

MENU



OUR DISHES ARE COOKED WITH TRADITIONAL, CRETAN RECIPES (A LOT OF OLIVE OIL & GOAT MILK) SIMPLE, PURE FLAVORS REFERRING TO THE TASTING OF OUR ANCESTORS!

FOR VEGETARIAN
FOR VEGAN



© 2024 THEA

<https://eleasthea.gr>

SALADS

Eleas thea	8,50€
Gruyere, lettuce, spinach, olive oil, arugula,beetroot leaves, cherry tomatoes, olives, pepper, carob,flour rusks, caramelized orange, walnut & balsamic	
Cretan	8,00€
Mizithra,tomato,cucumber,olives, pepper,onion,olive oil,purslay, rusks & vinegar	
Panspermia	7,50€
Minoan salad with chickpeas, beans, groats, spring onion & parsley	
Koumariani	7,50€
Lettuce,spinach,arugula,fig, raisin & rusk.Garnished with mustard, honey, lemon & sesame	
Local greens	7€

APPETIZERS

Bread	1,50€
Fresh & Hot,with sourdough,made from us	
Various olives	4,00€
Salted olives (seasoned with salt),“neratsolies” (in salt water with lemon) & “kalamon”	
Dakos	6,00€
Cretan rusk,black olives,tomato,olive oil, oregano & mizithra	
Saganaki	9,00€
Cretan gruyere with carob flower & sunflower seeds	
Grilled vegetables	7,50€
Zucchini,aubergines,pepper,mushrooms	
Zucchini blossoms	7,50€
stuffed with rice & aromatic herbs, served with yogurt	
Zucchini balls	6,50€
Greated zucchini,egg,onion,mint & flour	
Mashed Fava beans	6,00€
with olive oil, onions,parsley, cherry tomatoes & olives,served cold	
French fries	4,50€
Staka	7,50€
Traditional recipe from local milk cream cooked in skillet with little flour	
Staka with eggs	9,50€
Chicken pie	12,00€
Chicken,peppers,mushrooms & various cheeses	
Meat pie	14,00€
Lamb meat & cheese	
Fried flogera	7,50€
Crust sheet with cheese,mizithra & smoked pork	

SAVORY DIPS

Tzatziki	4,50€
Yogurt,cucumber,garlic & olive oil	
Spicy cheese mix with avocado	6,50€
Avocado,mizithra,lemon,bukovo,garlic, olive oil	
Aubergine salad	5,50€
Puree of aubergines,yogurt, garlic & olive oil	

CHEESES

Zilokoupi	7,50€
Soft goat cheese with olive oil, mint & lemon (our production)	
Mizithra	5,50€
Soft goat cheese with olive oil & oregano (our production)	
Feta	5,50€
from sheep milk with olive oil & oregano (our production)	
Cretan Gruyere	9,00€

CRETAN TRADITIONAL DOUGH

Marathopita	4,50€
Pie with fennel & onion	
Kalitsounia 5pcs	
•Mixed with	7,50€
soft cheese “tiromalama” & spinach	
•With Wild greens	6,00€
•With Soft Cheese	8,00€
•Fried	7,00€
With Mizithra & honey	

MEAT DELICACIES

Fried chicken meat	10,50€
with feta cheese & thyme	
Pancetta	12,00€
of smoked pork	
Sausages	6,50€
Smoked with minced pork	
Lamb’s liver	7,50€
Fried in olive oil, flavored with thyme & balsamic	

TRADITIONAL DISHES

Beef in clay pot	15,00€
with colorful peppers,mushrooms, cheese & auberines,baked in clay pot	
Meatballs	12,00€
in tomato sauce,from mixed goat minced meat & less beef.Served with “Chilopites”(Cretan traditional pasta)	
Lamb sizzling in olive oil	13,00€
Served with french fries	
Chestnuts stew	9,50€
Goat belly	11,00€
Wrapped belly with intestines	
Moussaka	10,50€
with potato,aubergine,organic soya & crème from soya & almond milk	
Boureki	8,50€
Potatoes,zucchini, “mizithra”, oil & herbs	
Xinohodros	8,00€
Sour couscous with mushrooms	
Rabbit	13,00€
in wine sauce cooked in the pot, served with French fries	
Pork	13,00€
with balsamic & mushrooms	
Cretan Carbonara	13,00€
“Skioufikta” traditional as spaghetti with staka,apaki & gruyere	
Stew Snails	8,50€
with vinegar & rosemary	
Cuttlefish	15,00€
with olives & fennel	

