



GOURMET
NATURAL

— Parrilla From Uruguay —

M E N U



Prices include VAT at legal rate
Preços com IVA a taxa legal em vigor

*** Prices include VAT ***

How it's Done



RARE

MEDIUM RARE

MEDIUM

MEDIUM WELL

WELL DONE



- STARTERS | ENTRADAS -

EMPANADAS 9.50€

2 Traditional Uruguayan pasties
2 Empanadas tradicionais Uruguaias

CARNE

Beef - Carne

QUESOS Y CEBOLLA

Cheese & Onion - Queijo e cebola

GAMBAS A LA PLANCHA ^{GF} 22.50€

Wild Tiger prawns on Iron skillet with garlic, parsley, lemon and chilli
Camarão selvagem na chapa com salsa
e um toque de limão & picante

VIEIRAS BY GOURMET 17€

Pan-seared fresh scallops with cauliflower purée & curry oil
Vieras coradas com puré de couve-flor e óleo de caril

LANGOSTA "URUGUAY" ^{GF} 17.50€

Lobster tail with mushroom duxelle & Acorn fed cured ham
Cauda de Lagosta com puré de cogumelos e Paleta de Pata Negra

COCKTAIL DE CAMARÓN 14.50€

Wild Tiger prawn cocktail
Cocktail de Camarão selvagem



COUVERT 3.50€

per person | por pessoa

--

¹ Vegetarian option ^{GF} Gluten free
¹ Vegetariano ^{GF} Sem glúten

✪ Parrilla From Uruguay ✪



- STARTERS | ENTRADAS -

BRUSCHETTA CALABACÍN **9€**

Roasted courgette & goat's cheese bruschetta
Bruschetta de courgette com queijo de cabra

TOMATES ASADOS Y MOZZARELLA **8.50€**

Vine ripened tomato & mozzarella, homemade pesto & basil
Salada de tomate em cacho e mozzarella,
manjeriço e molho pesto caseiro

ENSALADA CESAR **9.50€**

Romaine lettuce, croutons, parmesan shavings, anchovies
and caesar dressing
Alface romana, croutons, lascas de parmesão,
anchovas e molho caesar

PATA NEGRA CON MELÓN **14.50€**

Portuguese Acorn fed cured ham served with melon
Paleta de Pata negra servido com melão

ENSALADA GOURMET **12.50€**

Smoked duck breast, home cured duck ham & paté
with baby leaf spinach, herbs & grapefruit
Salada Gourmet com peito de pato fumado, presunto do pato
e paté com espinafres bebé, ervas e raspa de toranja

CARPACCIO DE PULPO **11.50€**

Octopus carpaccio with extra virgin olive oil & lemon
Carpaccio de polvo com azeite virgem e limão

--

 Vegetarian option  Gluten free
 Vegetariano  Sem glúten



PARRILLA - WOOD GRILL -

MIXED GRILL URUGUAY 69.50€

for 2 persons | para 2

Sirloin 300gr, Fillet 200gr and Ribeye 300gr
Vazia 300gr, Lombo 200gr e Acém 300gr

SURF N' TURF* 48.50€

Full Lobster & a 200gr Fillet
Lagosta inteira com bife de lombo 200gr

BIFE ANCHO 300G* 24.50€

Ribeye - Bife do Acém

LOMO MARIPOSA* 200G 24.50€ 300G 31.50€

Butterflied fillet steak - Bife do Lombo aberto

BIFE ANGOSTO 300G* 25.50€

Sirloin - Bife da vazia

BIFE DE LOMO* 200G 24.50€ 300G 31.50€

Fillet steak - Bife do lombo

CHATEAUBRIAND 500G 55.50€

for 2 persons | para 2

CARRÉ DE CORDERO* 29.50€

Grass Fed New Zealand Rack of lamb
Carré de borrego do prado da Nova Zelândia

PECHUGA DE PATO* 23.50€

Duck breast in a honey mustard sauce
Peito de pato com molho de mel e mostarda

LUBINA A LA PARRILLA* 31.50€

Grilled sea bass fillet - Filete de robalo grelhado

PECHUGA DE POLLO* 18.00€

Chargrilled Free Range chicken breast with lemon & herb butter
Peito de Frango do campo grelhado c/ manteiga de limão e ervas

--

*Sharing Supplement 5€ | Additional cost per person
Custo extra para partilhar por pessoa 5€



- SAUCES | MOLHOS -

CHIMICHURRI 3.50€

Traditional sauce from Uruguay with fresh herbs, olive oil and lemon
Molho tradicional do Uruguai com ervas frescas, azeite e limão

