



ΤΟΥ ΠΕΡΒΟΛΙΟΥ

Ελαίας Θέα 9,50€
Πράσινη σαλάτα με ζιλοκούπι / γραβιέρα, ντοματίνια, πιπεριές, ελιές, ντακάκια από χαρουπάλευρο, καραμελωμένο πορτοκάλι, καρύδια & βαλσάμικο

Κρητική 9,00€
Μυζήθρα, ντομάτα, αγγούρι, ελιές, κρεμμύδι, πιπεριά, ελαιόλαδο, ντακάκια & ξύδι

Πολυσπόρια 9,00€
Μινωική σαλάτα με πλιγούρι, ρεβύθια, φασόλια, ψιλοκομμένο κρεμμυδάκι & φρεσκοκομμένο μαϊντανό

Κουμαριανή 8,80€
Πράσινη σαλάτα με λιαστή ντομάτα, σύκο, σταφίδα & κρίθινο παξιμάδι. Γαρνιρισμένη με μουστάρδα, μέλι, λεμόνι & σουσάμι

Παντζαροσαλάτα 7,90€
με ντοματίνια, καρύδι & βασιλικό



ΤΗΣ ΟΡΕΞΗΣ

Ψωμί με προζύμι & χαρούπι 1,50€
Ζεστό, φτιαγμένο από εμάς στον ξυλόφουρνο

Διάφορες ελιές 4,80€
Αλατσοελιές (παστωμένες με αλάτι), Νερατσολιές (μέσα σε αλατόνερο με λεμόνι) & Καλαμών

Ντάκος 7,00€
Κρητικά παξιμάδια, ελιές φρεσκοτριμμένη ντομάτα, ελαιόλαδο, ρίγανη & μυζήθρα

Σαγανάκι 9,50€
Κρητική γραβιέρα, με νιφάδες καλαμποκιού & λιώσπορους

Κολοκυθοκεφτέδες 7,80€
Τριμμένο κολοκύθι, αυγό, κρεμμύδι, δυόσμος & αλεύρι

Φάβα 7,40€
με ψιλοκομμένα ντοματίνια, κρεμμύδι, ελιές & μαϊντανό. Σερβίρεται κρύα

Πατάτες τηγανητές 4,80€
Κομμένες στο χέρι

Στάκα 8,50€
Άνθος γάλακτος ψημένος στο τηγάνι με λίγο αλεύρι

Στάκα με αυγά 10,00€

Φλογέρα τηγανητή 7,50€
Φύλλο κρούστας με τυρί, μυζήθρα & καπνιστό χοιρινό

... στον ξυλόφουρνο

Ψητά λαχανικά 9,20€
Κολοκύθι, μελιτζάνα, πιπεριά &μανιτάρια

Κολοκυθοανθοί 8,00€
Λουλούδια από γλυκοκολοκύθα γεμισμένα με ρύζι & μυρωδικά, σερβιρισμένα με γιαούρτι

Κοτόπιτα 13,80€
Κοτόπουλο, πιπεριές, μανιτάρια & ποικιλία τυριών

Κρεατόπιτα 15,20€
Αρνίσιο κρέας με τυρομάλαμα

ΚΑΤΙ ΝΑ ΓΛΙΣΤΡΑΕΙ

Τζατζίκι 5,00€
Γιαούρτι, αγγούρι, σκόρδο & ελαιόλαδο

Καυτερή με αβοκάντο 6,80€
Αβοκάντο, μυζήθρα, λεμόνι, μπούκοβο, σκόρδο & ελαιόλαδο

ΤΟΥ ΒΟΣΚΟΥ

Ζιλοκούπι 7,50€
Μαλακό τυρί από γάλα κασίκας με δυόσμο & λεμόνι (παραγωγής μας)

Μυζήθρα 6,20€
από κατσικίσιο γάλα (παραγωγής μας)

Φέτα 6,40€
από πρόβειο γάλα

<https://eleasthea.gr>

ΜΕ ΤΟ ΞΥΛΙΚΙ ... στον ξυλόφουρνο

Χορτόπιτα με Αλεύρι Ζέας 9,50€
Πίτα με αγριόχορτα, τυλιγμένη σε χειροποίητο φύλλο από αλεύρι Ζέας. Σερβίρεται χλιαρή

Μαραθόπιτα 4,80€
με μάραθο & κρεμμύδι

Καλιτσούνια 4τμχ
• **Ανάμεικτα** 8,00€
με τυρομάλαμα & σπανάκι

• **Με αγριόχορτα** 7,50€

• **Μαλακερά** 8,80€

• **Τηγανητά** 7,00€
με μυζήθρα & μέλι

* Τα αγριόχορτα που μαζεύουμε & χρησιμοποιούμε στις πίτες μας είναι: τσόχοι, λιβαδίτες, μελισσάκι, τσιχλάντερα, αγριόπρασο, πετροκαρυές, τσουκνίδα, μυρώνια, σέσκουλα, κρεμμύδι, πεντάνευρο, μολόχα

