

Empresa Electro Ceramica



Ementa

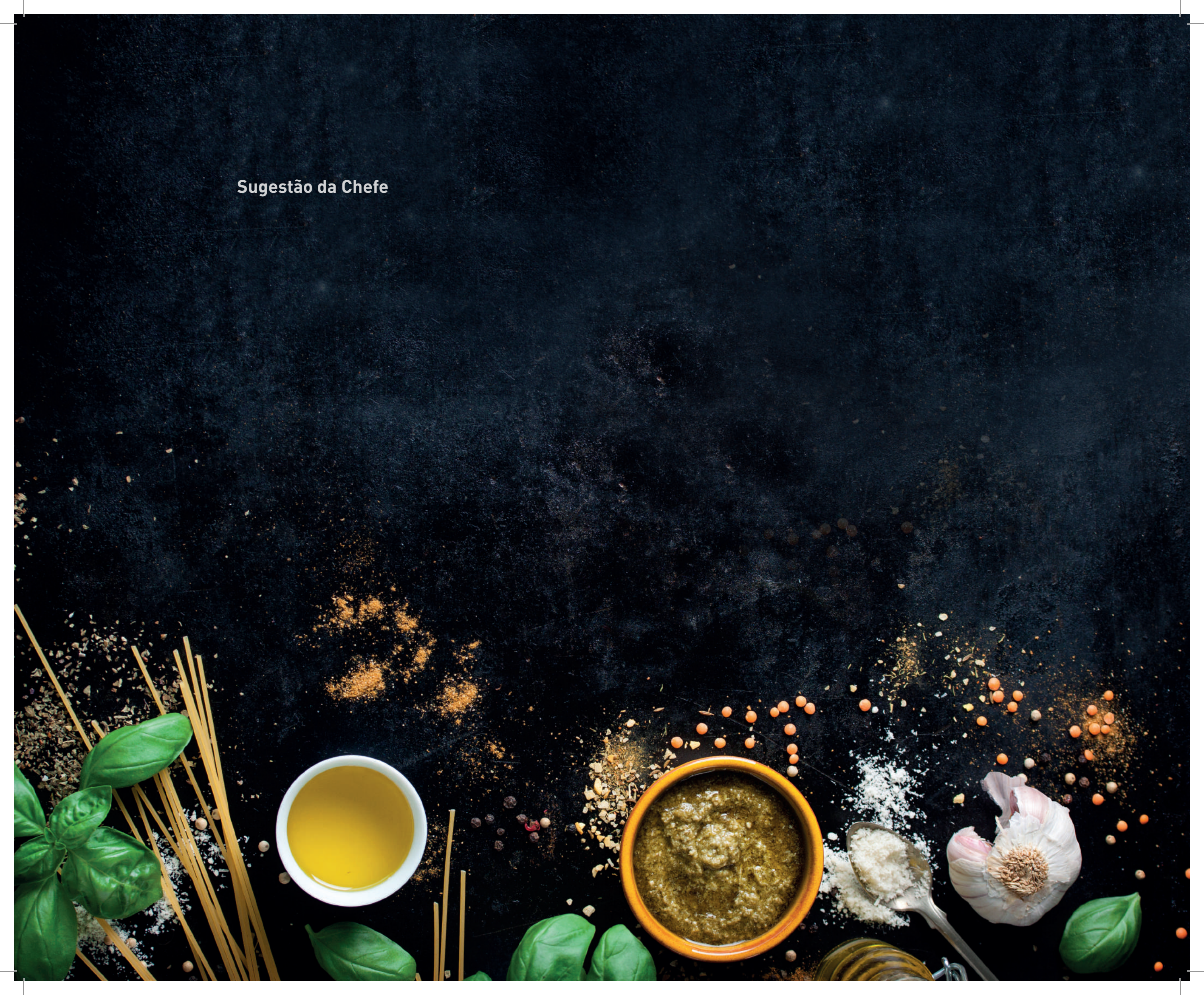
GRELHADOS DO CANDAL

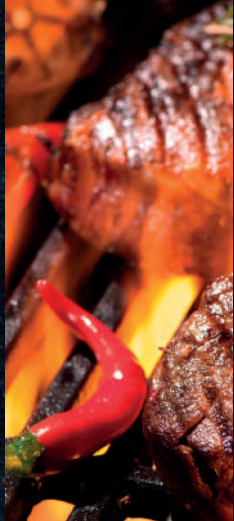


TAKE AWAY
932 897 257



Sugestão da Chefe





O QUE É GRELHAR

Grelhar é uma técnica culinária que consiste em cozinhar os alimentos em lume vivo, como no churrasco, ou dentro de um forno. O nome desta técnica vem da grelha, o utensílio culinário mais usado para esta forma de cozinhar.

Em algumas formas, pode considerar-se que grelhar é sinónimo de assar, mas nos grelhados, os alimentos não podem cozinhar dentro de líquido ou junto com outros alimentos que larguem líquidos.

