

APERITIVO

lakook

Empresa social de CEA(R)

ÍNDICE

• NUESTRO PROYECTO	3
• QUÉ OFRECEMOS	4
• QUÉ ES APERITIVO	5
• APERITIVO 1	6
• APERITIVO 2	8
• APERITIVO BEBIDAS	10
• PERSONALIZA TU MENÚ	
• ALÉRGENOS	12
• CONDICIONES	13
• CONTACTO	15





SOBRE NUESTRO PROYECTO

lakook es la marca comercial de Causas CEAR SL, empresa social promovida por la Comisión Española de Ayuda al Refugiado, CEAR, que lleva más de 40 años defendiendo el derecho de asilo y los derechos humanos, promoviendo el desarrollo integral de las personas refugiadas que vienen huyendo de conflictos bélicos o de violación de DDHH, solicitantes de asilo, apátridas y migrantes con necesidad de protección internacional y/o en riesgo de exclusión social.

lakook, empresa social de CEA(R) tiene como objeto la integración social y laboral de las personas objetivo de la entidad. En **lakook**, empresa social de CEA(R), ayudamos a las personas refugiadas que han huido de sus países a construir un nuevo futuro, proporcionándoles a través de la cocina un medio para integrarse social y laboralmente en España.

Así nace un catering diferente, que se adapta a cualquier tipo de evento con una oferta de deliciosos platos provenientes de todos los lugares del mundo y con un marcado sabor a solidario. Nuestra propuesta busca traer los sabores y las emociones de los países de origen de las personas protagonistas del proyecto, buscando las raíces y esencias de cada plato.

lakook, empresa social de CEA(R) cuenta con más de 100 personas en el equipo, de más de 30 nacionalidades diferentes, donde el 80% vienen de diferentes itinerarios de integración dentro de la entidad.

REFUGIO

QUÉ OFRECEMOS

Disponemos de un servicio de Catering para eventos, **social, sostenible, multicultural y delicioso.**

Practicamos criterios de sostenibilidad en nuestras compras y gestión de residuos, apostamos por el comercio justo y productos de cercanía, introducimos productos procedentes de agricultura ecológica en nuestras propuestas y apostamos por una cocina saludable. Reducimos el uso de plásticos y desechables, y en su caso, 100% biodegradables.

El resultado, una propuesta gastronómica deliciosa y sorprendente con platos procedentes de todo el planeta.

Realizamos servicios para **Pausas Café, Brunch, Aperitivos, Cócteles, Almuerzo, Lunch Box, Eventos singulares** y **Food Truck** en festivales y eventos especiales.

DESCUBRE NUESTROS

SABORRES





QUÉ ES APERITIVO

Un aperitivo en un servicio de catering sencillo, en el que la bebida es protagonista, con piezas de comida de uno o dos bocados para acompañar. Usualmente se ofrece en el intermedio de una **formación, reunión, jornada o congreso.**

Un ejemplo de aperitivo sería en el intermedio o al finalizar un encuentro o jornada, donde las personas asistentes salen a compartir un espacio de interrelación y networking, mientras están degustando una bebida y con una selección de productos del mundo.

La duración es de aproximadamente **40 minutos**, los comensales están de pie y el servicio de comida y bebida en mesas, tipo bufé, con servicio de camareros/as para servir en barra. Se encontrarán mesas de apoyo por todo el espacio. Este servicio se ofrecerá, por norma general, entre las 12:00 y las 14:00 o entre las 18:00 y 20:00.

La oferta gastronómica serán piezas frías, de uno o dos bocados, siempre de elaboración propia y con productos de cercanía, frescos y primando la producción ecológica.

En cuanto a las bebidas, contaremos con Vinos tintos y blancos, de denominaciones de origen de proximidad, cervezas, así como una selección de aguas saborizadas con sabor saludable e internacional.



