

## PICAR

### HUMMUS 6 80

\*Sírvense con mariñeiras 🌿

### GUACAMOLE 6

\*Sírvense con mariñeiras 🌿

### ENSALADILLA 7 🍷🍷

## CONSERVAS

SARDIÑA 20/25 en AOVE 5,4 🐟

MEXILLÓN escabeche 7 🍷

MEXILLÓN en salsa de vieira 5,4 🍷



\*Conservas Catrineta de O Freixo.

\*Sírvense con pan. 🌿

## PATÉS

NÉCORA ou CENTOLO 5,7 🍷🍷

SARDIÑA 7 🐟

XARDA 7 🐟

MEXILLÓN 7 🍷

\*Patés O Submarino e La Curiosa.

\*Sírvense con Mariñeiras. 🌿



## ACOMPAÑAR

### PATACAS 3,5

con **ALI OLI** de allo negro 4,5 🍷🍷🍷

con salsa **BRAVA** 4,5

cas 2 salsas 5,5

### ENSALADA MAR DE FORA 10/7

Tomate, leituga, aguacate, queixo do Cebreiro, noces e sementes. 🍷🍷

## HAMBURGUESAS\*

Hamburguesas de elaboración propia con carnes de razas autóctonas e peixe de Fisterra, sen conservantes nin aditivos. Boliño de pan artesán de masa nai elaborado a diario na Panadería Germán de Fisterra.

Podemos preparar calquer hamburguesa ou bocadillo con pan sen glute.

### CANELIÑAS 10 🌿🐟🍷🍷

Hamburguesa de xarda, cebola caramelizada e o noso ali oli de allo negro.

### CABO TOURIÑÁN 10 🌿🍷

Hamburguesa de tenreira cachena, queixo do Cebreiro, cebola caramelizada, rúcula, canónigos e marmelada de pementos de Padrón, que pode picar ou non ;)

### VIVA MÉXICO 9,5 🌿

Hamburguesa de tenreira cachena, guacamole, tomate, cebola frita e salsa brava.

### BOCA DO RÍO 9 🌿🍷🍷

A escoller entre hamburguesa de tenreira cachena ou hamb. de polo, queixo de Arzúa e a nosa salsa de mostaza e cebola caramelizada.

### MONTE PINDO 9 🌿🍷

Hamburguesa de tenreira cachena, leituga, tomate, cebola caramelizada, pepino encurtido e queixo de Arzúa.

### NORDÉS 9 🌿🍷

Hamburguesa de tenreira cachena, marmelada de sabugueiro e queixo San Simón.

### MONTE LOURO 9 🌿🍷

Hamburguesa de tenreira cachena, marmelada de figos, cebola caramelizada e queixo de Arzúa.

### REDONDA 8,5 🌿🍷🍷

Hamburguesa de polo con verduras, queixo de Arzúa e a nosa salsa de mostaza e cebola caramelizada.

### GURES 8,5 🌿🍷🍷

Hamburguesa de polo, leituga, queixo de Arzúa, tomate e maionesa.

### PANCHÉS 10 🌿🍷

Hamburguesa de tenreira cachena e 3 queixos, Arzúa, San Simón e queixo azul Savel con cebola caramelizada e pan con manteiga.

## OPCIÓN

## VEXETARIANAS & VEGANAS

\*Hamburguesas de elaboración propia, de verduras, aveas sen gluten e chíá.

### MOREIRA 9 🌿80

Hamburguesa vegana de verduras. + cebola caramelizada, humus, rúcula e marmelada de pemento vermello.

### LOURIDO 9 🌿🍷

Hamburguesa vexetariana de verduras, + queixo de Arzúa, leituga, tomate, cebola caramelizada e pepino encurtido.

### FURADIÑO 7,5 🌿🍷

Bocadillo vexetariano paté de olivas negras, queixo do Cebreiro, tomate, leitugas variadas, aceite de oliva,

### TALÓN 7,5 🌿🍷80

Bocadillo vexetariano de hummus, pemento asado e queixo de Arzúa.

## BOCADILLOS

\*Barra de pan artesán de masa nai. \*Dispoñemos de pan de molde sen gluten.

### PRAIA DO ROSTRO 9,5 🌿🍷🍷

Bocadillo de lacón asado de porco Duroc, queixo afumado San Simón e salsa suave de mostaza e cebola.

### SARDIÑEIRO 7,5 🌿🐟

Bocadillo de guacamole, salsa brava e sardiñas en conserva Catrineta.

### ANCHOA 7,5

Bocadillo de anchoa, peinillo e queixo de Arzúa. X🐟🍷

### ARNELA 8,5 🌿🍷

Bocadillo de zorza, carne de porco picada con pimenton ó estilo Ourense, con queixo de Arzúa.

### ÉZARO 8,5 🌿🍷🍷

Bocadillo de peituga de polo, leituga, queixo de Arzúa, tomate e maionesa.

## POSTRES

### TARTA DE QUEIXO 5 🌿🍷

con caramelo e galleta

### TARTA BANOFFE 5 🍷🍷

con galleta, plátano, dulce de leite, nata e maní.