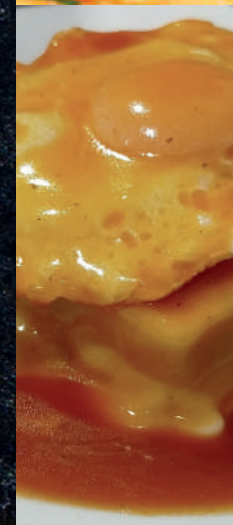
No entanto, é normal pincelar o alimento na grelha com óleo, a mistura da marinada, ou outro molho, que não deixe o alimento secar melhorando o seu sabor.

Os grelhados podem ser carnes, peixes ou vegetais e algumas formas muito típicas de juntar na mesma refeição vários tipos de alimentos todos grelhados são, por exemplo o bacalhau assado e a sardinha assada da culinária Portuguesa, em que o peixe é muitas vezes servido com batatas e pimentos também grelhados.

BENEFÍCIOS

Ao grelhar, reduzimos muito a gordura que ingerimos, pois não é necessário adicionar óleo para preparar um grelhado, ao contrário dos alimentos fritos.

Comer alimentos grelhados é uma ótima escolha. Mas lembrem-se, a gordura não deve ser 100% eliminada da alimentação. Ela melhora a textura dos alimentos e deixa-os mais macios e saborosos. O que se deve evitar é o excesso de gordura diário. Comer um alimento mais gordo vez ou outra não mata ninguém.



Entradas

Azeitonas	2,30 €
Queijinho	4,50 €
Manteiga	1,50 €
Pão	0,60 €
Polvo com molho verde	11,00 €
Salsicha Toscana	2,40 €
Rissóis (especialidade)	1,80 €

Sopas

Sopa de legumes	2,20 €
Canja de galinha	2,90 €
Caldo Verde	2,90 €
Papas (Sob Consulta)	3,20 €

Omeletes

Omelete de camarão	12,00 €
Omelete de queijo	9,00 €
Omelete de fiambre	9,00 €
Omelete mista	9,00 €
Omelete de presunto	10,00 €

Francesinhas & Snacks

Francesinha Especial	12,00 €
Francesinha Especial com batata	13,00 €
Francesinha Especial com ovo	13,00 €
Francesinha Especial com ovo e batata	14,00 €
Pica-Pau	21,00 €
Tosta Mista	5,50 €
Tosta Especial (com molho de francesinha)	8,50 €
Prego em Pão	7,50 €



Grelhados na Brasa (Carne)

	1/2 Dose	1 Dose
Terra e Mar (especialidade)		42,00 €
Frango	5,80 €	11,50 €
Costelinha de Porco	14,50 €	23,50 €
Costeletão de Vitela		37,00 €
Espetada à Grelhados (Lombo de Boi)		43,50 €
Bife à Cortador (Laminado)	21,50 €	37,50 €
Secretos de Porco Preto	14,00 €	24,50 €
Picanha	19,00 €	33,00 €
Prego em Prato		11,50 €
Lombinhos à Viriato c/migas	21,00 €	38,00 €

Bifes (com molhos especiais)

Bife folhado com ovos rotos (novidade)	34,50 €	49,00 €
Bife na frigideira (molho especial da casa)	20,00 €	20,00 €
Bife à Grelhados (natas, limão e alho)	20,00 €	20,00 €
Bife 4 Pimentas (vermelha, verde, castanha e branca)	20,00 €	20,00 €
Bife Cogumelos	20,00 €	20,00 €
Bife Gorgonzola (natas com queijo Gorgonzola)	20,00 €	20,00 €

Grelhados na Brasa (Peixe)

Robalinho grelhado		11,50 €
Robalo escalado (do mar)		sob encomenda
Dourada grelhada		11,50 €
Salmão	11,50 €	21,00 €
Bacalhau na Brasa		41,00 €



Peixe (Diversos)

	1/2 Dose	1 Dose
Arroz de Tamboril	25,00 €	42,00 €
Filetes de Pescada c/ Salada Russa	11,00 €	19,00 €
Bacalhau à Braga		42,00 €
Bacalhau cozido com todos		42,00 €
Bacalhau com broa		42,00 €
Bacalhau na Brasa		41,00 €
Filetes de Polvo c/ arroz malandro do dia	25,00 €	41,00 €
Polvo à Lagareiro	25,00 €	41,00 €
Açorda de Marisco (especialidade)*		39,00 €
* Em Timbal de Massa Folhada		
Cataplana de tamboril c/ Gambas		42,00 €

Saladas e Guarnições

	1/2 Dose	1 Dose
Salada de Frango		7,50 €
Salada Mista	3,70 €	5,30 €
Salada de Alface	3,70 €	5,30 €
Salada de Tomate	3,70 €	5,30 €
Salada de Atum		8,50 €
Salada à Grelhados (Fruta e Gambas)		19,00 €
Batata	3,70 €	5,30 €
Arroz	3,70 €	5,30 €
Esparregado	4,00 €	5,80 €
Legumes	3,70 €	5,30 €

BOM APETITE

www.grelhadosdocandal.pt



grelhadosdocandal