

• menu •

Sem Espinhas
• PRAIA DA MANTA ROTA •



cover

- | | | |
|-------|---|--------|
| [410] | Pão regional, manteiga e azeitonas _____ | 2,25 € |
| [413] | Queijo de Azeitão _____ | 5,00 € |
| [398] | Queijo Fresco da “Serra Algarvia” _____ | 3,50 € |



para acouchejar ...

- | | | |
|-------|---|--------|
| [415] | Creme de legumes _____ Todos os dias uma sopa feita com os melhores legumes do mercado | 3,00 € |
| [417] | Sopa de Gaspacho _____ Colorida, fresca e nutritiva, as cores do verão algarvio | 3,50 € |
| [416] | A nossa sopa rica de peixe _____ A “nossa” muito especial sopa de peixe | 4,50 € |
| [418] | “Fumet” aveludado de ostras _____ Dos viveiros da Ria Formosa o verdadeiro sabor do mar | 6,00 € |



enquanto não sai...

- | | | |
|-------|--|---------|
| [400] | Melão com presunto ibérico _____ Sobre o fresco e doce melão de Almeirim, repousam finas fatias de presunto de porco preto acabado de cortar | 6,50 € |
| [401] | Cocktail de Camarão _____ Camarões da costa dispostos entre frescas folhas de alface e cobertos por molho cocktail | 7,00 € |
| [403] | Amêijoa da Ria Formosa tipo “Bulhão Pato” _____ Abertas em azeite e alho perfumados com coentros e regadas com sumo de limão | 16,00 € |
| [402] | Conquilha da “Baía de Monte Gordo” _____ Abertas com alho, azeite e coentros regadas com um fio de vinho branco | 9,50 € |
| [404] | “Carpaccio” de bacalhau _____ Finas lascas do “fel amigo” enobrecido pela rúcula selvagem e o deleite do balsâmico de coentros | 7,50 € |
| [407] | Atum à “Fábrica” _____ A velha tradição do atum da nossa terra na cozinha moderna | 5,75 € |
| [405] | Rolinhos de salmão com Ricotta _____ A perfeita simbiose entre o gélido Mar do Norte e o cálido Mar Mediterrâneo | 7,75 € |
| [406] | Mexilhão galego em vinagreta _____ Um toque de mar | 5,50 € |
| [408] | Sardinha alimada com batata-doce _____ A combinação entre a serra e o mar | 7,00 € |



as nossas saladas...

- [420] **Salada de camarão** _____ 10,00 €
Mistura de alfaces, tomate, pepino, cenoura, cebola, camarão e molho *Cocktail*
- [421] **Salada de atum** _____ 10,00 €
Mistura de alfaces, tomate, pepino, cenoura, cebola, atum, ovo cozido e azeitonas
- [422] **Salada de galinha** _____ 10,00 €
Alface, tomate, pepino, cenoura, cebola, galinha, ananás, milho, pimentos e molho especial
- [423] **Salada de salmão** _____ 11,00 €
Mistura de alfaces, cenoura, pepino, salmão fumado, alcarraras e um suave toque de limão
- [424] **Salada Grega** _____ 11,00 €
Mistura de alface, tomate, pepino, azeitonas, queijo Feta, iogurte grego e *croutons* (pedaços de pão tostado)
- [425] **Salada César** _____ 11,00 €
Mistura de alfaces, tomate, pepino, galinha, queijo da ilha, *croutons* (pedaços de pão tostado) e molho César
- [426] **Salada “do Monte”** (Presunto ibérico, figos e queijo de cabra) _____ 12,50 €
Sobre alfaces e tomates, os gostos da nossa terra com o “rei” das frutas algarvias e o aroma alfarroba



cá da gente...