APERITIVO 1

- A. Falafel de remolacha con pepino, menta y salsa tarator**
Pincho de falafel de remolacha con pepino y salsa de sésamo y limón
- B. Fatayer libanés** 🌾 🌿 🥚
Empanada libanesa de espinacas con piñones y sumac
- C. Arancini de arroz con champiñones, queso y zaatar** 🌾 🥚 🥛 🌿
Croqueta de arroz con champiñones, queso parmesano y zaatar
- D. Mini pastela de pollo marroquí** 🌾 🥚
Mini pastela marroquí rellena de pollo espolvoreada con canela
- E. Mini pita de reina pepiada** 🌾 🥚
Pan de pita relleno de pollo con aguacate y mayo de ajo
- F. Tabla de Jamón y Queso** 🌾 🥚
Tabla de jamón ibérico cortado a cuchillo y quesos manchegos
- G. Mini quiche ricotta, tomate cherry, pesto y nueces** 🌾 🥚
Mini quiche salada de ricotta, tomate cherry, pesto y nueces tostadas
- H. Pan de queijo con tapenade de aceitunas** 🥚
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con crema de queso fresco libanés (labneh)
- I. Naan de pastrami** 🌾 🥚 🌿 🥛 🌿
Pan plano tipo naan con rúcula y mayo de alcaparras

Sugerencias y opciones en la próxima página.

Mundo Árabe



Mundo Árabe



Internacional

Mundo Árabe

Latinoamérica

Internacional

Internacional



Internacional



Asia Central



APERITIVO 1

Sugerencias y opciones de menús:

OPCIÓN 1 (5 referencias): A + B + C + D + E

Precio calculado para 50 personas: 17,80 €

Precio calculado para 100 personas16,75 €

OPCIÓN 2 (7 referencias): A + B + C + D + E + F + G

Precio calculado para 50 personas:21,10 €

Precio calculado para 100 personas20,05 €

OPCIÓN 3 (9 referencias): A + B + C + D + E + F + G + H + I

Precio calculado para 50 personas:23,90 €

Precio calculado para 100 personas22,85 €

- *El precio incluye comida (en bufé), bebida por tiempo contratado (con servicio), vajilla, mobiliario y transporte.*
- *El precio puede variar en función al número de personas y opciones elegidas. Solicita tú presupuesto.*
- *Iva 10% no incluido.*



APERITIVO 2

- A. Fatayer tinga de pollo** 🌾🌿
Empanada libanesa rellena de tinga de pollo y crema agria
- B. Falafel con salsa tarator** 🌿
Pinchos de falafel casero con salsa de tahini, zumo de limón y pimienta negra
- C. Coxinhas yuca y plátano macho** 🌾🌿
Bolitas de yuca y plátano macho con salsa de tamarindo y chipotle
- D. Mini spanakópita de queso, nueces y pera** 🌾🥥🥑
Mini hojaldres de masa philo con nueces, queso, pera y limón en salmuera
- E. Mini pita de Salatet Aswad** 🥥🌿🌿
Pan de pita relleno de berenjena yogur y crema de cacahuete
- F. Tabla de Jamón y Queso** 🌾🥚
Tabla de jamón ibérico cortado a cuchillo y quesos manchegos
- G. Mini quiche shakshouka libanesa** 🌾🥚
Mini quiche salada de shakshouka libanesa
- H. Naan de roastpork de presa ibérica con romesco**
Pan plano tipo naan con presa ibérica asada, romesco y escalivada
- I. Pan de queijo con labneh** 🥚🌿
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con crema de queso fresco libanés (labneh)

Sugerencias y opciones en la próxima página.

Mundo Árabe

Mundo Árabe



Latinoamérica



Internacional

Mundo Árabe



Internacional

Mundo Árabe



Internacional

Mundo Árabe



APERITIVO 2

Sugerencias y opciones de menús:

OPCIÓN 1 (5 referencias): A + B + C + D + E

Precio calculado para 50 personas: 17,80 €

Precio calculado para 100 personas 16,75 €

OPCIÓN 2 (7 referencias): A + B + C + D + E + F + G

Precio calculado para 50 personas: 21,10 €

Precio calculado para 100 personas 20,05 €

OPCIÓN 3 (9 referencias): A + B + C + D + E + F + G + H + I

Precio calculado para 50 personas: 23,90 €

Precio calculado para 100 personas 22,85 €

- *El precio incluye comida (en bufé), bebida por tiempo contratado (con servicio), vajilla, mobiliario y transporte.*
- *El precio puede variar en función al número de personas y opciones elegidas. Solicita tú presupuesto.*
- *Iva 10% no incluido.*



