

MENU

NOVAS IGUARIAS DE MARISCO



ENTRADAS

PARA COMEÇAR



CREME DE LEGUMES	3,5€
CREME DE MARISCO COM TOSTA DE ERVAS	4,5€

PARA PARTILHAR



CROQUETES 6 UNI	
2 PRESUNTO - 2 GAMBAS - 2 ALHEIRA E GRELOS	5,5€
OVOS ROTOS.....	14€

COUVERT



Azeitonas temperadas.....	2,3€
Manteigas	2,3€
Seleção de pães	3,5€
Cesto de torradas.....	3,5€
Paté de atum.....	4€
Queijo saloio 190G	4€
Camarão nº5 cozido 100G.....	4€

À MESA COM TODOS



ARROZES TRADICIONAIS

Arroz de tomate*	6€ 1 pessoa 10€ 2 pessoas
Arroz de feijão*	7€ 1 pessoa 12€ 2 pessoas
Arroz de cabrito à moda da Chefe Cristina Almeida ..	20€ 1 pessoa 38€ 2 pessoas
Arroz de costelinhas com grelos e salpicão	13€ 1 pessoa 24€ 2 pessoas

*complete com a nossa seleção de salgados



SELEÇÃO DE SALGADOS

MÉDIO/GRANDE

RISSÓIS DE CARNE.....	1,9€ UNI
CHAMUÇAS	1,9€ UNI
CROQUETE DE VITELA	1,9€ UNI
BOLOS DE BACALHAU	1,9€ UNI
SALPICÃO APROX. 80G	2,1€

MARISCO



MARISCADA MARÉ 49,5€

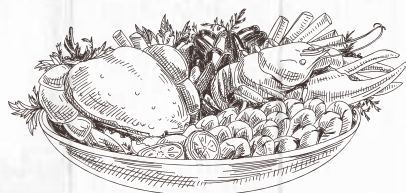
SAPATEIRA (1 UNI) - CAMARÃO Nº3 COZIDO (200G) - AMÊJOA (300G) - OSTRAS (200G)

PARA ACOMPANHAR,
ESPUMANTE CASA DA ÍNSUA BRUTO + 14€



MINI MARISCADA 22€

250 GR DE CAMARÃO Nº5
1 DOSE DE GAMBAS AL AJILLO
+1 IMPERIAL



À DOSE

OSTRAS AO KG	22,5€
CAMARÃO À LAURENTINA	16€
GAMBAS AL AJILLO	16€
AMÊJOA À BULHÃO PATO	18,5€
SAPATEIRA RECHEADA	35€

DO MAR PARA A GRELHA

ROBALO
DOURADA
GAROUPA
SALMÃO



PEIXE DO DIA

Consulte o preço junto
à montra de peixe ou junto
de um dos colaboradores.

ESPECIALIDADES

Massada de gambas	16,5€
Arroz de marisco	18,5€ 1 pessoa 34,5€ 2 pessoas
Cataplana de peixe e marisco	50€ 2 pessoas
Caril de gambas com arroz de coco	18€ 1 pessoa 25,5€ 2 pessoas
Filetes de polvo com arroz de tomate	19,5€ 1 pessoa 35€ 2 pessoas
Açorda de gambas com aroma de coentros	16,5€ 1 pessoa 30,5€ 2 pessoas
Bacalhau assado com pimentos e batata grelhada	21€