Peixe grelhado _____ ao peso/Kg

Os melhores peixes da “costa de Monte Gordo” expostos na nossa vitrina e grelhados por pescador local
Por favor consultar preço e variedade junto dos nossos colaboradores ou na vitrina

- [446] **Cataplana de peixe e amêijoas** | 2 pessoas | _____ 43,50 €
O peixe e os bivalves cozidos em cebola, tomate e pimentos, malagueta e azeite
- [444] **Arroz de lingueirão** | 2 pessoas | _____ 26,00 €
Malandrinho, feito com um estrugido de cebola e alho
- [445] **Caril de Camarão** _____ 15,00 €
Crustáceos da nossa costa regados com molho caril
- [447] **Açorda de bacalhau e gambas na carcaça** | 2 pessoas | _____ 27,00 €
O cheiro do coentro acabado de picar e os pedaços do fiel amigo
- [448] **Massinha de peixe e gambas** _____ 33,50 €
Os peixes frescos da “nossa costa” em saborosa e cremosa massa
- [442] **Bifinhos de atum grelhado com pimenta a ervas** _____ 12,50 €
O lombo do peixe enrolado em pimenta e ervas, cortado muito fino e grelhado e um “toque” agriçoce de alfarroba
- [440] **Bacalhau à Algarvia** _____ 13,50 €
Cortado em tiras enfarinhado e frito, acompanha cebola frita em azeite, batata salteada e grelos salteados
- [441] **Espetada de bacalhau** _____ 14,75 €
Pedaços de lombo do bacalhau, disposto num espeto entre camarões, acompanha grelos salteados
- [443] **Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão** _____ 13,00 €
Soltas e fofas, pataniscas do fiel amigo acompanhadas de arroz de feijão e chouriço ibérico



para quem não dispensa a carne...

- [455] **Bife com molho pimenta** _____ 14,75 €
Entrecôte de Novilho unido ao exótico paladar das pimentas da Índia
- [456] **Tornedó** _____ 19,00 €
Para quem a ida ao restaurante é sinónimo de um bom "naco" de carne
- [457] **Espetada de novilho** _____ 15,00 €
Nacos de novilho dispostos no espeto entre cubos de chouriço ibérico
- [458] **Bife da vazia** _____ 13,50 €
O *entrecôte* no seu melhor
- [459] **Prespa paleta de porco preto** _____ 16,50 €
A excelência do suculento lombo
- [460] **Costeletas de borrego** _____ 13,00 €
Finas na grelha com mousse de maçã



para os pequenos ...

- [461] **Nuggets de frango com batata frita e salada** _____ 6,50 €



as calorias que sabem bem...

- [625] **"Panacotta" de frutos silvestres** _____ 6,50 €
- [626] **Semi-frio de manga** (com um duo de fruta da época) _____ 6,50 €
- [623] **Moca de chocolate** (com amêndoa laminada) _____ 6,50 €
- [629] **Figos "à Algarvia" em calda de citrinos** _____ 3,50 €
- [000] **Doces conventuais** _____ 4,00 €
- [617] **Dom Rodrigo** _____ 4,00 €

Obrigado pela sua visita. Esperamos vê-lo em breve.

IVA incluído à taxa em vigor
Temos livro de reclamações





couvert

- | | | |
|-------|--|--------|
| [410] | Pan regional, mantequilla y aceitunas _____ | 2,25 € |
| [413] | Queso de Azeitão _____ | 5,00 € |
| [398] | Queso fresco de la “Sierra Algarvía” _____ | 3,50 € |



para picar...

- | | | |
|-------|---|--------|
| [415] | Crema de verduras _____ Todos los días una sopa diferente con los mejores productos del mercado | 3,00 € |
| [417] | Sopa de gazpacho _____ Colorida, fresca y nutritiva, los colores del verano algarvío | 3,50 € |
| [416] | Nuestra rica sopa de pescado _____ “Nuestra” muy especial sopa de pescado | 4,50 € |
| [418] | Fumet de ostras _____ De los viveros de la Ria Formosa el verdadero sabor del mar | 6,00 € |



mientras esperas...