APERITIVO

BEBIDAS

Todas nuestras propuestas de **APERITIVO** contarán con las siguientes bebidas:

- **Vino Tinto La viña de Ayer**
Garnacha D.O. Cebreros Bodegas Soto y Manrique
- **Vino Blanco Entre Silencios**
Cooperativa de Arganda D.O. Vinos de Madrid
- **Aguas saborizadas caseras (opcional Refrescos)**
Infusión de karkadhé frío y té moruno
- **Cervezas**
Botellines con alcohol y 0,0 (opción sin gluten bajo pedido)
- **Agua en jarra**
Más ecológico



APERITIVO

BEBIDAS

Puedes añadir a tu pedido cualquiera de esta selección de bebidas:

- **Cervezas artesanas**
Bailandera IPA, Bailandera Trigo,
Bailandera Fruta de la Pasión
- **Kombucha**
Variedad de kombuchas de sabores
- **Agua Mineral**
En envase reciclado



PERSONALIZA TU MENÚ

- **Tabla de Jamón y Queso**  
Tabla de jamón ibérico cortado a cuchillo y quesos manchegos
- **Tabla de queso**  
Tabla de queso manchego bio con frutos secos
- **Tabla de jamón** 
Tabla de jamón ibérico cortado a cuchillo
- **Patata a la huancaína**   
Papa canaria arrugá con salsa peruana de ají amarillo
- **Falafel con salsa tarator** 
Pinchos de falafel casero con salsa de tahini, zumo de limón y pimienta negra
- **Poke de salmón**    
Dados de salmón marinado con mango
- **Batata harra**
Papa canaria arrugá con mojo de cilantro, ajo y perejil al estilo libanés
- **Causa Limeña**  
Mini pastel de patata, ají amarillo y ventresca de bonito
- **Zaalouk de berenjenas** 
Ensalada de berenjenas marroquí con salmón ahumado de Madarcos
- **Totopos**
Totopos con guacachile y pico de gallo

Internacional

Internacional

Internacional

Latinoamérica

Mundo Árabe

Asia Oriental

Mundo Árabe

Latinoamérica

Mundo Árabe

Latinoamérica



PERSONALIZA TU MENÚ

- **Pisto mexicano**    
Pisto mexicano con chipotle, cilantro y huevo de codorniz
- **Papa arrugá** 
Papa canaria arrugá con mojo picón y mojo de cilantro
- **Papas rellenas colombianas**
Croqueta de papa rellena de carne especiada
- **Brocheta de champiñones rellenos de feta y zaatar**
Brocheta de champiñones rellenos de queso feta y zaatar
- **Brocheta de lacón, patata y aceite de harissa**
Brocheta de lacón gallego con patata y aceite picante de harissa
- **Coxinhas yuca y plátano macho**  
Bolitas de yuca y plátano macho con salsa de tamarindo y chipotle
- **Falafel de remolacha con pepino, menta y salsa tarator**
Pincho de falafel de remolacha con pepino y salsa de sésamo y limón
- **Mini pastela de pollo marroquí**  
Mini pastela marroquí rellena de pollo espolvoreada con canela
- **Min spanakópita de champiñones**   
Mini hojaldres de masa philo con champiñones, cebolla caramelizada y tomillo
- **Mini spanakópita de queso, nueces y pera**    
Mini hojaldres de masa philo con nueces, queso, pera y limón en salmuera
- **Arancini de arroz con champiñones, queso y zaatar**     
Croqueta de arroz con champiñones, queso parmesano y zaatar