CLÁSSICOS

RECOMENDAÇÃO

NACO DE VITELA NA PEDRA 400g

COM BATATA GRELHADA E LEGUMES 44€

Cheeseburger
com batata frita e molho aioli 9€

Hambúrguer vegetariano
com batata frita e molho aioli 9€

Prego do lombo
com batata frita e alface 10€

Bitoque de porco 11,5€

Bitoque de peru 11,5€

Bitoque de vitela 14,5€

Salada tropical 13,5€

FRANCESINHAS

SERVIDAS COM BATATA FRITA

HAMBÚRGUER 12€

ALHEIRA - PERU - PORCO 13,5€

VITELA 14,5€

MARISCO 14,5€



OMELETES

SERVIDAS COM BATATA FRITA E SALADA

SIMPLES 8€

MISTA 9,8€

VEGETARIANA 9,8€

CAMARÃO 12€



ESPECIALIDADE

BIFE À ANTÁRTIDA

SERVIDO COM BATATA FRITA

Porco 13€

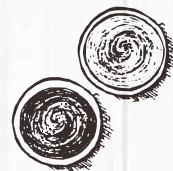
Peru 13,5€

Vazia 15,5€

Lombo 21,5€

ESCOLHA O MOLHO

- Mostarda com sementes
- Três pimentas
- Cogumelos
- Cerveja
- Manteiga de alho



ACOMPANHAMENTOS EXTRA

OVO ESTRELADO 1,2€

ARROZ 2,5€

BATATA FRITA 2,9€

LEGUMES 2,9€

SALADA MISTA 1/2 dose 4€ dose 7€

DOSE EXTRA DE MOLHO 3€

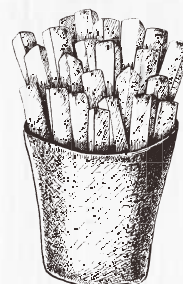
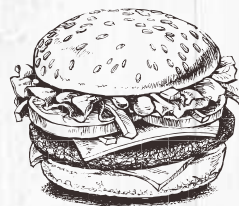
INFANTIL

PRATOS INFANTIS

ATÉ AOS 10 ANOS

Bifinho de peru com batata frita e ovo..... 7,5€

Douradinhos com arroz branco e batata frita 8,6€



SOBREMESAS

PARA TERMINAR

FRUTA

DA ÉPOCA.....3,4€

TROPICAL.....4,6€

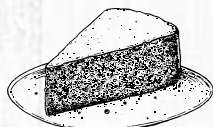


FRIOS

CHEESECAKE
DE FRUTOS SILVESTRES..... 5€

GELADO TARTE DE WHISKY 7€

GELADO TARTE DE WHISKY
“À NOSSA MANEIRA” 9€



TRADICIONAIS

BOLO DE BOLACHA 4€

MOUSSE DE CHOCOLATE 4€

TORTA DE LARANJA 4€

NATAS DO CÉU..... 4€



QUEIJO

SERRA DA ESTRELA
CASA DA ÍNSUA 9€



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, peixes, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremço, moluscos.

Queremos servi-lo melhor. Se for alérgico ou intolerante a algum alimento ou substância referida acima, por favor consulte os nossos colaboradores.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o couvert, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este for inutilizado.

IVA incluído à taxa em vigor. Neste estabelecimento existe livro de reclamações.

Preços sujeitos a alteração. Informamos que não aceitamos pagamentos em cheque.

MENU

NOVAS IGUARIAS DE MARISCO



STARTERS

TO START



CREAMY VEGETABLE SOUP	3,5€
CREAMY SEAFOOD SOUP WITH HERB TOASTS	4,5€

TO SHARE



CROQUETTES 6 PCS 2 DRY CURED HAM - 2 PRAWNS - 2 ALHEIRA [PORTUGUESE TRADITIONAL GAME SAUSAGES] AND TURNIP GREENS	5,5€
OVOS ROTOS [CHIPS, FRIED EGGS, DRY CURED HAM AND PARSLEY]	14€

COUVERT



Marinated olives	2,3€
Butters	2,3€
Bread selection	3,5€
Toast basket	3,5€
Tuna pâté	4€
Country cheese 190G	4€
Boiled prawns no. 5 100G	4€

AT THE TABLE WITH EVERYONE



TRADITIONAL RICES

Tomato rice*	6€ 1 person 10€ 2 people
Bean rice*	7€ 1 person 12€ 2 people
Chef Cristina Almeida's kid goat rice	20€ 1 person 38€ 2 people
Pork ribs rice with turnip greens and salpicão [Portuguese cured smoked sausage]	13€ 1 person 24€ 2 people

*complete with our selection of savoury snacks



SELECTION OF SAVOURY SNACKS

MEDIUM/LARGE

BEEF RISSOLES	1,9€ PC
SAMOSAS	1,9€ PC
VEAL CROQUETTE	1,9€ PC
SALT COD FRITTERS	1,9€ PC
SALPICÃO [PORTUGUESE CURED SMOKED SAUSAGE] APPROX. 80G	2,1€

SEAFOOD



SEAFOOD PLATTER *MARÉ* 49,5€

FILLED CRAB (1 PC) - BOILED SHRIMPS NO. 3 (200G) - CLAMS (300G) - OYSTERS (200G)

