



O Botanista preparou uma carta com sabores intensos e nutritivos. Cada prato é preparado com os ingredientes mais autênticos e verdadeiros, com toda a dedicação da nossa equipa.

Todos os pratos são confeccionados ao momento pelo que poderá ter de aguardar um pouco pela sua refeição. A nossa equipa está a trabalhar para atender o seu pedido o mais rápido possível.

Se tiver alguma alergia ou intolerância alimentar, por favor, informe a equipa antes de fazer o pedido.

Nossas opções isentas de glúten.



O BOTANISTA

ENTRADAS

Sopa 3€
Varia diariamente.

PRINCIPAIS

Rawoltini 12€
Lâminas de courgette. Queijo de amêndoa e azeitona. Molho de tomate seco e fresco. Espinafre. Pesto de manjerição.

Azimute 13€
Moqueca. Grão. Leite de coco. Cogumelos. Boulgour*. Couve galega. Abóbora Hokkaido caramelizada. Coentros.
*Aveia para versão sem glúten.

Sophia 15€
Ravioli caseiro. Ricota de tofu. Alcaparras. Molho de tomate seco. Crumble salgado.

Pad Thai Botanista 12€
Noodles de arroz. Tofu. Legumes. Molho tamarindo, soja e amendoim. Couve Pack Choi. Coentros. Amendoim.

Gaia 15€
Gratin de inhame. Roti de cacau. Cogumelo grelhado.

Notas de Viagem 15€
Lombo de tofu em crosta de sésamo. Escamas de Tempeh. Millet, cenoura e erva doce em puré. Espargos. Redução de frutos vermelhos em vinho tinto. Espuma de espinafre e limão.

Risotto 13€
Risotto de grãos de aveia e cevada*. Cogumelo Shitake. Figo seco. Tomilho. Parmesão.
*Aveia para versão sem glúten.

Hambúrguer do Botanista 12€
Hamburguer de lentilha e quinoa. Pão brioche de fermentação natural. Pickles de pepino. Rúcula. Mozzarella. Tomate. Maionese de salsa. Acompanha batata rústica.

PARA PARTILHAR

Gyosas 6,5€
Legumes. Gengibre. Molho Ponzu.

Focaccia Botânica 4,5€
Focaccia de fermentação natural. Azeite. Vinagre balsâmico. Manteiga caseira aromatizada com ervas.

Cesto de Pães 6€
Seleção de pães caseiros sem glúten. Manteiga aromatizada com ervas. Hummus beterraba. Compota.

Say Cheese 15€
Seleção de queijos Eva. Legumes grelhados. Pão rústico caseiro sem glúten. Azeitona preta marinada.

PÃES E TOSTAS

Not Tuna 8€
Pão de curcuma. Jaca. Tempeh fumado. Queijo fumado. Tomate. Alface.

Camden 8€
Pão de curcuma. Cogumelo Pleurothus. Mozzarella. Abacate. Espinafre. Aioli de mostarda.

BRUSCHETTAS

Norte 7€
Hummus com miso. Chalota agri-doce. Cogumelos salteados. Pinhão e sultanas. Azeite de endro.

Raizes 5,5€
Hummus de beterraba. Agrião. Cenoura confit. Granola salgada.

Jade 5,5€
Babaganoush. Espinafre. Tofu marinado. Molho de iogurte. Nozes caramelizadas. Rebento de coentro.

Nina 6,5€
Pão de cacau. Queijo cremoso. Banana flambeada em rum. Cacau. Amêndoas tostadas. Coco fumado. Shot de rum.

Tofu Mess 5,5€
Tofu mexido. Abacate. Tempeh fumado. Molho holandaise.

BOWLS

Olivia 8€
Folhas frescas. Tomate cherry. Rabanete. Abacate. Pesto de manjerição. Amêndoas. Granola salgada.

Bosque 9€
Ervilhas e gengibre em puré. Batata doce laranja assada. Tempeh fumado. Agrião. Couve de bruxelas. Granola salgada.

BOWLS DOCES

Não me chamem Granola! 8€
Iogurte. Compota caseira. Granola caseira. Banana grelhada. Framboesas.

Açaí Bowl 8€
Açaí. Banana. Mirtilo. Framboesa. Kiwi. Granola caseira. Chia.

Dragon Bowl 8,5€
Pitaya. Banana. Abacaxi. Lascas de coco. Granola caseira. Chia.

PANQUECAS

Todos os dias disponível até às 19:30.

Banoffec 6€
Panqueca. Caramelo. Banana. Chantilly.

Snickers 6,5€
Caramelo. Mousse de amendoim. Chocolate.

Para os fins de semana disponível até às 19:30.

My Sweet Bacon 6,5€
Panqueca. Coco fumado. Compota. Framboesa.

Banana Split 7€
Panqueca. Compota. Banana grelhada. Gelado caseiro. Chocolate quente. Nozes caramelizadas.

Tosta Francesa 6€
Pão curcuma caseiro. Compota. Queijo creme. Nozes caramelizadas. Framboesas.

ENTRE O DOCE E O SALGADO

4 Tempos 8€
Seleção de queijos Eva. Trufa de cacau e avelã. Laranja.

SOBREMESAS

A nossa pastelaria e doçaria é adoçada com açúcares naturais como agave, tâmaras e açúcar de coco. São usadas apenas farinhas isentas de glúten.

It's a match! 4,5€
Mousse de chocolate. Ginja de Alcobaça. Nozes caramelizadas.

Creme Brullé de Abóbora 5€
Abóbora. Telha de amêndoa.

Frigideira de Frutos Vermelhos 5,5€
Frutos vermelhos assados. Crumble. Gelado de baunilha. Caramelo.

O Brownie 5,5€
Brownie. Avelã. Gelado avelã. Chocolate quente.

Fatia de bolo 4€
Todos os dias oferecemos uma variedade de sobremesas e pastelaria diferente. Espreite a nossa montra.

QUEIJOS VEGANOS ARTESANAIS

Amélia 7,5€
Caju. Miso. Levedura Nutricional. Flor de sal. Probióticos. Ervas. Pinhões.

Frida 7,5€
Caju. Miso. Levedura Nutricional. Flor de sal. Probióticos. Tomate Seco. Sésamo Preto.

Maria 7€
Caju. Miso. Levedura Nutricional. Flor de sal. Probióticos. Paprika fumada.