ON GRILL

Pork Steak	10,00€
Burger	11,50€
from goat meat	
Chicken fillet	11,00€
“Mpeloniasto”	20,00€
Grilled veal(big souvlaki) with mushrooms sauce,served with grilled vegetables	
Mixed grill variety	

Small	24€
chicken fillet, pork pancetta, sausage, burger & French fries	
Large	42€
1 chicken fillet, 1 pork steak, 2 pancetta, 2 sausages, 2 burgers & French fries	
Lamb chops	330gr portion 13,00€ 1 kg 35,00€

Let us know in advance if you want to try our “antikristo lamb” or “antikristi pancetta”!

SOFT DRINKS

Temenia	2,00€
Beeral,gazoz,soda,orange, fanta blue,lemonade,sparkling water	
Iced tea	2,50€
Lemon/Peach	
Green cola	2,50€
Sparkling water 1L	3,50€
Mineral Water 1L	1,00€
«Nera Kritis»	

BEERS

Charma Chania	
fresh draft beer	
250ml	3,50€
400ml	5,00€
Jug 1L	10,00€
Rethymniaki	330ml 4,80€
Organic beer,filtered, non-pasteurized & naturally cloudy	
Mythos	500ml 4,00€
Fix	500ml 4,00€
Fix Anef	500ml 4,00€
(alcohol free)	

WINES

Red Romeiko		
Old,Cretan variety		
Red Variantal		
(Cabernet, Merlot & Syrah)		
White Moschato Semi-dry		
1L	1/2L	1/4L
9,00€	5,00€	3,00€
MArouvas Aged,Romeiko wine		
1L	1/2L	1/4L
10,00€	6,00€	4,00€
Retsina Chania 500ml		5,00€

SPIRITS

Raki	250ml	5,00€
Rakomelo	200ml/500ml	7,00€/12,00€
Oyzo	Tyrnavou/Plomari 200ml	10,00€
Tsipouro	Tyrnavou 200ml	11,00€
Liquer	200ml/500ml	7,00€/12,00€
“Stalia” Mastic		
Liquer	200ml/500ml	7,00€/12,00€
“Stalia” Bitter	almond	

"PLEASE INFORM THE ESTABLISHMENT STAFF OF ANY ALLERGIES OR INTOLERANCES YOU MAY HAVE, OUR MENU MAY (OR IS LIKELY TO) CONTAIN TRACES OF ALLERGENIC SUBSTANCES." .

THE CONSUMER IS NOT OBLIGED TO PAY, IF THE NOTICE OF PAYMENT IS NOT RECEIVED (RECEIPT-INVOICE).

GENERAL MANAGER
GEORGIOS GOUMENAKIS



https://eleasthea.gr

ΤΟΥ ΠΕΡΒΟΛΙΟΥ

Ελαίας θέα	8,50€
Γραβιέρα,μαρούλι,παντζαρόφυλλα,ρόκα σπανάκι,λάδι,ντοματίνια,πιπεριά,ελιές,ντακάκια από χαρουπάλευρο,καραμελωμένο πορτοκάλι, καρύδια και βαλσάμικο	
Κρητική	8,00€
Μυζήθρα,ντομάτα,αγγούρι,κρεμμύδι,ελιές,πιπεριά,ελαιόλαδο,γλυστρίδα,ντακάκια & ξύδι	
Σαλάτα Πανσπερμία	7,50€
Ρεβύθια,φασόλια,πλιγούρι,ψιλοκομμένο κρεμμυδάκι,φρεσκοκομμένος μαϊντανός	
Κουμαριανή	7,50€
Μαρούλι, σπανάκι, ρόκα, σύκο, σταφίδα και κρίθινο παξιμάδι. Γαρνιρισμένη με μoustάρδα, μέλι, λεμόνι, και σουσάμι	
Βλήτα	7€