TO PAIR WITH,

CASA DA ÍNSUA BRUT SPARKLING WINE + 14€

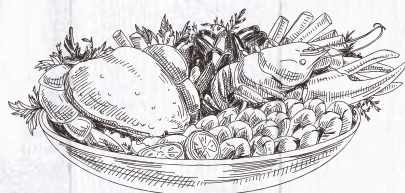


MINI SEAFOOD PLATTER ... 22€

250 GR PRAWNS NO. 5

1 PLATTER OF GARLIC PRAWNS

+1 BEER



BY THE PORTION

OYSTERS AO KG 22,5€

CAMARÃO À LAURENTINA

[PRAWNS COOKED IN A RICH, SPICY COCONUT SAUCE] 16€

PRAWNS AL AJILLO [GARLIC PRAWNS] 16€

AMÊJOA À BULHÃO PATO [CLAMS IN LEMON AND WINE SAUCE] .. 18,5€

FROM THE SEA TO THE GRILL

SEA BASS

GRILLED SEA BRIM

GROUPE

GRILLED SALMON



FISH OF THE DAY

Please check the prices in the fish display or with one of the staff.

SPECIALITIES

Prawn pasta 16,5€

Seafood rice 18,5€ 1 person | 34,5€ 2 people

Cataplana de peixe e marisco [Fish and sea food stew] 50€ 2 people

Prawns curry with coconut rice 18€ 1 person | 25,5€ 2 people

Octopus fillets with tomato rice 19,5€ 1 person | 35€ 2 people

Prawns and bread stew with coriander 16,5€ 1 person | 30,5€ 2 people

Grilled salt cod with peppers and grilled potatoes 21€



THE CLASSICS

RECOMMENDATION

GRILLED BEEF

400g

WITH GRILLED POTATOES AND VEGETABLES... 44€

Cheeseburger

with chips and aioli sauce 9€

Veggie burger

with chips and aioli sauce 9€

Prego [A sandwich with grilled veal fillet]

with chips and lettuce 10€

Bitoque Pork [Grilled pork fillet] 11,5€

Bitoque Turkey [Grilled turkey fillet] 11,5€

Bitoque Veal [Grilled veal fillet] 14,5€

FRANCESINHAS

[BREAD, MEAT FILLET, CHEESE, HAM, SAUSAGE
AND SPICY SAUCE] WITH CHIPS



BURGER 12€

ALHEIRA [PORTUGUESE TRADITIONAL GAME SAUSAGE] 13,5€

TURKEY 13,5€

PORK 13,5€

VEAL 14,5€

SEAFOOD 14,5€

OMELETTES

WITH CHIPS AND SALAD

PLAIN 8€

MIXED 9,8€

VEGETARIAN 9,8€

PRAWNS 12€



SPECIALITIES

STEAK À ANTÁRTIDA

WITH CHIPS

Pork 13€

Turkey 13,5€

Flank 15,5€

Sirloin 21,5€

CHOOSE THE SAUCE

- Mustard seeds
- Three peppers
- Mushrooms
- Beer
- Garlic butter



EXTRA SIDE DISHES

FRIED EGG 1,2€

RICE 2,5€

CHIPS 2,9€

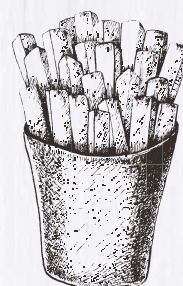
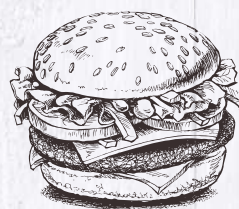
VEGETABLES 2,9€

MIXED SALAD ½ portion 4€ | portion 7€

EXTRA PORTION OF SAUCE 3€

KID'S MENU

UNDER 10 YEARS OLD



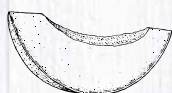
Grilled turkey steak with fried egg and chips 7,5€

Fish fingers with rice and chips 8,6€

DESSERTS

TO FINISH

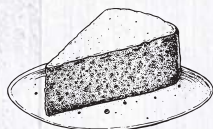
FRUIT



IN SEASON 3,4€

TROPICAL 4,6€

FROZEN DESSERTS



FRUITS OF THE FOREST
CHEESECAKE. 5€

WHISKEY ICE CREAM CAKE 7€

WHISKEY ICE CREAM CAKE **"OUR WAY"**
[DRIZZLED WITH WHISKEY] 9€



TRADITIONAL DESSERTS

BOLO DE BOLACHA [BISCUIT AND BUTTER CAKE] ... 4€

CHOCOLATE MOUSSE 4€

ORANGE SWISS ROLL 4€

NATAS DO CÉU [WHIPPED CREAM, EGG YOLK CUSTARD
AND CRUSHED BISCUITS IN LAYERS] 4€

CHEESE



CHEESE *SERRA DA ESTRELA*
CASA DA ÍNSUA 9€

Your meal contains or may contain the following products and their derivatives:

Cereals containing gluten, shellfish, eggs, fish, peanuts, soya, milk, nuts, celery, mustard, sesame seeds, sulphur dioxide and sulphites, lupins, molluscs.

