

# PURE

## BRUNCH

<b>IOGURTE &amp; GRANOLA <sup>V</sup></b>	7.50
Frutos silvestres, compota de frutos silvestres, iogurte natural, frutos secos e granola de aveia	
<b>OVERNIGHT DE AVEIA E SPIRULINA <sup>V</sup></b>	8.50
Iogurte e granola tostada	
<b>SALMÃO FUMADO IRLANDÊS</b>	14.00
Pão integral, salmão fumado, abacate esmagado, ovos mexidos e tomate cereja	
<b>PANQUECAS DE AVEIA <sup>V</sup></b>	9.50
Fruta da época, mel do Algarve e crème fraîche	

## SUMOS

<b>GO PURE</b>	6.50
Maçã, limão, espinafres, pepino, ananás	
<b>PURE C</b>	5.00
Sumo de laranja	
<b>HYDRATE</b>	6.50
Melancia, hortelã, lima	
<b>PURE LUST</b>	6.50
Maçã, ananás, melancia, gengibre	
<b>CGO</b>	6.50
Cenoura, gengibre, laranja	
<b>BEET-IT-UP</b>	6.50
Beterraba, cenoura, pera, limão, laranja, gengibre, ananás	
<b>EQUALIZER</b>	6.50
Laranja, vinagre de cidra de maçã, gengibre, limão, açafraão	

## CRIE O SEU SUMO

<b>5 INGREDIENTES</b>	7.50
Por favor, pergunte a um membro da nossa equipa	
<b>INGREDIENTE ADICIONAL</b>	CADA 0.95
Mel   Matcha   Sementes de linhaça	
Spirulina   Sementes de Chia	
Proteína de baunilha   Proteína de chocolate	1.50

## PADARIA & PASTELARIA

Informe-se junto da equipa acerca da nossa seleção de bolos e pão caseiro.

<b>MUFFINS, SCONES OU CROISSANTS</b>	DESDE 3.50
<b>PÃO CASEIRO DO DIA</b>	DESDE 5.50

## SOPA DO DIA

<b>SOPA &amp; PÃO INTEGRAL</b>	4.50
<b>SOPA E WRAP</b>	12.00
E Escolha de um dos nossos wraps	

## WRAPS

<b>HUMÚS <sup>VG</sup></b>	8.00
Humús de cenoura, abacate, pimento assado, folhas mistas	
<b>ATUM</b>	8.00
Lascas de atum, maionese, pepino, cebola roxa, folhas mistas	
<b>FRANGO CORONATION</b>	8.00
Peito de frango, maionese picante, folhas mistas	

## SALADA DO DIA

Descubra as nossas deliciosas combinações de hoje. Por favor, pergunte a um membro da nossa equipa.

	<b>CADA</b>
<b>DOSE COMPLETA</b>	9.50
<b>MEIA DOSE</b>	5.50

## SMOOTHIES

<b>BANABERRY</b>	7.50
Leite de aveia, banana, frutos vermelhos, proteína de chocolate	
<b>B BOX</b>	7.50
Pera, laranja, ananás, abacate, maçã, proteína de baunilha	
<b>GREEN BOOSTER</b>	7.50
Pepino, limão, gengibre, espinafres, abacate, maçã	
<b>WORKOUT RECOVERY</b>	7.50
Leite de amêndoa, banana, maca, espinafres, manteiga de amêndoa, cacau cru, proteína de baunilha	



## ALMOÇO

### SCHNITZEL DE FRANGO 16.50

Peito de frango panado, limão, maionese de alho e ervas, batata-doce assada e salada montaneira

### CARIL MALABAR <sup>VG</sup> 16.50

Abóbora, grão, coco, couve flor, feijão verde, espinafres, alho, cebola, piri-piri, sementes mostarda preta, semente de feno-grego, arroz integral, pão naan, raita, chutney de manga

### TOFU FUMADO COM SÉSAMO <sup>VG</sup> 16.50

Tofu fumado com molho Hoi Sin e soja, sementes de sésamo, gengibre, alho, legumes ao vapor, molho de mostarda e molho de manga

### TARTE MEDITERRÂNICA DE FETA <sup>V</sup> 16.50

Massa filo, queijo feta, espinafres, ervas finas, salada de quinoa e legumes, folhas mistas, molho de mel e mostarda

### PURE BUDDHA BOWL <sup>VG</sup> 15.00

Humús de beterraba, quinoa e legumes, batata-doce e abóbora assadas, salada montaneira, couve roxa em pickle com sementes de sésamo, melancia com hortelã, abacate, folhas mistas

### BOWL DE SALMÃO E CAMARÃO 19.00

Salmão fumado, camarão, abacate, manga, pepino com nori, gengibre rosa em pickle, tomate cherry, folhas mistas, salsa verde

## OPEN TACOS

### PATO DESFIADO 14.00

Marinada de pato desfiado, soja, sriracha, alho, gengibre, sementes de sésamo branca e preta, molho Pimento

### COGUMELOS MUHAMMARA <sup>VG</sup> 14.00

Cogumelos selvagens, pimento vermelho assado, nozes, alho, pimenta aleppo, slaw, melaço de romã

### CAMARÃO E ALHO 16.00

Camarões salteados, alho, cebolinho, slaw, molho de lima e ervas finas

### ACOMPANHAMENTOS

Peito de Frango | Salmão Fumado 4.50

Batata Doce Assada <sup>VG</sup> | Slaw <sup>VG</sup> 3.50

## PURE SHOTS

Nº1 2.00

Gengibre, limão

Nº2 2.50

Limão, gengibre, vinagre de maçã

Nº3 3.00

Pimenta caiena, limão, gengibre, óleo de linhaça

## ÁGUAS & REFRIGERANTES

### ÁGUA SEM GÁS

0.25 L | 1L

2.50 4.00

### ÁGUA COM GÁS

0.25 L | 0.75L

2.50 4.00

### REFRIGERANTES

COCA-COLA | COCA-COLA ZERO | SPRITE 3.00

## VINHO

### CHAMPANHE

BILLECART-SALMON BRUT

Rico, fresco e floral

COPO GARRAFA

80.00

### PROSECCO

ALBINO ARMANI DOC

Fresco e frutado

8.00 35.00

### BRANCO

LACRAU COLHEITA

Fresco e frutado

4.50 21.00

LACRAU SAUVIGNON

Fresco e cítrico

5.50 25.00

### ROSÉ

LACRAU COLHEITA

Leve, fresco e seco

4.50 21.00

M DE MINUTY COTÊ PROVENCE

Seco e frutado

7.50 35.00

### TINTO

LACRAU COLHEITA

4.50 21.00

## CERVEJA E CIDRA

SAGRES | Portugal 3.50

BANDIDA DO POMAR | Portugal 3.75

Se tiver uma alergia alimentar, pergunte à nossa equipa sobre os ingredientes de cada prato. Nas nossas cozinhas temos procedimentos para o manuseamento dos alimentos de forma a garantir a segurança dos nossos consumidores, no entanto não podemos garantir em absoluto que os produtos não tenham entrado em contacto com outros alérgenos que não fazem parte da sua composição normal. Seja por contaminação cruzada ou omissão de terceiros. Todos os preços em euros (€). IVA incluído nas taxas legais. Nenhum prato ou bebida, incluindo o couvert, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou se não for consumido. Temos livro de reclamações.

V - VEGETARIANO | VG - VEGAN

Eat Pure . Drink Pure . Feel Pure



@pureqdl

www.quintadolago.com