Latinoamérica



Internacional



Latinoamérica

Internacional



Internacional

Latinoamérica



Mundo Árabe



Mundo Árabe

Internacional
















Internacional



Internacional

PERSONALIZA TU MENÚ

- **Tequeños maiz sin gluten** 
Tequeños de maiz sin gluten
- **Hummus con pan de pita crujiente**  
Hummus casero, ternera con piñones, limón encurtido y pan de pita crujiente
- **Labneh con pan de pita crujiente**   
Queso fresco a base de yogur con tomate confitado, sésamo, migas de zaatar y pan de pita crujiente
- **Muhammara con pan de pita crujiente**  
Crema siria de pimientos asados con nueces, melaza de granada y picos de pan crujiente
- **Trio de mezze con pan de pita crujiente**   
Nuestros clásicos Hummus, Muhamara y Labne, acompañados de pan de pita crujiente
- **Fatayer libanés**   
Empanada libanesa de espinacas con piñones y sumac
- **Manoushe con zaatar (entrepan)**  
La pizza libanesa con aceite de oliva, zaatar, parmesano y rúcula
- **Manoushe con hummus (entrepan)**  
La pizza libanesa con hummus casero, zanahoria, cilantro y AOVE
- **Fatayer carne especiada (entrepan)**  
Empanada libanesa rellena de carne especiada
- **Fatayer queso, maíz y jalapeños (entrepan)**   
Empanada libanesa rellena de queso, maíz y jalapeños

Latinoamérica



Mundo Árabe

Mundo Árabe



Mundo Árabe



Mundo Árabe



Mundo Árabe



Mundo Árabe



Mundo Árabe



Internacional

Latinoamérica



PERSONALIZA TU MENÚ

- **Fatayer tinga de pollo**  
Empanada libanesa rellena de tinga de pollo y crema agria
- **Fatayer tinga vegana**  
Empanada libanesa rellena de tinga de setas y zanahoria
- **Mini pita de Muhammara**  
Pan de pita relleno de crema siria de pimientos asados con nueces y melaza de granada
- **Mini pita de frijoles queso feta y coleslaw**  
Pan de pita relleno de frijoles refritos con queso feta y ensalada de col
- **Mini pita de reina pepiada**  
Pan de pita relleno de pollo con aguacate y mayo de ajo
- **Mini pita de Salatet Aswad**    
Pan de pita relleno de berenjena yogur y crema de cacahuete
- **Mini pita de tinga**  
Pan de pita relleno de tinga de carne de pollo desmechada con chile chipotle y especias
- **Mini pita sabij** 
Pan de pita relleno de berenjena frita, huevo duro, chermula y salsa tarator
- **Mini quiche de setas, espárragos y chipotle**  
Mini quiche salada de setas, espárrago triguero, chile chipotle y quesos
- **Mini quiche escalivada**  
Mini quiche salada de escalivada de verduras con sardina ahumada
- **Mini quiche pisto mexicano (entrepán)**     
Mini quiche salada de pisto mexicano con chipotle y cilantro

Latinoamérica

Latinoamérica

Mundo Árabe

Latinoamérica

Latinoamérica

Mundo Árabe

Latinoamérica

Mundo Árabe

Internacional

Internacional

Latinoamérica



PERSONALIZA TU MENÚ

- **Mini quiche ricotta, tomate cherry, pesto y nueces**   
Mini quiche salada de ricotta, tomate cherry, pesto y nueces tostadas
- **Mini quiche shakshouka libanesa**  
Mini quiche salada de shakshouka libanesa
- **Naan de labneh con tomate seco, kalamata y menta**   
Pan plano tipo naan con queso fresco libanés, tomate seco y aceitunas
- **Naan de pastrami**      
Pan plano tipo naan con rúcula y mayo de alcaparras
- **Naan de pollo mushakan** 
Pan plano tipo naan con pollo marinado al estilo palestino
- **Naan de roastpork de presa ibérica con romesco** 
Pan plano tipo naan con presa ibérica asada, romesco y escalivada
- **Naan de shawarma**   
Pan plano tipo naan con salsa de tamarindo, chipotle y rúcula
- **Naan sabij**   
Pan plano tipo naan con berenjenas fritas huevo duro y salsa de sésamo
- **Naan sabij vegana** 
Pan plano tipo naan con berenjenas fritas y salsa de sésamo
- **Pan de queijo con dulce de leche** 
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con dulce de leche
- **Pan de queijo con dulce de guayaba** 
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con dulce de Guayaba