We wish to serve you better. If you are allergic or intolerant to any food or substance mentioned above, please advise our staff.

For those who are not allergic or have food intolerances, these products are completely harmless.

No dish, food or drink, including the starters, can be charged if not requested by the customer or unused.

VAT inclusive at the standard rate. Complaints book available.

Prices subject to change. Please note that we do not accept cheque payments.

BEBIDAS DRINKS

CERVEJAS . COCKTAILS . VINHO . REFRIGERANTES BEERS . COCKTAILS . WINE . SOFT DRINKS



CERVEJA BEER

PRESSÃO DRAUGHT

PANACHÉ | TANGO

[SHANDY | "TANGO" -GOOSEBERRY BERRY WITH BEER] 20cl 1,6€

SUPER BOCK ORIGINAL | STOUT

20cl 1,6€ 40cl 2,5€ 50cl 3,0€

CERVEJA COM MARTINI

BEER WITH MARTINI 3,3€

GARRAFA BOTTLE

SUPER BOCK FREE 33cl [ALCOHOL FREE BEER] 2,1€

SUPER BOCK PRETA FREE 33cl [ALCOHOL FREE STOUT BEER] 2,1€

SUPER BOCK STOUT 33cl 2,2€

SOMERSBY MAÇÃ | APPLE 33cl 3,4€



ARTESANAL CRAFT BEER

SELECÇÃO 1927



EDIÇÃO LIMITADA LIMITED EDITION 25cl 2,5€

MUNICH DUNKEL 25cl 2,5€

BAVARIA WEISS 25cl 2,5€

BENGAL AMBER IPA 25cl 2,5€

TÁBUA DE PROVA BEER TASTING BOARD 4,5€



ÁGUAS WATER

ÁGUA VITALIS STILL WATER 37,5cl 1,7€

ÁGUA VITALIS STILL WATER 75cl 2,9€

ÁGUA DAS PEDRAS

SPARKLING WATER 25cl 1,7€

ÁGUA DAS PEDRAS LIMÃO

SPARKLING WATER LEMON 25cl 1,8€

ÁGUA DAS PEDRAS

SPARKLING WATER 75cl 3,4€

ÁGUA CASTELO SPARKLING WATER 75cl 1,7€

ÁGUA TÓNICA TONIC WATER 1,7€

SUMOS NATURAIS FRESH JUICES



LIMONADA LEMONADE 3,5€

SUMO DE LARANJA NATURAL

FRESHLY SQUEEZED ORANGE JUICE 4,0€

DIGESTIVOS DIGESTIVES

BRANDY CROFT 4,6€

SÃO DOMINGOS 4,6€

LICOR BEIRÃO 5,2€

CUTTY SARK NOVO NEW 5,5€

FAMOUS GROUSE 5,5€

J&B NEW 5,5€

ANTIQUA 6,9€

JAMESON 7,0€

LOGAN 7,0€

TANQUERAY 7,0€

BOMBAY SAPPHIRE 7,9€

J&B 15 ANOS 15 YEARS 8,6€

VELHA CRF OLD 9,5€

CARDHU 10,0€

HENDRICKS 10,0€

AGUARDENTE CASA DA ÍNSUA 34,5€



APERITIVOS APERITIFS



MARTINI BIANCO | ROSSO 3,2€

MOSCATEL FAVAIOS 4,0€

PORTO FERREIRA TINTO TAWNY RED 4,5€

PORTO FERREIRA 10 ANOS 10 YEARS 10,0€



REFRIGERANTES SOFT DRINKS



COCA-COLA PRESSÃO FOUNTAIN COCA-COLA 20 cl 1,8€

SNAPPY PRESSÃO FOUNTAIN SNAPPY 20 cl 1,8€

GINGER ALE 25 cl 1,8€

COCA-COLA ORIGINAL | ZERO 2,0€

ICED TEA LIMÃO LEMON 30 cl 2,0€

ICED TEA MANGA MANGO 30 cl 2,0€

ICED TEA PÊSSEGO PEACH 30 cl 2,0€

SPRITE 35 cl 2,0€

NÉCTAR MANGA-LARANJA

ORANGE-MANGO FRUIT NECTAR 20 cl 2,0€

NÉCTAR PERA PEAR NECTAR 20 cl 2,0€

NÉCTAR PÊSSEGO PEACH NECTAR 20 cl 2,0€

SPRITE 35 cl 2,0€