- | | | |
|-------|--|---------|
| [400] | Melón con Jamón Ibérico _____ Se sirven finas lonchas de jamón ibérico sobre el fresco y dulce melón acabado de cortar | 6,50 € |
| [401] | Cóctel de Gambas _____ Gambas de la costa entre frescas hojas de lechuga y cubiertas por salsa cóctel | 7,00 € |
| [403] | Almejas de la Ria Formosa al estilo <i>Bulhão Pato</i> _____ Abiertas en aceite y ajo, aromatizadas con cilantro y regadas con zumo de limón | 16,00 € |
| [402] | Coquinas de la “Bahía de Monte Gordo” _____ Abiertas en aceite de oliva, ajo y cilantro, regadas con vino blanco | 9,50 € |
| [404] | Carpaccio de bacalao _____ Finas lonchas del “ <i>fel amigo</i> ” ennoblecido por la rúcula salvaje y el balsámico de cilantro | 7,50 € |
| [407] | Atún “à Fábrica” _____ La tradición del atún de nuestra tierra en la cocina moderna | 5,75 € |
| [405] | Rollitos de salmón con <i>Ricotta</i> _____ La perfecta simbiosis entre el gélido mar del norte y el cálido mar mediterráneo | 7,75 € |
| [406] | Mejillón Gallego en vinagreta _____ Sabor a mar | 5,50 € |
| [408] | Sardina aliñada con batata (boniato) _____ Cuando la sierra y el mar se encuentran | 7,00 € |



nuestras ensaladas...

- [420] **Ensalada de langostinos** _____ 10,00 €
Mezcla de lechugas, tomate, pepino, zanahoria, cebolla, langostinos e salsa rosa
- [421] **Ensalada de atún** _____ 10,00 €
Mezcla de lechugas, tomate, pepino, zanahoria, cebolla, atún, huevo cocido y aceitunas
- [422] **Ensalada de gallina** _____ 10,00 €
Lechuga, tomate, pepino, zanahoria, cebolla, gallina, piñas, maíz, pimientos e salsa especial
- [423] **Ensalada de salmón** _____ 11,00 €
Mezcla de lechugas, zanahoria, pepino, salmón ahumado, alcaparras e limón
- [424] **Ensalada griega** _____ 11,00 €
Mezcla de lechugas, tomate, pepino, aceitunas, queso Feta, yogurt griego e croutons (pan tostado)
- [425] **Ensalada César** _____ 11,00 €
Mezcla de lechugas, tomate, pepino, gallina, croutons (pan tostado), queso de la isla e salsa César
- [426] **Ensalada "do Monte"** (Jamón ibérico, higos e queso de cabra fresco) _____ 12,50 €
Sobre lechugas, los gustos de nuestra tierra con el rey de las frutas algarvías y el aroma de la algarroba



de nuestra tierra...

Pescado a la parrilla _____ al peso/Kg

Los mejores pescados de la "costa de Monte Gordo" en nuestro escaparate, asados por un pescador local.
Por favor, consulte precio y variedad a nuestros empleados o en el mostrador.

- [446] **Cataplana de pescado y almejas** | 2 personas | _____ 43,50 €
El pescado y las almejas cocidos con cebolla, tomate, pimiento, guindilla y aceite
- [444] **Arroz de navajas** | 2 personas | _____ 26,00 €
"Malandriño" arroz caldoso preparado con un refrito de cebolla y ajo
- [445] **Gambas al Curry** _____ 15,00 €
Los crustáceos de nuestra costa regados con salsa de curry
- [447] **Açorda de bacalao con langostinos "en pan"** | 2 personas | _____ 27,00 €
Trocitos del tradicional pescado mezclado con el oloroso cilantro
- [448] **Fideuá de pescado y gambas** _____ 33,50 €
Los pescados frescos de "nuestra costa" en sabrosa e cremosa masa
- [442] **Filetes de atún a la plancha con especias** _____ 12,50 €
Lomo del pescado enrollado en pimientas y especias, cortado fino y cocinado a la plancha
- [440] **Bacalao "à Algarvia"** _____ 13,50 €
Cortado en tiras y rebozado con acompañamiento de cebolla frita, patatas salteadas y grelos salteados
- [441] **Brocheta de bacalao** _____ 14,75 €
Trocitos de lomo del bacalao, entre langostinos, pimiento grelos y salteados
- [443] **Buñuelos de Bacalao con arroz y judías** _____ 13,00 €
Suelos y esponjosos, buñuelos del fiel amigo acompañados de arroz con judías y chorizo ibérico

Es una cocina Mediterránea y Portuguesa, sin duda.



para los que no perdonan la carne...