### LEMON PIE 4,5

Elaborado na pastelería artesá Pandejuevo 🌿🍷

### PUDING CHÍA 4

avea, coco plátano vegano, sen glute, sen azucar

### GALLETAS VEGANAS 1

NAMOREIRAS

Cacao e avelás (1 ud)

Xenxibre e chíá (2 ud) 🌿8080

## BEBIDAS DE ELABORACIÓN PROPIA

Limonada 2,3  
Auga de hibisco e fresa 2,3  
Sirope de flor de sabugueiro 2,6  
Zume de laranxa 2,6

## BEBIDAS ECOLÓXICAS DE GALICIA

**ZUMIÑO** 2,6  
- de mazá 100%  
- de mazá, remolacha, zanahoria  
- de mazá, kalé, espirulina  
- de mazá, cúcuma e xenxibre

**KOMBUCHA ZUMIÑO** 3  
kombucha de mazá, chai e canela

**KOMBUCHA MERAKI** 3,5  
Panela & limón  
Fresa

## CAFÉ

Café 1,4  
Café grande 1,8  
Café dobre (Dobre carga) 2,2  
\*Temos leite vexetal de avena

## INFUSIÓNS 1,5

ORBALLO. 100% ECOLÓXICAS & CULTIVADAS EN GALICIA

### CALIENTA QUE ALIMENTA

Jengibre y limón .  
Sin cafeína ni teína.

### MORDISCO DE HIBISCO

Hibisco, salvia y romero .  
Sin cafeína ni teína.

### MANZANILLA MARAVILLA

Manzanilla dulce, canela en rama & albahaca . Sin cafeína ni teína.

### DEPURA CON LOCURA

Ortiga, corteza de naranxa & regaliz .  
Sin cafeína ni teína.

### CHA CHA CHAI

Pimienta de Jamaica, gengibre, canela, clavo, cardamomo y té negro.

### TÉ NEGRO, ROJO, VERDE O ROIBOOS

## OUTRAS BEBIDAS

Auga 1,3  
Auga con gas 1,4  
Refrescos bote 2,3  
Estrella Galicia (bote) 2,3 🌿  
Radler 2,3 🌿  
Mahou tostada 0% 2,3 🌿  
Estrella Galicia sen glute 2.3  
Sidra Val do Traba 2,6  
Sangría 3,5  
Sangría de Sidra 3,5

**CHUPIÑOS ZIRALL** chupiño / vaso con xeo  
Licor café, herbas, blanca, tostada e cilantro 2/3

**LICOR CAFÉ ECOLÓXICO BELLO BLANCO** 4 / 5

**VERMÚ GALEGO** 2,8  
Sardino

**PORTONIC 7**  
**GINTONIC DE GINEBRA NORDÉS 7**

**VIÑO DE POMELO O LARANXA SANGUINA TARONGINO** 2,2 / 12

**ESPUMOSO DE LARANXA TARONGINO ORANGE SPRITZ** 6,5  
Botella 375ml

## A NOSA CERVEXA ARTESÁ

a fisterrana de etel & pan

AMERICAN PALE ALE

Caña 2,8 🌿  
Bock 4,5 🌿  
Botella 3 🌿

## OUTRAS CERVEXAS ARTESÁS DE GALICIA

**MURGA PAMPEANA DE ALE ALÉ** 3 🌿  
blonde ale

**FOLIADA DE ALE ALÉ** 3 🌿  
brown ale

**ALOUMIÑA ORIXE** 3,5 🌿  
american ipa

**ALOUMIÑA TINERIPA** 3,5 🌿  
session ipa

**ALOUMIÑA OVELLA NEGRA** 4 🌿  
imperial stout

**ALOUMIÑA TRINTA MOEDAS** 4  
RYE IPA

## VIÑOS GALEGOS

### BRANCOS

copa / botella  
**POUSADOIRO** 2,1 / 6 / 11  
DO RIBEIRO  
Treixadura, godello, torrónés e loureira

**SETEMBRO** 2,3 / 13  
DO MONTERREI  
Godello, treixaura- e albariño

**GARABELOS** 3,1 / 18  
RÍAS BAIXAS  
Albariño 100%

**KOMOKABRAS BARRICA** 3 / 17,5  
A Pobra do Caramiñal. V. T. Barbanza e Iria.  
Albariño 100%

**PORTELA DO VENTO** -/20  
Manzaneda, fóra de D.O.  
Palomino, godello, dona branca e outras, sen filtrar nin clarificar. Biodinámico, cepas vellas.

**MÁIS ALÁ** -/26  
O Bolo- Viños de encostas, fóra de D.O.  
Godello

### ESPUMOSO

**ÁNTESE** 22  
Castrelo de Miño, Ourense.  
Viño espumoso. Método ancestral. Treixadura y Albariño.

## TINTOS

copa / botella  
**O ALBOREXAR 4.0** 2,3 / 13  
DO RIBEIRO  
Mencia

**O ALBOREXAR TRADIC** 2,6/15  
DO RIBEIRO  
Sousón, brancellao, caíño e ferrón

**RESILIENTE** 3 / 17,5  
Taboada. Ribeira do miño Fóra de D.O.  
Mencia 100 %

**OS MECOS RASPÓN** -/ 22  
A RÚA, fóra de D.O.  
Garnacha, mencia, brancellao e gran negro.

**AMPHORA** -/ 26  
D.O. RIBEIRO  
Garnacha, caíño, gran negro e sousón

## ROSADO

**O PINTOR** 3 / 17,5  
Rosado de Castrelo de Miño  
Caiño, Sousón, Brancellao e Ferrón