GUARANÁ 33 cl 2,0€



VINHOS WINE



BRANCO WHITE WINE

CASA DA ÍNSUA COLHEITA RESERVE WINE 750ml	12,5€
CASA DA ÍNSUA SÉMILLON 750ml	15,0€
CASA DA ÍNSUA ENCRUZADO RESERVA RESERVE 750ml	18,5€
CAIADO 750ml	12,5€
PEDRA CANCELA WINEMAKER SELECTION 750ml	12,5€
PLANURA 375ml 6,2€ 750ml	12,5€
CABRIZ 375ml 7,5€ 750ml	12,5€
QUINTA DOS CARVALHAIS DUQUE DE VISEU 750ml	14,4€
MORGADO DE SILGUEIROS ENCRUZADO 750ml	14,7€
DIÁLOGO 750ml	16,5€
QUINTA DO VALLADO 750ml	17,8€
VINHA PAZ 750ml	18,5€
ESPORÃO RESERVA RESERVE WINE 750ml	23,0€
VINHO A COPO WINE BY THE GLASS 20ml	3,5€

ROSÉ

CASA DA ÍNSUA	13,0€
MATEUS 375ml 7,5€ 750ml	13,0€

SANGRIA

BRANCA | TINTA

WHITE WINE | RED WINE 1,5 L 17,20€

ESPUMANTE COM FRUTOS DO BOSQUE

SPARKLING WINE WITH RED FRUITS 1,5 L 19,50€



CAFETARIA HOT DRINKS

ESPRESSO DESCAFEINADO DECAF	1,3€
CARIOCA DE CAFÉ LIMÃO	
WEAK ESPRESSO LEMON PEEL INFUSION	1,2€
MEIA DE LEITE CAFFE LATTE	1,6€
GALÃO DOUBLE LATTE	1,6€
CHÁ TEA	1,8€
• CAMOMILA CHAMOMILE	
• MENTA MINT	
• PRETO BLACK	
• VERDE GREEN	



TINTO RED WINE

CASA DA ÍNSUA COLHEITA HARVEST 375ml 7,0€ 750ml	13,0€
CASA DA ÍNSUA RESERVA RESERVE 750ml	26,0€
CASA DA ÍNSUA GRANDE RESERVA 2012	
TOURIGA NACIONAL 750ml	57,5€
SOLAR DOS LOBOS 750ml	12,0€
CAIADO 750ml	12,7€
PLANURA 750ml	12,7€
CABRIZ 375ml 7,0€ 750ml	13,0€
MORGADO DE SILGUEIROS	
TOURIGA NACIONAL 750ml	16,1€
DIÁLOGO 375ml 9,2€ 750ml	16,5€
PAPA FIGOS 750ml	16,7€
VINHA DE REIS 750ml	17,0€
QUINTA DO VALLADO 750ml	17,8€
VINHA PAZ 750ml	18,5€
PEDRA CANCELA RESERVA RESERVE 750ml	26,0€
PLANURA RESERVA RESERVE 750ml	26,0€
ESPORÃO	34,0€
VINHO A COPO WINE BY THE GLASS 20ml	3,5€



VERDE VERDE WINE

CASAL GARCIA 375ml 7,5€ 750ml	12,1€
QUINTA DA AVELEDA 375ml 8,1€ 750ml	12,1€
MURALHAS 375ml 8,1€ 750ml	12,7€
CONTACTO ALVARINHO 750ml	21,3€
SOALHEIRO ALVARINHO 750ml	27,6€

À PRESSÃO WINE ON TAP

VINHO A COPO WINE BY THE GLASS 20ml	2,1€
JARRA PITCHER 50ml	5,7€
JARRA PITCHER 1L	8,6€



ESPUMANTE SPARKLING WINE

CASA DA ÍNSUA BRUTO BRUT	16,1€
CASA DA ÍNSUA ROSÉ BRUTO BRUT	51,8€
CABRIZ BRUTO BRUT	15,5€
TERRAS DO DEMO BRUTO BRUT	18,4€
TERRAS DO DEMO TINTO BRUTO RED BRUT	21,9€
MURGANHEIRA RESERVA RESERVE	
MEIO SECO SEMI-DRY	20,7€
MURGANHEIRA	
RESERVA BRUTO RESERVE BRUT	24,2€

IVA incluído à taxa em vigor.

Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o couvert, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este for inutilizado.

VAT inclusive at the standard rate

No dish, food or drink, including the starters, can be charged if not requested by the customer or unused.

ANTARTIDA.PT