

cocktails από το
βραβευμένο
the Clumsies bar

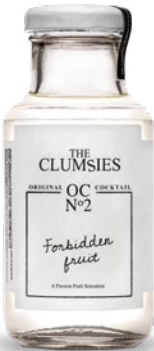


THE
CLUMSIES
ORIGINAL OC COCKTAILS

To The Clumsies, που βρίσκεται για τέταρτη συνεχόμενη χρονιά στην πρώτη δεκάδα της απαιτητικής λίστας The World's 50 Best Bars, πρωτοτυπεί και εμφιαλώνει ειδικά για το Ageras beach bar, τα best-selling cocktails του.



Nº1 *Strawberry Daiquiri*
Rum, Strawberry, Vanilla



Nº2 *Forbidden Fruit*
Vodka, Passion Fruit, Vanilla, Bergamot



Nº3 *Nostalgia*
Aged rum, Biscuit, Hazelnut, Bitters



Nº4 *Clumsy Negroni*
The Clumsies Old Tom Gin, Sweet Vermouth, Bitter, Lemon Pepper, Long Pepper



Nº5 *Aegean Negroni*
The Clumsies Old Tom Gin, Pikron Vermouth, Aperitivo amaro, rhubarb, bourbon aperpepper, long pepper, apple geranium



Στη παραλία σερβίρεται μέσα σε σαμπανιέρα με πάγο.
Κάθε μπουκάλι περιέχει 2 ποτήρια 16€



Στη καφετέρια σερβίρεται στο ποτήρι του (prefect served) 8€



Λευκό κρασί 22€/ 750ml φιάλη
Λευκό κρασί 7€/ ποτήρι
Κόκκινο κρασί 22€/ 750ml φιάλη
Κόκκινο κρασί 7€/ ποτήρι

Ούζο 8€
Ρακί 8€

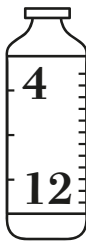
Kasta (Kretan Beer) IPA 6€
Corona 6€
Mamos 5€
Fisher 5€
Mythos 5€
Alfa 5€



χυμοί & smoothies (σε κανάτα)

Δοκιμάστε τους χυμούς μας για όλη την παρέα στην κανάτα του Αγέρα για σφηνάκια ευεξίας και γευσιγνωσίας!

Η κανάτα του Αγέρα περιέχει σε ποσότητα 12 σφηνάκια, ενώ με το καπάκι του προστατεύει ο χυμό σας και τον κρατάει δροσερό κοστίζει για το χυμό πορτοκάλι 14€ ενώ για τους υπόλοιπους χυμούς το κόστος είναι 18€.



Πορτοκαλάδα 4.5€	Ο κλασσικός φυσικός χυμός πορτοκάλι, όπως θα τον πίναμε σπίτι μας, με πολλά πορτοκάλια για να έχει βελούδινη γεύση!
Δύναμη & αντιοξειδωτικά 5€	μπανάνα, φυσικός χυμός πορτοκάλι, μέλι και κανέλλα Προστατέψτε και δώστε δύναμη και ενέργεια στον οργανισμό σας με τις ιδιότητες που προσφέρει η μπανάνα το μέλι και η κανέλλα, κάλιο, η βιταμίνη Β6, η βιταμίνη C, το μαγνήσιο, ο χαλκός, το μαγγάνιο, οι υδατάνθρακες, οι φυτικές ίνες, και οι πρωτεΐνες.
Καρ-τένια & UVA 5€	καρότο, μπανάνα, πορτοκάλι, μήλο Προστατέψτε το σώμα σας από τον ήλιο. Καρότο που λειτουργεί ως φυσική ασπίδα σε συνδυασμό με τη μπανάνα που μας παρέχει φυσικά σάκχαρα αλλά και άφθονες φυτικές ίνες που ανανεώνει το δέρμα. Το αναζωογονητικό πορτοκάλι και το αντιοξειδωτικό μήλο θα σας γεμίσουν ενέργεια!
Μέντα & ενέργεια 5€	μέντα, ginger, καρότο, μπανάνα, πορτοκάλι Η μέντα προσφέρει δροσερή αναπνοή και αναζωογόνηση και βοηθάει στη μνήμη, ενώ η πιπερόριζα ενδυναμώνει προσφέροντας μια πικάντικη νότα!
Πεπόνι & ενυδάτωση 5€	πεπόνι, αχλάδι, μπανάνα, πορτοκάλι Το πεπόνι είναι υψηλής περιεκτικότητας σε νερό διαθέτοντας πλήθος βιταμινών με ελάχιστες θερμίδες. Ο συνδυασμός του με τη μπανάνα των πολλών ιδιοτήτων, του αχλαδιού που με τις βιταμίνες του ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα δημιουργεί πολλαπλές ωφέλειες στον οργανισμό μας!
Hasta banana 5€	πορτοκάλι, φράουλες, μπανάνα Αγαπημένο softies. Κάλιο, βιταμίνη Α και C. Οι φράουλες έχουν πλούσια αντιοξειδωτική δράση, η μπανάνα με τη βιταμίνη Α ενυδατώνει το δέρμα ενώ με την C λειτουργεί ως αντιοξειδωτικό!