- [455] **Filete con salsa a la pimienta** _____ 14,75 €
Entrecot de novillo combinado con el exótico sabor de las pimientas de la India
- [456] **Solomillo de buey** _____ 19,00 €
Para quien irse al restaurante significa un buen trozo de carne
- [457] **Brocheta de ternera** _____ 15,00 €
Trozos de ternera entre cubos de chorizó ibérico
- [458] **Bistec de ternera** _____ 13,50 €
El entrecôte en su mejor
- [459] **Presa Paleta** _____ 16,50 €
La excelencia de un rugoso lomo
- [460] **Chuletas de cordero** _____ 13,00 €
Finas en la plancha con *mousse* de manzana



El menú de niños...

- [461] **Nuggets de pollo con patatas fritas y ensalada** _____ 6,50 €



Las calorías que saben bien...

- [625] **Panacotta de frutos rojos** _____ 6,50 €
- [626] **Semifrio de mango** (con un dúo de fruta) _____ 6,50 €
- [623] **Moca de chocolate** (con almendra laminada) _____ 6,50 €
- [629] **Higos à Algarvia en almíbar de citrinos** _____ 3,50 €
- [000] **Dulces tradicionales** _____ 4,00 €
- [617] **Dom Rodrigo** _____ 4,00 €

Gracias por su visita. Le esperamos muy pronto con nosotros.





covert

- [410] **Regional bread, butter and olives** _____ 2,25 €
- [413] **Azeitão cheese** _____ 5,00 €
- [398] **Fresh cheese from the “Serra Algarvia”** _____ 3,50 €



something comforting to start with ...

- [415] **Vegetable soup** _____ 3,00 €
Every day we have a different soup made from the best market produce
- [417] **Gaspacho soup** _____ 3,50 €
Colourful, cool and nutritious, the colours of the Algarve summer
- [416] **Our rich fish soup** _____ 4,50 €
Our very special fish soup
- [418] **Oyster Fumet** _____ 6,00 €
From the Ria Formosa's vivarium the real sea flavour



while waiting on your main dish...

- [400] **Melon with Iberian smoked ham** _____ 6,50 €
Thin, freshly cut slices of smoked ham resting on cool, sweet melon
- [401] **Prawn Cocktail** _____ 7,00 €
Prawns served on a bed of lettuce with cocktail sauce
- [403] **Ria Formosa clams cooked *Bulhão Pato* style** _____ 16,00 €
Open clams in olive oil and garlic, perfumed with coriander and sprinkled with lemon
- [402] **Monte Gordo Bay Cockles** _____ 9,50 €
Open cockles in olive oil and garlic and sprinkled with white wine
- [404] **Carpaccio of Codfish** _____ 7,50 €
Thin slices of our “trustworthy friend” with wild rocket
- [407] **Tuna “cannery” style** _____ 5,75 €
Packed with garlic and coriander, sprinkled with olive oil
- [405] **Salmon roll with ricotta cheese** _____ 7,75 €
With the lettuce's freshness a taste of the sea
- [406] **Galician style mussels** _____ 5,50 €
A fresh flavour from the sea
- [408] **Brined sardines with sweet potato** _____ 7,00 €
A symbiosis of mountain and sea



our salads...

