



MAR D'ESTÓRIAS

PORTUGAL ESSENCIAL

O conceito da cozinha do Mar d'Estórias assenta na procura de produtos locais e sazonais. Aqui, prima-se a envolvimento com a comunidade local para criar sabores únicos repletos de frescura e qualidade. Uma sustentabilidade na escolha de ingredientes permite oferecer uma experiência gastronómica mais autêntica, no entanto, por vezes limita a disponibilidade de determinados pratos.

Mar d'Estórias cuisine concept is based on local and seasonal products. Here, we aim to connect with the community to create unique flavours full of freshness and quality. A sustainability in the choice of ingredients allows to offer a more authentic gastronomic experience, however, sometimes it limits the availability of certain products.

#MARDESTORIAS

ENTRADAS | STARTERS

COUVERT BREAD STARTER 🌾 🍷	4,5 €
<i>Cesto de pão, cenoura algarvia, azeite e manteiga aromatizada</i> <i>Bread basket, algarvian carrots, olive oil and flavoured butter</i>	
AZEITONAS OLIVES	1 €
CENOURA ALGARVIA ALGARVIAN CARROTS	1 €
CARPACCIO DE MUXAMA MUXAMA CARPACCIO 🐟 🥬 🍷 🍷	7 €
<i>Carpaccio de Muxama, agrião e amêndoa</i> <i>Muxama Carpaccio, watercress and almonds</i>	
TÁBUAS BOARDS (Inlui cesto de pão bread basket included)	
Conservas 🌾 🐟 🐟	11 €
<i>Preserved fish</i>	
Queijos 🌾 🍷	11 €
<i>Cheeses</i>	
Enchidos 🌾	12 €
<i>Charcuterie</i>	
Mista (queijo + enchidos) 🌾 🍷	13 €
<i>Mixed (cheese + charcuterie)</i>	
QUEIJO & COMPOTA CHEESE & JAM 🌾 🍷 🥬	5,5 €
<i>Queijo fresco de cabra, compota caseira e tostas</i> <i>Fresh goat cheese, homemade jam and toasts</i>	

PETISCOS

- CAMARÃO ALARANJADO | ORANGE PRAWNS** 🍷 🍷 🍷 12,5 €
Camarão, laranja, alho e ervas
Prawns, orange, garlic and herbs
🍷 *Alvoreada de Cevada (Alentejo)*
- ATUM | TUNA** 🐟 🍷 8,5 €
Atum confitado, pimentos de escabeche, agrião e rabanete
Confit tuna, pickled peppers, watercress and radish
🍷 *Lince Blonde (Lisboa)*
- BERBIGÃO | COCKLES** 🍷 9,5 €
Berbigão, alho, vinho branco, limão e ervas frescas
Cockles, garlic, white wine, lemon and fresh herbs
🍷 *Alvoreada de Cevada (Alentejo)*
- EMPADA DE PATO | DUCK PIE** 🍷 🍷 🍷 3,5 €
🍷 *Ora et Labora Pilsner (Douro)*
- PATANISCAS VEGETARIANAS | VEGGIE TOTS** 7,5 €
Pataniscas de legumes da época assadas no forno
Oven baked made with season vegetables
🍷 *Tuber Bock (Algarve / Alentejo)*
- PORCO DESFEITO | PULLED PORK** 🍷 🍷 🍷 8,5 €
Cachaço, pão torrado e molho de iogurte e limão
Pork neck, toasted bread and lemony yoghurt sauce
🍷 *Bordallo Pae Stout (Caldas da Rainha)*
- LULAS RECHEADAS | STUFFED SQUIDS** 🍷 9,5 €
Lulas recheadas com enchidos de Monchique (disponibilidade limitada)
Stuffed with cured sausages from Monchique (limited availability)
🍷 *Marafada India Pale Ale (Algarve)*

🍷 Para uma harmonização perfeita sugerimos | For the perfect pairing we suggest

PRATOS (A)TÍPICOS | MAIN COURSES

POLVO | OCTOPUS 🐙🌿

15 €

Polvo assado, batata (doce quando na época), pimentos, salicornia e ovas de polvo

Roast octopus, baby potatoes (sweet potato when in season), peppers, samphire and octopus eggs