ΚΡΕΑΤΟΛΙΧΟΥΔΙΣΕΣ

Τηγανιά κοτόπουλο 10,50€
με πιπεριές, φέτα & θυμάρι

Λουκάνικα 8,40€
Καπνιστά από χοιρινό κιμά

Συκώτι αρνίσιο 8,50€
τηγανισμένο σε ελαιόλαδο, αρωματισμένο με θυμάρι & βαλσάμικο

ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

Χοιρινές μπουκιές με βαλσάμικο & μανιτάρια 14,50€
Σερβίρεται με πατάτες τηγανητές

Κοιλιδάκι 11,00€
Τυλιγμένη κοιλιά σε έντερα αρνιού

Κρητική καρμπονάρα 14,20€
Μακαρόνια σκιουφιχτά με στάκα, απάκι & γραβιέρα

Ξυνόχοντρος 10,50€
με μανιτάρια

Χοχλιοί μπουμπουριστοί 11,00€
με ξύδι & ροσμάρι

Σουπιές με μάραθο & ελιές 16,80€
Σερβίρεται με πατάτες τηγανητές

... στον ξυλόφουρνο

Μοσχάρακι στο πήλινο 16,40€
με πολύχρωμες πιπεριές, τυρί, μανιτάρια & μελιτζάνες,

Κεφτεδάκια με χυλοπίτες 13,00€
από κατσικίσιο & μοσχαρίσιο κιμά

Αρνί τσιγαριαστό 13,80€
Σερβίρεται με πατάτες τηγανητές

Κουνέλι στιφάδο με κάστανα 15,20€

Κουνέλι στιφάδο με πατάτες τηγανητές 13,80€

Κάστανα κοκκινιστά 9,80€

Μπουρέκι 10,00€
Πατάτες, κολοκύθια, μυζήθρα, λάδι & μυρωδικά

Φασολάκια κήπου 8,00€

ΤΗΣ ΣΧΑΡΑΣ

Μπριζόλα χοιρινή 11,80€

Μπιφτέκι 12,50€
από κατσικίσιο & μοσχαρίσιο κιμά

Κοτόπουλο φιλέτο 11,60€

Παϊδάκια
330γρ.μερίδα 14,90€
1 κιλό 44,00€

* Όλα σερβίρονται με τηγανητές πατάτες

Ποικιλία κρεατικών 38,00€
Φιλέτο κοτόπουλο, μπριζόλα, λουκάνικο, μπιφτέκι & πατάτες τηγανητές

ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ

Τεμενίων 2,30€
Cola, Μπινράλ, Γκαζόζα, Σόδα, Πορτοκαλάδα, Fanta μπλε, Λεμονάδα

Ice Cretea Μαλοτήρα 5,00€
Με ρόδι & μέλι

Ανθρακούχο νερό 330ml 3,20€

Ανθρακούχο νερό 750ml 5,00€

Εμφιαλωμένο Νερό 1L 2,00€

ΜΠΥΡΕΣ

Χάρμα Χανίων
φρέσκια βαρελίσια μύρα
250ml 3,70€
400ml 5,00€
Κανάτα 1L 12,00€

Ρεθυμνιακή βιολογική 330ml 4,80€
Μύρα ξανθιά, φιλτραρισμένη, απαστερίωτη & φυσικά θολή

Μύθος 500ml 4,80€

Φιξ 500ml 4,80€

Φιξ Άνευ 500ml 4,80€
(Χωρίς αλκοόλ)

ΚΡΑΣΙΑ

Κόκκινο Ρωμέικο
Παλιά ερυθρή κρητική ποικιλία

Κόκκινο Ποικιλιακό
(Syrah 50%, Κοτσιφάλι 25%, Λιάτικο 25%)

Λευκό Ημίξηρο Μοσχάτο
1L 11,00€
1/2L 6,00€
1/4L 4,00€

Μαρουβάς Παλαιωμένο Ρωμέικο
1L 12,00€
1/2L 7,00€
1/4L 5,00€

Ρετσίνα Χανίων 500ml 6,50€

ΟΙΝΟΠΝΕΥΜΑΤΩΔΗ

Τσικουδιά 250ml 7,50€

Ρακόμελο 250ml 8,00€

Ούζο Τυρνάβου/Πλωμαρίου 200ml 11,00€

Τσίπουρο Τυρνάβου 200ml 12,00€



ΤΑ ΦΑΓΗΤΑ ΜΑΣ ΜΑΓΕΙΡΕΥΟΝΤΑΙ
ΜΕ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ, ΚΡΗΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
(ΠΟΛΥ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ & ΑΙΓΟΠΡΟΒΕΙΟ ΓΑΛΑ)
ΑΠΛΕΣ, ΑΓΝΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ ΠΟΥ ΠΑΡΑΠΕΜΠΟΥΝ
ΣΤΗΝ ΓΕΥΣΙΓΝΩΣΙΑ ΤΩΝ ΠΡΟΓΟΝΩΝ ΜΑΣ!

