefburger   sesambroodje   crispy bacon   cheddar kaas   chipotle barbecuesaus	18,50
Rodebiet burger   sesambroodje   rucola   truffelmayonaise	17,50
Rundersteak   seizoensgroenten   pepersaus	26,50
Gemarineerde hoevekip   pittige tomaten-groenten salsa	21,50
Zalm   seizoensgroenten   tartaarsaus   citroen	24,50

## Bijgerechten

Enkel bij hoofdgerechten en/of salades

Brood	1,50
Frietjes   kroketten   pasta	4,00
Mayonaise   ketchup   mosterd	1,00



# Vegetarische 🌱 & Vegan 🌱 gerechten

Rodebiet burger   sesambroodje   rucola   truffelmayonaise 🌱	17,50
Rodebiet burger   sesambroodje   rucola 🌱	17,50
Meergranenbrood hummus   avocado   komkommer 🌱	13,50
Meergranenbrood hummus   avocado   komkommer   ei 🌱	13,50
Meergranenbrood romige brie   walnoot   honing 🌱	14,50
Kaaskroketjes   mosterd dille crème 🌱	16,50
Tom Kha Kai: Thaise soep op basis van kokos   laos   citroengras (oesterzwam   taugé   koriander   chili) 🌱	8,50
Salade geitenkaas   honing   appel   walnoot   honing-mosterddressing 🌱	21,50
Geurige Rice Bowl van basmati rijst   komkommer   lente ui   radijs   ananas   edamame   wakame   gemarineerde tempé 🌱	21,50



## GENIET EN GEEF

Wanneer jij een veganistisch gerecht 🌱 bestelt doneren wij € 0.50 aan lokale liefdadigheidsinstelling, ISERA.

Isera staat voor 'International Society for the Education and Rescue of Animals'. Ze redden levens van dieren in nood zowel op nationaal als internationaal niveau door verzorging te geven aan verwaarloosde dieren, acties te ondernemen bij de instanties tegen dierenmishandeling, informatie over welzijn van dieren te verspreiden en geselecteerde projecten te ondersteunen.

Voor meer info ga naar : [www.iseranimals.org](http://www.iseranimals.org)



# Nagerechten

Dame Blanche	9,50
Vegan Dame Blanche - lactose vrij 🌱 (vanille ijs op basis van kokosmelk   chocolade saus van soyamelk   plantaardige vegan room)	12,75
Chocolade brownie   pecannoot   karamel roomijs	12,50
Crème Brûlée	12,50
Assortiment van Franse kazen   chutney   notenbrood	16,50
Extra bol ijs	1,50
Supplement slagroom	1,50



Voor allergenen of intoleranties: vraag naar onze allergenenkaart.  
Mocht er een aanpassing in een gerecht gewenst zijn i.v.m. een intolerantie of allergie, laat het ons gerust weten.

# ELAISA

GEDRAGEN DOOR DE VLEUGELS VAN  
ISIS/ASET



Ontdek in dit boek waarom Elaisa zoveel meer is dan een Wellness. Patisis Vanderdonckt neemt jullie mee in de diepere betekenis van elke ruimte, sacrale geometrie, symbolen en talrijke beelden. Gedragen door de Vleugels van de grote Universele Moeder Isis/Aset, in een innerlijke reis, doorheen oude beschavingen, die verschillend zijn in expressie maar één zijn in essentie.

*“Elaisa gedragen door de vleugels van ISIS/ASET”  
358 pagina’s, €59,00, Nederlandse versie.*

Verkrijgbaar aan de receptie en in de Crystal Shop



**ZWANGERSCHAPSMASSAGE: 50 MIN / €99,00**

Met geruststellende aanrakingen en ondersteund door de Hot Sand Therapy principes brengt deze massage ontspanning tijdens de zwangerschap aan moeder en kind.



**ADEMREIS: 60 MIN / €22,00**

Begin je dag met een diepgaande ademreis. Met deze ademhalingstechniek en meditatie herstart je je lichaam en onderga je een fysieke en emotionele reiniging waardoor je bruijst van energie.



**LUXE CHOCOLADESESSIE: 30 MIN / €19,00**

Ontdek wat een luxe pakking van biologische cacao en honing voor je huid kan doen. Cacao bevat bestanddelen die je huid intens voeden en hydrateren waardoor deze gaat glanzen.



**HATHOR RITUEEL: 45 MIN / €18,00**

Tijdens dit ritueel in de Laconium sta je in een vibrerende klankschaal, met zang en instrumenten uit het Oude Egypte. Deze oeroude trillingen brengen je terug naar je essentie.



**ELAISA SAUNA YOGA: 30 MIN / €18,00**

Ervaar de extra dimensie van een yogasessie in de sauna. De combinatie van zachte bewegingen en hitte in de sauna (60°) helpt lichaam en geest makkelijker hun spanningen los te laten.



**QUEEN OF EGYPT BODYCARE: 100 MIN / €189,00**

Geniet van een schoonheids- en verzorgingsritueel dat de koningin in jou ontwaakt. We verwennen je lichaam en gelaat met etherische oliën en serene rituelen: peeling, modderpakking en een weldoende massage



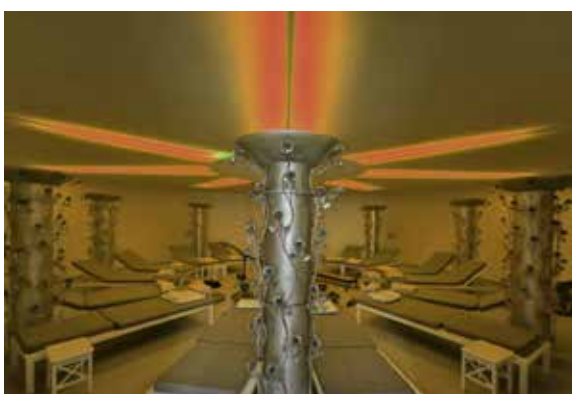
**MEDITATIESESSIE MET LIVE MUZIEK :  
40 MIN / €13,00**

Ontdek de ontspannende werking van een meditatie sessie. Mediteren is louter "zijn", in het hier en nu. Het brengt ontspanning en herbronning voor geest en lichaam.



**KLEI SESSIE: 30 MIN / €19,00**

In de Clay Sauna zit je op een versteende boomstam van duizenden jaren oud. Hier krijg je in groep een ceremoniële zuiveringsbehandeling met Rhassoul klei.



**KLANKCEREMONIE: 50 MIN / €25,00**

Laat je onderdompelen in een diep ontspannende sfeer van live klanken en kleuren in de prachtige klankruimte van Elaisa Energetic Wellness.



**TEMAZCAL: 90 MIN / €29,00**

In deze Mexicaanse zweethut wordt je lichaam op ceremoniële wijze gereinigd. De ceremonie wordt instrumentaal begeleid met live muziek. Nadien kan je, begeleid, het meer induiken.



**HALOTHERAPIE: 50 MIN / €20,00**

Halotherapie is het therapeutisch gebruik van zout, dat een heilzame werking heeft op het ademhalingsstelsel. Geef uw immuunsysteem een boost met regelmatige bezoeken.



**CRYSTAL SHOP - OPEN VAN 16:00 TOT 19:00**

Neem een stukje van Elaisa mee naar huis!  
De shop is helemaal gericht op edelstenen, kristallen, sieraden, decoratieartikelen, etherische oliën en 100% natuurlijke cosmetica.