ΤΗΣ ΟΡΕΞΗΣ

Ψωμί	1,50€
Ζεστό,μόνο με προζύμι, φτιαγμένο από εμάς	
Διάφορες ελιές	4,00€
Αλατοελιές(παστωμένες με αλάτι),Νερατσολιές (μέσα σε αλατόνερο με λεμόνι)& Καλαμών	
Ντάκος	6,00€
Κρητικό παξιμάδι,ελιές φρεσκοτριμμένη ντομάτα,ελαιόλαδο,ρίγανη & μυζήθρα	
Σαγανάκι	9,00€
Κρητική γραβιέρα,με νιφάδες καλαμποκιού & λιώσπορους	
Ψητά λαχανικά	7,50€
Κολοκύθι,μελιτζάνα,πιπεριά & μανιτάρια	
Κολοκυθοανθοί	7,50€
Λουλούδια από γλυκοκολοκύθα γεμισμένα με ρύζι & μυρωδικά, σερβιρισμένοι με γιαούρτι	
Κολοκυθοκεφτέδες	6,50€
Τριμμένο κολοκύθι,αυγό,κρεμμύδι,δυσόσμος & αλεύρι	
Φάβα	6,00€
με ψιλοκομμένα ντοματίνια,κρεμμύδι,ελιές & μαϊντανό.Σερβίρεται κρύα	
Πατάτες τηγανητές	4,50€
Στάκα	7,50€
Άνθος γάλακτος ψημένος στο τηγάνι με λίγο αλεύρι	
Στάκα με αυγά	9,50€
Κοτόπιτα	12,00€
Κοτόπουλο,πιπεριές,μανιτάρια & ποικιλία τυριών	
Κρεατόπιτα	14,00€
Αρνίσιο κρέας με τυρομάλαμα	
Φλογέρα τηγανητή	7,50€
Φύλλο κρούστας με τυρί,μυζήθρα & καπνιστό χοιρινό	

ΚΑΤΙ ΝΑ ΓΛΙΣΤΡΑΕΙ

Τζατζίκι	4,50€
Γιαούρτι,αγγούρι,σκόρδο & ελαιόλαδο	
Καυτερή με αβοκάντο	6,50€
Αβοκάντο,μυζήθρα,λεμόνι,μπούκοβο,σκόρδο & ελαιόλαδο	
Μελιτζανοσαλάτα	5,50€
Μελιτζάνες,γιαούρτι,σκόρδο & ελαιόλαδο	

ΤΟΥ ΒΟΣΚΟΥ

Ζιλοκούπι	7,50€
Μαλακό τυρί από γάλα κασίκας με δυσόσμο & λεμόνι (παραγωγής μας)	
Μυζήθρα	5,50€
από κασικίσιο γάλα (παραγωγής μας)	
Φέτα	5,50€
από πρόβειο γάλα	
Γραβιέρα Κρήτης	9,00€

ΜΕ ΤΟ ΞΥΛΙΚΙ

Μαραθόπιτα	4,50€
με μάραθο & κρεμμύδι	
Καλιτσούνια 5τμχ	
•Ανάμεικτα	7,50€
με τυρομάλαμα & σπανάκι	
•Με αγριόχορτα	6,00€
•Μαλακερά	8,00€
•Τηγανητά	7,00€
με μυζήθρα & μέλι	

ΚΡΕΑΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

Τηγανιά κοτόπουλο	10,50€
με φέτα & θυμάρι	
Πανσέτα	12,00€
χοιρινή καπνιστή	
Λουκάνικα	6,50€
Καπνιστά από χοιρινό κιμά	
Συκώτι αρνίσιο	7,50€
τηγανισμένο σε ελαιόλαδο, αρωματισμένο με θυμάρι & βαλσάμικο	

ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

Μοσχάρακι στο πήλινο	15,00€
με πολύχρωμες πιπεριές,τυρί,μανιτάρια & μελιτζάνες, Ψημένο στο πήλινο	
Κεφτεδάκια κοκκινιστά	12,00€
από κασικίσιο κιμά & λίγο μοσχάρι,σερβιρισμένα με χυλοπίτες	
Αρνί τσιγαριαστό	13,00€
Σερβίρεται με πατάτες τηγανητές	
Κάστανα κοκκινιστά	9,50€
Κοιλιδάκι	11,00€
Τυλιγμένη κοιλιά με έντερα αρνιού	
Μουσακάς	10,50€
με πατάτα,μελιτζάνα,βιολογική σόγια & κρέμα από γάλα σόγιας & αμυγδάλου	
Μπουρέκι	8,50€
Πατάτες,κολοκύθια,μυζήθρα,λάδι & μυρωδικά	
Ξυνόχοντρος	8,00€
με μανιτάρια	
Κουνέλι λεμονάτο	13,00€
στην κατσαρόλα,σερβιρισμένο με πατάτες τηγανητές	
Χοιρινό	13,00€
με βαλσάμικο & μανιτάρια	
Κρητική καρμπονάρα	13,00€
Μακαρόνια σκιουφιχτά με στάκα,απάκι & γραβιέρα	
Χοχλιοί μπουμπουριστοί	8,50€
με ξύδι & ροσμαρί	
Σουπιές	15,00€
με ελιές & μάραθο	