MENU



FOR VEGETARIAN
FOR VEGAN



SALADS

Eleas thea	9,50€
Green salad with zilokoupi / gruyere, cherry tomatoes, peppers, olives, carob flour rusks, caramelised orange, walnut & balsamic vinegar	
Cretan	9,00€
Mizithra, tomato, cucumber, olives, pepper, onion, rusks, olive oil & vinegar	
Polisporia	9,00€
Minoan salad with chickpeas, beans, groats, spring onion & parsley	
Koumariani	8,80€
Lettuce, spinach, arugula, sun-dried tomatoes, dried fig, raisin & barley rusk. Garnished with mustard, honey, lemon & sesame	
Beetroot salad	7,90€
with cherry tomatoes, walnut & basil	



APPETIZERS

Sourdough bread with carob	1,50€
Fresh, warm & homemade, in wood-fired oven	
Variety of olives	4,80€
Salted olives (seasoned with salt), “neratsolies” (in salt water with lemon) & “kalamon”	
Dakos	7,00€
Cretan rusks, black olives, tomato, olive oil, oregano & mizithra cheese	
Saganaki	9,50€
Cretan gruyere with carob flower & sunflower seeds	
Zucchini balls	7,80€
Grated zucchini, egg, onion, spearmint & flour	
Mashed Fava beans	7,40€
with olive oil, onions, parsley, cherry tomatoes & olives. Served cold	
Fried potatoes	4,80€
hand chopped	
Staka	8,50€
Traditional recipe from local milk cream cooked in skillet with a little bit of flour	
Staka with eggs	10,00€
Fried flogera	7,50€
Crust sheet with cheese, mizithra & smoked pork	

... in wood-fired oven

Grilled vegetables	9,20€
Zucchini, aubergine, pepper & mushrooms	
Zucchini blossoms	8,00€
stuffed with rice & aromatic herbs, served with yogurt	
Chicken pie	13,80€
Chicken, peppers, mushrooms & a variety of cheese	
Meat pie	15,20€
Lamb bites & cheese	

SAVORY DIPS

Tzatziki	5,00€
Yogurt, cucumber, garlic & olive oil	
Spicy cheese mix with avocado	6,80€
Avocado, mizithra, lemon, chilli flakes, garlic & olive oil	

CHEESE

Zilokoupi	7,50€
Soft goat cheese with olive oil, spearmint & lemon (our production)	
Mizithra	6,20€
Soft goat cheese with olive oil & oregano (our production)	
Feta	6,40€
from sheep's milk with olive oil & oregano (our production)	
Cretan Gruyere	9,80€

CRETAN TRADITIONAL DOUGH PRODUCTS ... in wood-fired oven

Wild Greens Pie with Zea Flour	9,50€
Traditional pie with wild greens, wrapped in handmade phyllo from Zea (an ancient Greek wheat). Served slightly warm	
Marathopita	4,80€
Pie with fennel & onion	
Kalitsounia 4pcs (small pies)	
• Mixed with	8,00€
soft cheese “tiromalama” & spinach	
• With Wild greens	7,50€
• With Soft Cheese	8,80€
• Fried	7,00€
With Mizithra & honey	

* The wild greens we gather from our fields and use in our pies include: chicory, livadites, lemon balm, tsichladera, wild leek, wild walnut, nettle, chervil, swiss chard, onion, plantain, mallow

MEAT DELICACIES

Sautéed chicken	10,50€
with peppers, feta cheese and thyme	
Villagers' sausages	8,40€
Smoked with minced pork	
Lamb's liver	8,50€
Fried in olive oil, flavored with thyme & balsamic vinegar	

TRADITIONAL DISHES

Pork bites with balsamic vinegar & mushrooms	14,50€
Served with fried potatoes	
Lamb belly	11,00€
Belly wrapped with intestines	
Cretan Carbonara	14,20€
Traditional pasta with staka, apaki & gruyere	
“Xinohodros” with mushrooms	10,50€
Traditional recipe made from wheat & milk	
Fried Snails	11,00€
cooked in skillet with rosemary & vinegar	
Cuttlefish with fennel & olives	16,80€
Traditional recipe served with fried potatoes	

... in wood-fired oven

Beef in clay pot	16,40€
with a variety of peppers, mushrooms, cheese & aubergines	
“Chilopites” with meatballs	13,00€
in tomato sauce with mixed minced meat (80% goat & 20% beef). Served with “Chilopites” (Cretan traditional pasta)	
Lamb sizzling in olive oil	13,80€
Served with fried potatoes	
Rabbit stew with chestnuts	15,20€
Rabbit stew with fried potatoes	13,80€
Chestnuts stew	9,80€
Bourekí	10,00€
Potatoes, zucchini, “mizithra”, oil & herbs	
Green beans from our garden	8,00€