Internacional



Mundo Árabe

Mundo Árabe



Asia Central

Mundo Árabe

Internacional

Mundo Árabe

Mundo Árabe



Mundo Árabe



Latinoamérica



Latinoamérica



PERSONALIZA TU MENÚ

- **Pan de queijo con labneh** 🥛 🌿
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con crema de queso fresco libanés (labneh)
- **Pan de queijo con muhammara** 🥛 🌿
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con muhammaraa
- **Pan de queijo con romesco** 🥛 🌿
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con romesco
- **Pan de queijo con tapenade de aceitunas** 🌿 🥛
Pan de harina de yuca y queso típico de Brasil con tapenade de aceitunas
- **Pan de queijo con tomate seco y aceitunas de kalamata** 🌿 🥛
Pan plano tipo naan con salsa de tamarindo, chipotle y rúcula
- **Baklava de pistacho** 🌿 🥛 🌿
Dulce árabe a base de capas de masa philo y frutos secos en almíbar de agua de azahar
- **Mini brocheta de frutas** 🌿
Frutas variadas en brocheta con albahaca y ralladura de lima
- **Macedonia de frutas con selou marroquí** 🌿 🥛 🌿
Fruta de temporada con almíbar de pimienta rosa y tierra de sésamo y cacao
- **Mini tartaleta tatin de manzana, pera y semillas de hinojo**
Mini tartaleta tatín con manza y pera caramelizada e hinojo

Mundo Árabe



Mundo Árabe



Internacional



Internacional



Mundo Árabe

Mundo Árabe



Internacional



Mundo Árabe



Internacional





GLUTEN



HUEVO



CRUSTACEOS



PESCADO



FRUTOS SECOS



APIO



LACTEOS



MOSTAZA



SULFITOS



MOLUSCOS



SOJA



SÉSAMO



ALTRAMUCES



CACAHUETES



VEGETARIANO



VEGANO

CONDICIONES

1. El presupuesto incluye el equipo de camareros necesario para un servicio TIPO BUFÉ. Se contará con una barra de apoyo para el servicio de la bebida y una serie de mesas auxiliares para la comida.
2. Incluido servicio de mesas bajas para bufé y barra de bebidas, en el concepto MOBILIARIO. No están incluidas mesas altas o cualquier otro mobiliario que no se haya acordado antes entre las partes y esté especificado en este presupuesto.
3. El montaje del servicio se realizará inmediatamente antes de la hora contratada, y el desmontaje, justo después. Si necesita que el servicio sea montado antes o desmontado después, es necesario comunicarlo y se presupuestará a parte.
4. Los responsables del servicio valorarán la realización de una visita previa para comprobar la adecuación del lugar donde se celebrará el servicio. No será necesario si es para servicios pequeños o centros ya conocidos.
5. Cualquier modificación en el menú o en el número de asistentes se realizará como máximo 4 días LABORABLES antes de la fecha del servicio.
6. Será necesario confirmación por email con al menos una semana de antelación, salvo excepción acordada previamente.



CONDICIONES

7. FORMA DE PAGO:

7.1. Un 50% con 4 días de antelación a la celebración del servicio, en el momento de la confirmación.

7.2. 50% restante a la fecha de realización del servicio”Para duraciones mayores a ésta se acordarán y presupuestarán previamente.

Las duraciones mayores a 50 min. variarán las condiciones del presupuesto y se incluirán en la factura final en concepto de gasto de personal.

8. En el caso de que el servicio se suspenda con posterioridad a la confirmación y el pago del 50%, Lakook Catering podrá retener las cantidades aportadas en función al coste de materias primas comprometidas.
9. El servicio tendrá una duración de 40 minutos desde la hora acordada. Para duraciones mayores a ésta se acordarán y presupuestarán previamente. Las duraciones mayores a 50 min. variarán las condiciones del presupuesto y se incluirán en la factura final en concepto de gasto de personal.
10. Este presupuesto incluye una variación en la hora acordada de comienzo de hasta 30 minutos. Los retrasos de más de 30 minutos variarán las condiciones de este presupuesto y se incluirán en la factura final en concepto de gasto de personal.
11. El servicio incluye barra libre de las bebidas indicadas en menú, calculadas para el número de personas y tiempo estimado del evento. La bebida no consumida deberá retornar a la empresa.
12. Cualquier modificación de estas condiciones deberá ser pactada con anterioridad a la fecha de cierre de asistentes (4 días).



lakook

Empresa social de CEA(R)

CONTACTO

📷 @lakook_cc

✉️ catering@lakook.es

📞 91 529 58 79 / 681 39 91 08