ΤΗΣ ΣΧΑΡΑΣ

Μπριζόλα χοιρινή	10,00€
Μπιφτέκι	11,50€
με κασικίσιο κιμά	
Κοτόπουλο φιλέτο	11,00€
Μπελονιαστό Μοσχάρι	20,00€
με σάλτσα μανιταριών,σερβίρεται με ψητά λαχανικά	
Ποικιλίες κρεατικών	

Μικρή	24€
Φιλέτο κοτόπουλο,πανσέτα,λουκάνικο,μπιφτέκι,πατάτες τηγανητές	
Μεγάλη	42€
1 Φιλέτο κοτόπουλο,1 μπριζόλα,2 πανσέτες,2 λουκάνικα,2 μπιφτέκια,πατάτες τηγανητές	
Παϊδάκια	330γρ.μερίδα
	1 κιλό
	13,00€
	35,00€

Μπορείτε να δοκιμάσετε το αντικριστό μας αρνί και την αντικριστή πανσέτα κατόπιν συνεννόησης!

ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ

Τεμενίων	2,00€
Μπιράλ,Γκαζόζα,Σόδα,Πορτοκαλάδα,Fanta μπλε,Λεμονάδα,Ανθρακούχο νερό	
Παγωμένο τσάι	2,50€
Λεμόνι/Ροδάκινο	
Green cola	2,50€
Ανθρακούχο νερό 1L	3,50€
Εμφιαλωμένο Νερό 1L	1,00€
«Νερά Κρήτης»	

ΜΠΥΡΕΣ

Χάρμα Χανίων	
βαρελίσια φρέσκια μύρα	
250ml	3,50€
400ml	5,00€
Κανάτα 1L	10,00€
Ρεθυμνιακή	330ml
	4,80€
Μύρα Ξανθιά,βιολογικής γεωργίας,φιλτραρισμένη,απαστερίωτη & φυσικά θολή	
Μύθος 500ml	4,00€
Φιξ 500ml	4,00€
Φιξ Άνευ 500ml	4,00€
(Χωρίς αλκοόλ)	

ΚΡΑΣΙΑ

Κόκκινο Ρωμέικο		
Παλιά ερυθρή κρητική ποικιλία		
Κόκκινο Ποικιλιακό		
(Cabernet, Merlot & Syrah)		
Λευκό Ημίξηρο Μοσχάτο		
1L	1/2L	1/4L
9,00€	5,00€	3,00€
Μαρουβάς Παλαιωμένο Ρωμέικο		
1L	1/2L	1/4L
10,00€	6,00€	4,00€
Ρετσίνα Χανίων 500ml		5,00€

ΟΙΝΟΠΝΕΥΜΑΤΩΔΗ

Τσικουδιά	250ml	5,00€
Ρακόμελο	200ml/500ml	7,00€/12,00€
Ούζο	Τυρνάβου/Πλωμαρίου	200ml
		10,00€
Τσίπουρο	Τυρνάβου	200ml
		11,00€
Λικέρ	200ml/500ml	7,00€/12,00€
“Stalia” Μαστίχα		
Λικέρ	200ml/500ml	7,00€/12,00€
“Stalia” Πικραμύδαλο		



*Ρωτήστε μας για τα γλυκά ημέρας



Ραβανί | Μιλφέιγ 5,50€

Καρυδόπιτα | Σοκολατόπιτα

Παγωτό βανίλια / σοκολάτα 3,50€

Ελληνικός καφές

Μονός

2,50€

Διπλός

3,50€

**Βιολογικά ροφήματα**

Φρέσκος χυμός πορτοκάλι 3,50€

Φρέσκος χυμός λεμόνι 3,50€

Πετιμεζιά 2,00€

*Πετιμέζι αναμειγμένο σε ένα ποτήρι κρύο νερό με πάγο, πλούσιο σε ενέργεια σίδηρο & ασβέστιο

Ένα παχύρευστο σιρόπι με ωραία γλυκιά και ελαφρώς ξινή γεύση που φτιάχνεται βράζοντας τον μούστο. Χρησιμοποιείται ως υποκατάστατο της ζάχαρης.

