

'Nalu' significa "onda" ou "movimento das ondas" em havaiano. Transmite frescura, fluidez e tranquilidade. Remete para a água e o bem-estar. Ideal para um espaço elegante, moderno e descontraído, como um bar de piscina.

● PRATOS PRINCIPAIS

GOURJONETES DE FRANGO (G) (N)
PALITOS DE FRANGO CROCANTES EM PANKO
MOLHO DE CARIL €11.80

ASAS DE FRANGO ESTALADIÇAS (G)
BATATAS FRITAS
SIMPLES OU COM MOLHO DE CHILLI OU DE QUEIJO AZUL €12.40

TEMPURA DE CAMARÃO
MOLHO SWEET CHILI OU MAIONESE PICANTE OU MOLHO DE SOJA €12.50

● MASSAS (G) - TEMOS DISPONÍVEL PENNE SEM GLÚTEN

LINGUINI, CAMARÃO, QUEIJO PARMESÃO, RÚCULA, MANJERICÃO, PINHÕES, AZEITE (N) €20.50

SPAGHETTI BOLOGNESE €12.90

PENNE COM FRANGO, BACON, NATAS, QUEIJO GORGONZOLA, OREGÃOS €14.00

● SANDWICHES ESPECIAIS FOUR SEASONS (G)

SERVIDAS COM BATATA FRITA OU SALADA, SALVO INDICAÇÃO EM CONTRÁRIO.

Club Tradicional
FRANGO, FIAMBRE, BACON, TOMATE, ALFACE, OVO, MAIONESE €14.70

Club de Salmão
SALMÃO FUMADO, ABACATE, FUNCHO, RÚCULA, PEPINO DOCE, ALCAPARRAS
MAIONESE E MOSTARDA DE DIJON €14.30

Sandwich aberta de camarão
CAMARÃO, GUACAMOLE, LIMA, TOMATE CEREJA, MALAGUETA, CEBOLA CROCANTE, MOLHO DE COCKTAIL €12.80

Baguette de rosbife
ROSBIFE FRIO, CORNICHONS, RÚCULA E CEBOLA CAMELIZADA
MOLHO DE 3 MOSTARDAS E MEL €15.00

● PIZZAS (G)

MARGUERITA (V)
TOMATE E QUEIJO €11.80

PEPPERONI
TOMATE, QUEIJO MOZZARELLA, SALAME PICANTE, FIAMBRE, COGUMELOS €14.70

● HAMBURGERS (G) - VACA (180 GRMS)

SIMPLES €11.50

TOMATE FATIADO E ALFACE €12.00

QUEIJO €12.50

BACON, QUEIJO E CEBOLA ROXA CAMELIZADA €13.00

OS PRATOS VEGETARIANOS ESTÃO ASSINALADOS COM (V). OS PRATOS COM FRUTOS SECOS OU GLÚTEN COM (N) OU (G), RESPECTIVAMENTE, E OS COM SEMENTES DE SÉSAMO COM (S)
ESTÁ DISPONÍVEL, A PEDIDO, INFORMAÇÃO REFERENTE AOS INGREDIENTES DE CADA PRATO E A QUALQUER PRODUTO ALERGÉNIO

'Nalu' significa "onda" ou "movimento das ondas" em havaiano. Transmite frescura, fluidez e tranquilidade. Remete para a água e o bem-estar. Ideal para um espaço elegante, moderno e descontraído, como um bar de piscina.

● SALADAS

Poke de salmão ou atum

SALMÃO OU ATUM MARINADO, QUINOA, COUVE ROXA, PEPINO
SEMENTES DE SÉSAMO E MOLHO DE SOJA (S)

€16.00

Poke Mediterrânico

QUEIJO FETA (V) OU TOFU GRELHADO (VG)
HÚMUS, QUINOA, TOMATE CHERRY, PEPINO, CEBOLA ROXA, MILHO, AZEITONAS KALAMATA,
COENTROS, SEMENTES DE SÉSAMO (S)

€12.50

Salada Caesar

ALFACE ROMANA, QUEIJO PARMESÃO, FILETE DE ANCHOVAS, CROUTONS (G)
MOLHO CAESAR (GEMA DE OVO, MOSTARDA DE DIJON, QUEIJO PARMESÃO, SUMO DE LIMÃO, ALHO E AZEITE)
◦ COM FRANGO GRELHADO
◦ COM CAMARÃO COZIDO
◦ COM SALMÃO FUMADO

€10.50

€14.40

€14.50

€15.30

Camarão e abacate

CAMARÃO, FOLHAS VERDES, ABACATE, BACON ESTALADIÇO
VINAGRETE DE MAIONESE E MOSTARDA

€15.30

Camarão crocante

CAMARÃO, MISTO DE ALFACES, MANGA, TOMATE CEREJA, PANCETTA ESTALADIÇA
VINAGRETE DE CHILI DOCE, GENGIBRE E VINAGRE BALSÂMICO (G)

€14.00

Salada do Chef

FRANGO, QUEIJO, FIAMBRE, ALFACE, OVO COZIDO, TOMATE, PÊSSEGO
VINAGRETE FRANCÊS

€13.80

● SANDWICHES – Servidas em baguette ou pannini quente (G)

SERVIDOS COM BATATA FRITA OU SALADA, SALVO INDICAÇÃO EM CONTRÁRIO.

FIAMBRE E QUEIJO

€9.80

ATUM, CEBOLA, TOMATE, MAIONESE

€11.80

FRANGO GRELHADO, COENTROS, QUEIJO CHEDDAR, ABACATE

€12.00

PREGO GRELHADO, MOLHO BÉARNAISE

€15.40

● WRAPS (G) - SERVIDOS COM BATATA FRITA OU SALADA, SALVO INDICAÇÃO EM CONTRÁRIO.

MOZZARELLA, TOMATE, CHICÓRIA, ALFACE ROXA, PESTO COM MANJERICÃO (V) (N)

€11.90

CAMARÃO, MANGA, MALAGUETA, ALFACE, MOLHO DE COCKTAIL

€12.90

FRANGO GRELHADO, BACON, COENTROS, ESPINAFRE BEBÉ, ABACATE, ALFACE, MAIONESE

€11.90

● VEGETARIANO E VEGAN - TEMOS PENNE SEM GLÚTEN DISPONÍVEL.

RAVIOLI DE RICOTA E ESPINAFRES (G) COM:

◦ MOLHO MANTEIGA E SÁLVA

€15.50

◦ MOLHO TOMATE E MANJERICÃO

€15.50

◦ MOLHO PESTO (N)

€15.50

◦ MOLHO ABÓBORA ASSADA, NATAS E NOZES (N)

€15.50

OS PRATOS VEGETARIANOS ESTÃO ASSINALADOS COM (V). OS PRATOS COM FRUTOS SECOS OU GLÚTEN COM (N) OU (G), RESPECTIVAMENTE, E OS COM SEMENTES DE SÉSAMO COM (S)
ESTÁ DISPONÍVEL, A PEDIDO, INFORMAÇÃO REFERENTE AOS INGREDIENTES DE CADA PRATO E A QUALQUER PRODUTO ALERGÉNICO