Αρχή μας είναι να προωθούμε έναν πιο αγνό τρόπο διατροφής.
Επιλέγουμε μόνο φυσικά και υγιεινά προϊόντα, με τη χρήση των πιο αγνών υλικών.

smoothies

Το πρωινό smoothie (ιδανικό και για παιδιά) 6€

μπανάνα, θυμαρίσιο μέλι Κρήτης, καρύδια, cranberries και αμυγδαλόγαλα

Τα cranberries έχουν πολύ υψηλές συγκεντρώσεις αντιοξειδωτικών και περιέχει βιταμίνη C. Η μπανάνα αποτελεί ένα από τα φρούτα που περιέχουν σίδηρο και μπορεί να συνδυαστεί με ξηρούς καρπούς, όπως τα αμύγδαλα και τα καρύδια, τα οποία περιέχουν επίσης σίδηρο, και να ενισχυθεί η απορρόφηση με το μέλι.

Το σοκολατένιο smoothie 6€

μπανάνα, 100% μαύρη σοκολάτα, κανέλα, μέλι

Η αυθεντική σοκολάτα έχει πολλές ευεργετικές ιδιότητες για την υγεία γιατί είναι ιδιαίτερα πλούσια σε αντιοξειδωτικά ενώ την κανέλα την αποκαλούν το μυστικό της μακροβιότητας.

Καφέδες		Σοκολάτα & Τσάι		Homemade no sugar (με φυσικά προϊόντα)	
Ελληνικός	2.5€	Σοκολάτα γάλακτος	4.5€	Λεμονάδα	4.5€
Φραπές	3.5€	Σοκολάτα Salted Caramel	4.5€	Λεμονάδα με ginger & στέβια	4.5€
Καφές φίλτρου	3.5€	Σοκολάτα με πορτοκάλι και κανέλλα	4.5€	Λεμονάδα με μαστίχα	4.5€
Espresso*	2.5€	Μαύρη σοκολάτα	4.5€	Παραδοσιακή Βυσσινάδα	4.5€
Cappuccino	3.5€	Πράσινο τσάι με μέντα	4€	Ice tea με ρόδι	4.5€
Freddo Espresso	3.5€	Μαύρο τσάι (English breakfast)	4€	Ice tea με λεμόνι	4.5€
Freddo Cappuccino	3.5€	(σερβίρονται ζεστά ή κρύα)		Matcha tea με λεμόνι	4.5€

* Ο espresso είναι 100% Arabica! Ένα μοναδικό χαρμάνι από κόκκους επιλεγμένους, από φάρμες της Βραζιλίας, από ηγαίες των Άνδεων στην Κολομβία, από ηφαιστειογενή εδάφη της Γουατεμάλας και από τα υψηλά εδάφη της Αιθιοπίας.