🍷 Cabrita (Algarve) - Vinho Branco | White Wine

🍷 João Clara (Algarve) - Vinho Branco | White Wine

BACALHAU | CODFISH 🐟🌿🍷

14,5 €

Bacalhau assado com broa, batata cebolada e azeitona picante

Roast cod with cornmeal crumble, caramelized onion potatoes and spicy olives

🍷 Lacrau (Douro) - Vinho Branco | White Wine

🍷 Paxá Negra Mole (Algarve) - Vinho Tinto | Red Wine

ATUM | TUNA 🐟🍷

14 €

Atum grelhado, puré de cenoura, feijão carito, endívia, nabo e muxama

Grilled tuna, carrot purée, carito beans, endive, turnip and muxama

🍷 Soalheiro Allo (Minho) - Vinho Verde | Green Wine

🍷 António Lopes Ribeiro - Vinho Verde | Green Wine

PATO | DUCK 🦆🍷

15,5 €

Pato a baixa temperatura, esmagada de batata, couve com papada e pickles de beterraba

Sous vide duck, rustic mashed potatoes, cabbage with cured pork neck and beetroot pickles

🍷 Seara d'Ordens (Douro) - Vinho Tinto | Red Wine

🍷 Herdade do Peso (Alentejo) - Vinho Tinto | Red Wine

FRANGO | CHICKEN 🐔

14 €

Peito de frango, chouriço, alho-porro e arroz de espinafres

Chicken breast, chorizo, leeks and spinach rice

🍷 Duque de Viseu (Dão) - Vinho Branco | White Wine

🍷 Quinta da Chocalpa (Lisboa) - Vinho Branco | White Wine

PORCO | PORK 🐷🍷🌿

15 €

Lombo de porco, xerém, abóbora e jus de vinho da Madeira

Pork loin, cornmeal porridge, pumpkin and Madeira wine jus

🍷 Imprevisto (Algarve) - Vinho Tinto | Red Wine

🍷 Imprevisto (Algarve) - Vinho Tinto | Red Wine

🍷 🍷 Para uma harmonização perfeita sugerimos | For the perfect pairing we suggest

EXTRAS

SOPA SOUP †	2 €
CESTO DE PÃO BREAD BASKET 🌾 🍞	2 €
SALADA MISTA MIXED SALAD 🍷 🥗	3 €
ARROZ DE ESPINAFRES SPINACH RICE	2,5 €
BATATA FRITA POTATO CHIPS	3,5 €

*Batata doce quando na época | *Sweet potato when in season*

SOBREMESAS | DESSERTS

ALCAGOITA DE ALJEZUR ALJEZUR'S ALCAGOITA 🌾 🍞 🍷 🍷 🍷 <i>Bombons de amendoim, chocolate e gelado de banana da Madeira</i> <i>Peanut bonbons, chocolate and Madeira's banana ice cream</i> 🍷 <i>Melosa</i>	5,5 €
BOLO DA MARIA MARY'S CAKE 🌾 🍷 🍷 <i>Bolo de bolacha Maria e café com gelado de maracujá</i> <i>Mary cookie cake infused with coffee, served with passion fruit ice cream</i> 🍷 <i>Madeira 5 anos</i>	5,5 €
PUDIM CONVENTUAL CONVENT PUDDING 🍷 🍷 <i>A nossa versão do Pudim Abade Priscos com amêndoa e fruta da época</i> <i>Our version of the Priscos Abbot Pudding with almond and seasonal fruit</i> 🍷 <i>Aguardente CRF</i>	5,5 €
GELADOS ARTESANAIS ARTISANAL ICE CREAM <i>Pergunte aos nossos colaboradores quais os sabores disponíveis</i> <i>Ask our staff what flavours are available</i>	4 €
SALAME OU TRUFA SALAMI OR TRUFFLE 🌾 🍷 🍷 🍷 <i>Fatia de salame de chocolate ou trufa de alfarroba e figo</i> <i>Slice of chocolate salami or carob and fig truffle</i> 🍷 <i>Café</i>	1 €

🍷 Para uma harmonização perfeita sugerimos | For the perfect pairing we suggest

OBRIGADO | THANK YOU

Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o couvert, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este inutilizado.
Decreto-Lei nº 10/2015

Consulte o nosso quadro de alergénios e por favor informe os nossos colaboradores de alergias ou intolerâncias para o seu próprio bem-estar.

Este estabelecimento possui livro de reclamações

IVA incluído à taxa em vigor

No dish, food or beverage, including the couvert, can be charged if not requested or if made unusable by the consumer. As predicted by the Decree- Law nº 10/2015

Consult our allergen table and please inform our staff of any allergy or intolerance for your own well being.

This establishment has a complaints book

VAT is included at the legal rate.

ALERGIAS | ALLERGIES



Glúten | *Gluten*



Ovo | *Contains egg*



Fruta de casca rija | *Nuts*



Soja | *Soy*



Lactose | *Lactose*



Aipo | *Cellery*



Sementes de Sésamo | *Sesame seeds*



Moluscos | *Molluscs*



Crustáceos | *Crustaceans*



Sulfitos | *Suphites*



Mostarda | *Mustard*



Peixe | *Fish*