- [420] **Prawns salad** _____ 10,00 €
Mix of lettuces, tomato, cucumber, carrot, onion, prawns and cocktail sauce
- [421] **Tuna salad** _____ 10,00 €
Mix of lettuces, tomato, cucumber, carrot, onion, tuna, boiled egg and olives
- [422] **Chicken salad** _____ 10,00 €
Mix of lettuces, tomato, cucumber, carrot, onion, chicken, pineapple and a special sauce
- [423] **Salmon salad** _____ 11,00 €
Mix of lettuces, carrot, cucumber, smoked salmon, caper and sprinkled with lemon juice
- [424] **Greek salad** _____ 11,00 €
Mix of lettuces, tomato, cucumber, olives, feta cheese, greek yoghurt, and croutons
- [425] **Caesar salad** _____ 11,00 €
Mix of lettuces, tomato, cucumber, chicken, croutons, island cheese and Caesar sauce
- [426] **Mountain salad** _____ 12,50 €
Iberian smoked ham, figs and fresh goat cheese



our kind of food...

Grilled fish _____ /Kg

The best fish from Monte Gordo coast expose in our display fridge, grilled by a local fisherman.

For more information on the price and type of fish, please consult our staff or check in the display cabinet.

- [446] **Fish and clam cataplana** | 2 persons | _____ 43,50 €
The fish and clams are cooked in onion, tomato, pepper, chillies and olive oil
- [444] **Razor-shell rice** | 2 persons | _____ 26,00 €
"Watery" rice in an onion and garlic stew
- [445] **Prawn curry** | 2 persons | _____ 15,00 €
Crustaceans from our coast in a curry sauce
- [447] **Bread and cod-fish stew with prawns and coriander** | 2 persons | _____ 27,00 €
The aroma of freshly chopped coriander morsels of the "trusted friend" of every Portuguese
- [448] **fish and prawn stew** _____ 33,50 €
"Algarvian style" with the fishes of our coast
- [442] **Tuna steaks grilled with pepper** _____ 12,50 €
The fish is rolled in very finely chopped pepper and grilled
- [440] **Baked cod-fish** _____ 13,50 €
Usually served with a potato, pepper, sautéed greens and lettuce and coriander salad
- [441] **Codfish Kebab** _____ 14,75 €
The Codfish in a skewer between shrimps and pieces of pepper and sautéed greens
- [443] **Fried salt-cod served with red beans and rice** _____ 13,00 €
Loose and fluffy, our faithful friend fried and served with red beans and rice, and Iberian chorizo

Is a Mediterranean Portuguese cuisine, for sure.



Six suggestions for our customers who can't do without meat...

- | | | |
|-------|--|---------|
| [455] | Beef in black pepper sauce _____ | 14,75 € |
| | Beef Entrecote combined with exotic Indian spices | |
| [456] | Sirloin steak _____ | 19,00 € |
| | For those who going to a restaurant means a good piece of beef | |
| [457] | Beef kebab _____ | 15,00 € |
| | Pieces of veal in spit with Iberian spicy sausage | |
| [458] | Beef Steak _____ | 13,50 € |
| | Entrecote at its best | |
| [459] | Iberian Pork _____ | 16,50 € |
| | The excellence of a succulent loin | |
| [460] | Lamb chops _____ | 13,00 € |
| | Grilled thins with apple <i>mousse</i> | |



children's menu...

- | | | |
|-------|---|--------|
| [461] | Chicken nuggets with chips and salad _____ | 6,50 € |
|-------|---|--------|



great tasting calories...

- | | | |
|-------|---|--------|
| [625] | Panacotta with blackberry syrup _____ | 6,50 € |
| [626] | Mango bavaroise (with a season fruit duet) _____ | 6,50 € |
| [623] | Mocka of chocolate (with slices of almond) _____ | 6,50 € |
| [629] | Fig compote in citrons juice _____ | 3,50 € |
| [000] | Traditional Algarve sweets _____ | 4,00 € |
| [617] | Dom Rodrigo (egg sweet) _____ | 4,00 € |

Thank you for your visit. Hope to see you soon.



Sem Espinhas®

| | | | |
|--|---|---|--|
|  - PRAIA DO CABEÇO - |  - GUADIANA - |  - NATURA - |  - PRAIA DA MANTA ROTA - |
|--|---|---|--|

• www.semespinhas.net •