(Φρέσκα ελληνικά προϊόντα χωρίς ζάχαρη με γλυκαντικό σταφυλιού)

Πρωινό/brunch (με κρητικά προϊόντα από παραγωγούς της Σπτείας)

Breakfast in a basket 12€

Ένα δυναμωτικό πρωινό με υγιεινό κρητικό θυμαρίσιο μέλι, μαρμελάδες φράουλας και εσπεριδοειδών από 100% φυσικά υλικά χωρίς συντηρητικά. Συμπληρώνεται από κρουασάν βουτύρου, πραλίνας με κακάο, σοκολάτας, μήλου, καφές ή τσάι και φυσικό χυμό πορτοκάλι.

Πρωινό αγέρας 12€

Δύο ολόφρεσκα ντόπια αυγά ποσέ σε φρυγανισμένο χωριάτικο ψωμί, με γιαούρτι 2%, flakes αγγούρι, άνηθο, μαϊντανό, σολομό, αρωματικό ελαιόλαδο, μυρωδικά φρέσκα, καφές ή τσάι και φυσικό χυμό πορτοκάλι.

Fitness and Healthy Chia Bowl 12€

Γιαούρτι 2% με φρέσκα φρούτα θυμαρίσιο μέλι Σπτείας, καρύδια, κρητική σταφίδα, βρώμη, κανέλα Κεϋλάνης, καφές ή τσάι και φυσικό χυμό πορτοκάλι.

Αυγά μάτια 10€

Αυγά μάτια σε milk bread sando με cheddar, μαγιονέζα και bacon. Συμπληρώνεται με ρόκα, μαρούλι και ντοματίνια.

Ομελέτα λαχανικών 10€

Ομελέτα σε ζυμωτό ψωμί με μανιτάρια, ντοματίνια, πιπεριές και διάφορα ελληνικά τυριά. Συμπληρώνεται με ρόκα, μαρούλι και ντοματίνια.

Σκραμπλ με σολομό 10€

Σκραμπλ σε milk bread sando με σολομό. Συμπληρώνεται με ρόκα, μαρούλι, flakes αγγούρι, μαϊντανό και ντοματίνια.

Bruschetta με καπνιστό σολομό 9€

Σολομός, κρέμα τυριού, flakes αγγουριού, μαύρο σουσάμι, μαραθόσπορος, άνηθος, κρεμμύδι, lime.

Bruschetta Σπτείας 9€

Κρητικό τυρί, πέστο βασιλικού, ντομάτα, flakes αγγούρι, ρίγανη, φύλλα ρόκας έξτρα παρθένο ελαιόλαδο.

Bruschetta με γαρίδες και αβοκάντο με άρωμα σκόρδου 9€

Κρέμα τυρί σκόρδου, αβοκάντο, ντοματίνια, flakes αγγούρι, κρεμμύδι, μαϊντανός, πάπρικα.

Κρητική πίτα με ξινομυζήθρα, μέλι, καρύδια και κανέλα 7€

*Παρακαλούμε να μας ενημερώνετε για τυχόν αλλεργία ή τροφική δυσανεξία που μπορεί να έχετε.

σαλάτες

ΕΛΛΗΝΙΚΗ 9€

Περιλαμβάνει ντάκο Κρήτης, φυλλαράκια ρόκας, ξινομυζήθρα, ντομάτα, ελιές, αγγούρι,πιπεριά, μαϊντανό, κρεμμύδι, ρίγανη του βουνού μας και κάρπαρη.

Prosciutto 9€

Baby ρόκα, μαρούλι lollo, ντοματίνια, μαϊντανό, βινεγκρέτ μέλι, σούκα confit, flakes παρμεζάνα, prosciutto Parmas, κρουτόν με ελαιόλαδο, σκόρδο και δενδρολίβανο, ξύσμα lime.

Fitness & light 9€

Ανάμεικτη πράσινη σαλάτα με καπνιστό σολομό, μαρούλι, βινεγκρέτ μέλι, αγγούρι, μαϊντανό, άνηθο, ρόκα, πορτοκάλι, καρύδια, σταφίδες, αβοκάντο, ξύσμα πορτοκάλι.

