

Somos Cocina da Terra



Produto autóctono, ecolóxico, local e de tempada

Compromiso Fogar coa nosa cultura gastronómica

Para Comezar

Empanada de grelos e queixo	5,90	Empanada de millo (Bonito)	6,90
Verduriñas do día na brasa	8,60	Mexilóns picantes do Fogar	7,00
Pizza de herbas da nosa horta	6,90	Empanada de mousakka	6,40
Croquetas do Fogar	5,90	Falafels picantes (5 vd.)	5,90
Verduriñas gratinadas	5,80	Potaxe de lentellas da nosa horta	4,90
Revolto de nabizas	5,40		

Produto das nosas rías

(Capturado de xeito artesanal con nasas, o boliche e a liña)

Coruxo do boliche na brasa	8€/100gr	Atún Teppanyaki	4€/100gr
Sargo da liña na brasa	4€/100gr	Polbo de Aldán con patacas na brasa	12,90
Ventresca de atún con herbas na brasa	8€/100gr	Luriñas con arroz na brasa	17,90

RACIÓN DE PAN DO FOGAR 0,60

(Elaborado con fariñas ecolóxicas de trigo, centeo e masa nai)

Hoxe: 28 de Outubro

As nosas carnes autóctonas

A nosa carne procede de animais das razas autóctonas: vianesa, cachena, frieiresa, caldelá ou limiá. Son criados en liberdade e alimentados con pasto e cereal ecolóxico.

Maduramos as nosas carnes durante 60 días para a vaca vella e 30 días para a tenreira.

Tenreira frieiresa ecolóxica

Croca de frieiresa á pedra (250gr.)	15,90
Entrecosto de frieiresa na brasa	7€/100gr
Solombo de frieiresa na brasa	10€/100gr
Richada con patacas na brasa (200gr.)	12,90
Osobuco a baixa temperatura (200gr.) con arroz e herbas na brasa	12,90

Vaca Limiá ecolóxica

chuletón de vaca limiá	8€/100gr
Solombo de Limiá na brasa	14€/100gr
Entrecosto de Limiá na brasa	9€/100gr
Carpaccio de vaca limiá e rúcula	9,80
Boi-burguer sensus	12,90

Acompañamentos

Ensalada Terra Sensus	7,90	Patacas ao romev na brasa	3,20
Tomates autóctonos da nosa horta	7,20	Cachelos na brasa	3,20

Sobremesas do Fogar

Tarta de queixo na brasa	4,00	Requeixo con marmelo	4,50
Tarta de chicolate e noces	4,50	Tulipa de mousse de queixo	4,50
Tarta de café con augardente	4,50	Especial Terra Sensus	6,50
Tarta de mazás autóctonas	4,00	(mousse de queixo con confeitureiras de pequenos froitos e noces)	

Desfruta dos nosos Xeados artesanais feitos por nós, de froita e leite ecolóxica 4,00
Amorodo, mora, arando, mango de Almuñecar, nata con noces, Chicolate, café

Menú infantil

Para nen@s ata 12 anos dispoñemos do noso menú infantil Terra Sensus por 8 euros:

Pasta ou Pizza Boloñesa + bebida (eco-zume ou auga) + Xeado

Para rematar a comida ofrecémosche probar un mini-vodka sensus por 4€

* Podes consultar co persoal calquera dúbida a respecto dos alérxenos que conteñen os produtos desta carta