ON THE GRILL

Pork Steak	11,80€
Burger	12,50€
made with ground goat & beef	
Chicken fillet	11,60€
Lamb chops	
330gr portion	14,90€
1 kg	44,00€

* All served with fried potatoes

Mixed grill variety	38,00€
Chicken fillet, pork steak, sausage, burger & fried potatoes	

SOFT DRINKS

Temenia	2,30€
Cola, Beeral, Gazoza, Soda water, Orangeade, Fanta blue, Lemonade	
Iced Cretea mountain tea	5,00€
pomegranate & honey	
Sparkling water 330ml	3,20€
Sparkling water 750ml	5,00€
Mineral Water 1L	2,00€

BEERS

Charma Chania	
fresh draft beer	
250ml	3,70€
400ml	5,00€
Jug 1L	12,00€
Rethymniaki Organic 330ml	4,80€
Filtered, non-pasteurized & naturally cloudy	
Mythos	500ml 4,80€
Fix	500ml 4,80€
Fix Anef	500ml 4,80€
(alcohol free)	

WINE

Red Romeiko		
Old, Cretan variety		
Red Variantal		
(Syrah 50%, Kotsifali 25%, Liatiko 25%)		
White Moschato Semi-dry		
1L	1/2L	1/4L
11,00€	6,00€	4,00€
Marouvas Red, Aged, Romeiko wine		
1L	1/2L	1/4L
12,00€	7,00€	5,00€
Retsina Chania 500ml		6,50€

SPIRITS

Raki	250ml	7,50€
Rakomelo	250ml	8,00€
Oyzo Tyrnavou/Plomari	200ml	11,00€
Tsipouro Tyrnavou	200ml	12,00€



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!

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.

TURN OVER FOR MORE ►

<https://eleasthea.gr>

Τα γλυκά
της Κυρίας Κατερίνας

Ραβανί | Μιλφέιν | Καρυδόπιτα 5,50€

* Ρωτήστε μας για τα γλυκά ημέρας

Παγωτά	Ελληνικός καφές	Φρέσκα ροφήματα
Βανίλια / Σοκολάτα 4,00€ 	Μονός 2,50€ Διπλός 3,50€ 	Φρέσκος χυμός φραγκόσυκο 5,00€ Φρέσκος χυμός πορτοκάλι 3,50€ Φρέσκος χυμός λεμόνι 3,50€ Πετιμεζιά 3,00€ * 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 βραστήρια από τα βουνά της Κρήτης	Ήρα για λικέρ!
 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	 Τριαντάφυλλο (250ml) 9,00€ Ροδοπέταλα από μυρωδάτα τριαντάφυλλα, ζάχαρη & τσίπουρο Πικραμύγδαλο (250ml) 9,00€ Τσικουδιά , κουκούτσια από βερίκοκο, ζάχαρη & νερό Μαστίχα (250ml) 9,00€ Τσικουδιά, δάκρυα μαστίχας, ζάχαρη, χυμός λεμόνι & νερό Κανέλα (250ml) 9,00€ Τσίπουρο, ξυλάκια κανέλας, κανέλα, χυμός λεμόνι & νερό

Ο ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗΣ ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΥΠΟΧΡΕΩΣΗ ΝΑ ΠΛΗΡΩΣΕΙ ΕΑΝ ΔΕΝ ΛΑΒΕΙ ΤΟ ΝΟΜΙΜΟ ΠΑΡΑΣΤΑΤΙΚΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΑΠΟΔΕΙΞΗ Η ΤΙΜΟΛΟΓΙΟ

ΑΓΟΡΑΝΟΜΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΓΟΥΜΕΝΑΚΗΣ

Mrs Katerina’s
Homemade Desserts

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

*Ask us about desserts of the day

Ice cream	Greek coffee	Fresh beverages
Vanilla / Chocolate 4,00€ 	Single 2,50€ Double 3,50€ 	Fresh prickly pear juice 5,00€ Fresh orange juice 3,50€ Fresh lemon juice 3,50€ Petimezi 3,00€ *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	Homemade liqueurs
 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	 Rose (250ml) 9,00€ Fragrant roses petals, sugar & tsipouro Bitter almond (250ml) 9,00€ Raki, apricot pits, sugar & water Mastiha (250ml) 9,00€ Raki, mastic drops, sugar, lemon juice & water Cinnamon (250ml) 9,00€ Tsipouro, cinnamon sticks, cinnamon, lemon juice & water

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

GENERAL MANAGER
GEORGIOS GOUMENAKIS