Ceasar Σαλάτα 9€

Κρουτόν, τρυφερό μαρούλι, φρέσκα κρεμμυδάκια, τρυφερά φύλλα μαϊντανού, παρμεζάνα, κοτόπουλο.

Φρουτοσαλάτα 6€

Περιλαμβάνει φρέσκα φρούτα εποχής και flakes καρύδας.

vs μπαγκέτες φρεσκοψημένες

Κρητική 5€

Μπαγκέτα σίκαλης, ξινομυζήθρα, ντομάτα, αγγούρι, πιπεριά, μαϊντανό, ρίγανη και ελαιόλαδο.

Prosciutto 5€

Panino Romana με προσούτο Πάρμας, κρητική μυζήθρα, ρόκα, σγουρό μαρούλι, ντομάτα και πέστο βασιλικού.

Fitness & light 5€

Πολύσπορη μπαγκέτα, σολομός φιλέτο, μαρούλι, αβοκάντο, ρόκα, άνηθος, δροσερό αγγουράκι.

Σάντουιτς Santo Αυγό 8€

Αυγό, μπέικον, σως, μαρούλι, ντομάτα, τυρί τσένταρ.

Σάντουιτς Santo Κοτομπουκιές 8€

Κοτομπουκιές, τσένταρ, κρεμμύδι, ντομάτα, μαρούλι, μαϊντανός, κέτσαπ.

Σάντουιτς Santo Μπιφτέκι 8€

Μπιφτέκι, τσένταρ, κρεμμύδι, ντομάτα, μαρούλι, μαϊντανός, κέτσαπ.

Κοτομπουκιές με baby πατάτες 8€

Club Sandwich baby πατάτες με μυρωδικά 9€

Pinsa Romana

Pinsa Romana Caprece 9€

Polpa ντομάτας, μοτσαρέλα, ντοματίνια, βασιλικός, δενδρολίβανο, ρόκα, μυρωδικό ελαιόλαδο σκόρδου.

Pinsa Romana Prosciutto 9€

Polpa ντομάτας, μοτσαρέλλα, prosciutto, ντοματίνια, φρέσκα μανιτάρια, ρόκα και λευκό τυρί Κρήτης.

Pinsa Romana Salsiccia (πικάντικο λουκάνικο) 9€

Με ντομάτα, μοτσαρέλα, φρέσκο πικάντικο λουκάνικο, μανιτάρια, βασιλικό, αρωματικό λάδι σκόρδου και flakes παρμεζάνας.

Pasta

Κρητική μακαρονάδα με μοναδικά υλικά Κρήτης 10€

Σκιουφιχτά με ξινομυζήθρα ντοματίνια και κόκκινη σάλτσα

Λιγκουίνι με σολομό και πέστο αβοκάντο 10€

Καρμπονάρα Ιταλική με αυγό 10€

Νουντλς με γαρίδες και λαχανικά 10€

Burger Αγέρας

και baby πατάτες με μυρωδικά 9€

Μπιφτέκι με 100% μοσχαρίσιο κιμά.

Περιλαμβάνει τυρί τσένταρ, μπέικον, ντομάτα, μαρούλι, κέτσαπ, μαγιονέζα και τουρσί αγγούρι.

Vegan Burger Αγέρας

και baby πατάτες με μυρωδικά 9€

Μπιφτέκι φυτικής βάσης με κρητικό ελαιόλαδο ντομάτα, μαρούλι, αβοκάντο και τουρσί αγγούρι.

Soufflé σοκολάτας με παγωτό 8€

Cheesecake φράουλας με παγωτό κρέμα 8€

Μηλόπιτα με παγωτό 8€

Παγωτά 2.5€ η κάθε μπάλα, με πολλές γεύσεις

Milkshakes 7€

Φράουλα - Βανίλια ή Μπανάνα - Σοκολάτα