PIMIENTA 4.00€

Peppercorn sauce
Molho pimenta

BÉARNAISE 4.00€

MOSTAZA 4.00€

Mustard sauce
Creme de Mostarde

HONGOS A LA CREMA 4.50€

Creamy mushroom
Creme de Cogumelos

VINO TINTO 4.00€

Red Wine sauce
Molho Vinho Tinto

QUESO AZUL 4.00€

Blue cheese sauce
Molho de queijo azul

 Vegetarian option  Gluten free
 Vegetariano  Sem glúten



- SIDE DISHES - A COMPANHAMENTOS

PAPAS FRITAS 3.50€

Hand cut potato fries - Batatas fritas caseiras

ESPARRAGOS SALTEADOS 5.50€

Sautéed asparagus - Espargos salteados

GRATEN DE PAPAS 4.50€

Potato gratin - Batatas gratinadas

GRATEN DE ESPINACAS 4.50€

Spinach Gratin - Espinafres gratinados

BONIATOS GLASEADOS 4.50€

Honey glazed sweet potatoes with almonds and pesto
Batata doce glaceada com amêndoa e pesto

PURÉ DE PAPAS CON TRUFA 7.00€

Mashed potatoes with truffle oil - Puré de batatas com óleo de trufas

ENSALADA DE REMOLACHAS Y UVAS 4.50€

Beetroot and grape salad - Salada de beterraba e uvas

--

 Vegetarian option  Gluten free
 Vegetariano  Sem glúten



- SIDE DISHES - ACOMPANHAMENTOS

ENSALADA DE TOMATES Y CEBOLLA

3.50€

Tomato and onion salad - Salada de tomate e cebola

VEGETALES ASADOS 4.50€

Roasted vegetables - Legumes assados

JUDIAS ASADOS 4.50€

Green beans sautéed with garlic

Feijão verde salteado com alho

ENSALADA MIXTA 3.50€

Mixed salad - Salada mista

CEBOLLA SALTEADA 3.50€

Sautéed onions - Cebola salteada

SETAS SALTEADAS 6.00€

Sautéed mushrooms - Cogumelos salteados

--

 Vegetarian option  Gluten free

 Vegetariano  Sem glúten



- D E S S E R T S | S O B R E M E S A -

PANQUEQUE DE MANZANAS 8.00€

Hot caramelised apple pancake served with vanilla ice cream
Panqueca de maçã caramelizada servido com gelado de baunilha

CRÈME BRÛLÉE VAINILLA 8.00€

Vanilla crème brûlée - Crème brûlée de baunilha

COPO HELADA DE YOGURT Y FRUTOS ROJOS 8.00€

Homemade Greek yoghurt ice cream, passion fruit purée,
fresh red berries & crunchy granola.

Gelado caseiro de iogurte grego, polpa de maracujá,
frutos vermelhos frescos e granola crocante

CHEESECAKE DE FRUTOS ROJOS 8.50€

Vanilla Cheesecake with red berry coulis
Cheesecake de baunilha com molho de frutos vermelhos

TRIO GOURMET 12.00€

Dessert selection - Seleção de sobremesas
Chocolate mousse cake, dulce de leche cheesecake
& warm apple crumble
Bolo mousse de chocolate, cheesecake de doce de leite
e crumble de maçã

QUESOS ARTESANALES 14.50€

Variety of cheese and homemade compotes
Variedade de queijos e geleias caseiros

PUDIN DE PAN 8.00€

Bread pudding with ginger & honey ice cream
Pudim de pão com gelado de mel e gengibre

DULCE DE CHOCOLATE 8.00€

Rich chocolate cake with dulce de leche ice cream
Bolo de chocolate com gelado de doce de leite





- DESSERTS | SOBREMESA -

HOMEMADE ICE CREAMS

GELADOS CASEIROS

1 FLAVOUR - SABOR 4.00€

2 FLAVOURS - SABORES 7.50€

3 FLAVOURS - SABORES 11.00€

- ICE CREAM CLASSICS -

VANILLA - BAUNILHA

CHOCOLATE

DARK CHOCOLATE - CHOCOLATE NEGRO

DULCE DE LECHE - DOCE DE LEITE

PRALINÉ

PISTACHIO

CRÈME BRÛLÉE

YOGHURT - IOGURTE

HOT CHOCOLATE SAUCE - CALDA DE CHOCOLATE QUENTE 1.00€

- SORBET CLASSICS -

LEMON - LIMÃO

RED BERRIES - FRUTOS VERMELHOS

LIMONCELLO LIQUEUR

PASSION FRUIT & BANANA - MARACUJÁ & BANANA

STRAWBERRY - MORANGO

ORANGE & BASIL - LARANJA E MANJERICÃO





- C O N T A C T S -

TEL: (+351) 289 355 271

EMAIL: info@gourmetnaturalrestaurant.com

www.gourmetnaturalrestaurant.com

Join us on facebook

[f/gourmet.natural](https://www.facebook.com/gourmet.natural)