Κρητικά παραδοσιακά βραστάρια από τα βουνά της Κρήτης

Μαλοτήρα 3,50€

Είναι τονωτικό, διουρητικό και αποτοξινωτικό

Χαμομήλι 3,50€

Δρα ως ηρεμιστικό και βοηθάει το πεπτικό σύστημα

Μαντζουράνα 3,50€

Δρα ως χωνευτικό

Φασκόμηλο 3,50€

Ένα βότανο γνωστό από την αρχαιότητα που οι πρόγονοί μας το χρησιμοποιούσαν ως πανάκεια (ένα φάρμακο για τα πάντα)

Δίκταμο 3,50€

Για την θεραπεία του βήχα, του πονόλαιμου & του πόνου της περιόδου

**Ώρα για
ΚΟΚΤΕΙΛ**

Levanter sour 10,00€

Σιρόπι λεβάντας, χυμός
λεμόνι, ρακί, μοσχοκάρυδο,
ασπράδι αυγού

Summeraki 10,00€

Ρακόμελο, triple sec,
τόνικ

Skinos fresh 9,00€

Λικέρ μαστίχα, gin,
χυμός λεμόνι, σιρόπι ζάχαρης,
αγγούρι

Drosia 10,00€

Λικέρ πικραμύγδαλο,
χυμός λεμονιού, πετιμέζι,
prosecco

Mastihito 9,00€

Λικέρ μαστίχα, χυμός λεμόνι,
σιρόπι ζάχαρης, σόδα, φύλλα
δυόσμου

Sweet kiss 9,00€

Τσικουδιά, grenadine,
φρέσκος χυμός λεμόνιΕπιμέλεια κοκτέιλ
Χαρισάκης Παναγιώτης

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΕΝΗΜΕΡΩΣΤΕ ΜΑΣ ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ
ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ Η ΔΥΣΑΝΕΞΙΕΣ, ΤΟ ΜΕΝΟΥ ΜΑΣ ΜΠΟΡΕΙ
ΝΑ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΙΧΝΗ ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ."

Desserts



SUITABLE FOR
VEGETARIANS

<https://eleasthea.gr>



*Ask us about desserts of the day 

Ravani(syrupy coconut cake) 5,50€
Mille-feuille | Walnut pie
Chocolate pie

Ice cream vanilla/chocolate 3,50€

Greek coffee

Single 2,50€
Double 3,50€



Organic beverages

Fresh orange juice 3,50€
Fresh lemon juice 3,50€

Petimezi 2,00€

*Petimézi mixed in a glass of cold water with ice,rich in energy,iron & calcium

A thick syrup with a nice sweet & slightly sour taste made by boiling must.It is used as a substitute for sugar.

Cretan traditional herbal teas from the mountains of Crete



Malotira 3,50€
It is a tonic,diuretic & detoxifying

Chamomile 3,50€
It acts as a sedative & helps the digestive system

Marjoram 3,50€
It acts as a digestive aid

Sage 3,50€
An herb known since ancient times, which our ancestors used as a panacea (a cure-all)

Dittany 3,50€
Dittany is used in traditional medicine for the treatment of cough,sore throat & menstrual pain

Signature Cocktails



Levanter sour 10,00€
Lavender syrup,lemon juice, raki,albumen,nutmeg

Summeraki 10,00€
Rakomelo,triple sec,tonic

Skinos fresh 9,00€
Mastic Liqueur, gin,lemon juice,sugar syrup,cucumber

Drosia 10,00€
Bitter almond liqueur, lemon juice,petimezi,prosecco

Mastihito 9,00€
Mastic Liqueur,lemon juice, sugar syrup,soda,spearmint leaves

Sweet kiss 9,00€
raki,grenadine,fresh lemon juice

Cocktail curator:
Harisakis Panagiotis



PLEASE INFORM US OF ANY ALLERGIES OR INTOLERANCES YOU MAY HAVE, AS OUR MENU MAY CONTAIN TRACES OF ALLERGENIC SUBSTANCES