



HARMONIA
RESTAURANTE

“Cozinhar não é serviço,
cozinhar é um modo de
amar os outros.”

MIA COUTO

Sem dúvida que a nossa cozinha é marcada pelo amor.

Um amor pela tradição gastronómica portuguesa, pelos produtos, pela sua qualidade e origem.

Um amor que se expande para lá da cozinha, para cada um dos nossos clientes e para a sua satisfação, pois são eles que nos dão a motivação para fazermos sempre melhor.

E um amor pela criatividade e pelos detalhes, pois em cada prato que fazemos queremos colocar a nossa marca e diferença, elevando a experiência no Harmonia.

Este é o espírito e a visão do Chef Marco Costa que queremos partilhar consigo em cada um dos nossos pratos.

O nosso couvert. Apressado come cru.

Couvert.

Pão de fermentação natural, centeio, rústico e broa de milho <i>Bread</i>	2.50€
Azeitonas e manteiga de bacon <i>Olives & bacon butter</i>	3.00€
Salgados e bola variados <i>Typical portuguese pastries</i>	1.50€ unidade

As nossas entradas. A boa comida requer o bom vinho.

Starters.

Presunto 5Jotas <i>Black pork smoked ham</i>		16.00€
Salada de Polvo <i>Octopus salad</i>		8.50€
Carapau de escabeche <i>Pickled mackerel</i>		6.00€
Tábua de Queijos <i>Cheeses selection</i>		16.50€
Queijo de Seia <i>North Portugal typical cheese</i>		6.00€
Carpaccio de Polvo com vinagrete de vinho tinto <i>Octopus carpaccio</i>		14.50€
Pica pau de atum <i>Tuna with soy sauce</i>		16.50€
Tempura de Bacalhau <i>Codfish tempura</i>		12.50€
Ovos mexidos com farinheira <i>Scrambled eggs with portuguese typical sausage</i>		7.50€
Croquetes de farinheira <i>Typical portuguese sausage croquettes</i>		9.00€
Gambas à Guilho <i>Prawns with garlic</i>		14.00€
Mini hambúrgueres <i>Mini burgers with cheese & red onion</i>		12.50€
Amêijoas à bulhão pato <i>Clams</i>		18.50€
Camarão tigre <i>Tiger shrimp</i>		80.00€ kg

Os nossos peixes. Quem peixe procura, peixe acha!

Todo o peixe grelhado acompanha batata à murro e legumes.

All the grilled fish is served with smash potatoes & vegetables.

Peixe grelhado a peso, consulte a nossa peixaria. *Grilled fish*

Polvo à lagareiro <i>Grilled octopus with olive oil & garlic</i>	21.50€
Bacalhau à lagareiro * <i>Grilled codfish with olive & garlic</i>	26.50€
Espetada de garoupa com gambas * <i>Grouper skewer with prawns.</i>	23.50€
Espetada de lulas com gambas * <i>Squid skewer with prawns.</i>	23.50€
Robalo ao sal * <i>Sea bass cooked in salt</i>	49.80€ kg
Cataplana de peixe * <i>Cooked fish in portuguese typical "Cataplana"</i>	52.50€
Açorda de Gambas * <i>Portuguese typical dish, with prawns and bread</i>	37.50€
Arroz de Gambas <i>Prawn rice</i>	37.50€
Arroz do Mar * <i>Seafood rice</i>	58.50€
Arroz de Lavagante e Peixe * <i>Lobster & fish rice</i>	98.50€

*Prato com maior tempo de confeção.

**More cooking time.*

As nossas carnes. Quem come a carne que chupe os ossos!

Todos os acompanhamentos são à parte.

All the sides are not included.

Bife à Harmonia (mix de cogumelos, camarão tigre, vinho tinto e natas) <i>Tenderloin steak, with mushrooms, prawn tiger, red wine and cream</i>	32.50€	
Posta à Mirandesa <i>Typical portuguese steak, with olive oil sauce</i>	19.50€	
Bife à Portuguesa <i>Portuguese steak with special sauce & smoked ham</i>	18.90€	
Naco da Vazia na pedra <i>Sirloin meat, cooked under a hot stone at the table</i>	19.80€	
Naco do Lombo na pedra <i>Tenderloin meat, cooked under a hot stone at the table</i>	26.50€	
Lombinhos de porco preto com camarão <i>Black pork scallops with prawns</i>	15.50€	22.50€
Escalopes com cogumelos <i>Veal scallops with mushrooms & cream</i>	15.50€	22.50€
Picanha grelhada <i>Grilled rump cap</i>	16.00€	22.00€
Tábua brasileira <i>Mix grilled beef, with banana, pineapple and sausage</i>	16.00€	22.00€
Tábua Ibérica (secretos, plumas, lombo de porco preto e lagartos) <i>Black pork mixed grill</i>	19.50€	26.50€
Costeletas de borrego <i>Grilled lamb chops</i>	19.50€	
Bife da vazia <i>Sirloin grilled steak</i>	19.80€	
Bife do lombo <i>Tenderloin grilled steak</i>	26.50€	
Bitoque da vazia <i>Sirloin steak with special sauce and fried egg</i>	13.50€	
Bitoque do lombo <i>Tenderloin steak with special sauce and fried egg</i>	18.50€	
Espetada de porco preto, com bacon e abacaxi <i>Black pork skewer with bacon & pineapple</i>	21.80€	
Espetada do lombo, com camarão e abacaxi <i>Tenderloin skewer with bacon & prawns</i>	26.80€	

A nossa carne maturada. **Não há carne sem osso nem fruta sem caroço.**

Todos os acompanhamentos são à parte.

Aged beef. All the sides are not included.

Bife Ribeye	25.50€
Bife Entrecôte	25.50€
Bife da Vazia	25.50€
Tomahawk	45.90€ kg
T. Bone	45.90€ kg
Seleção de Carnes para 2 pessoas <i>Aged beef selection for 2 persons</i>	95.00€
Seleção de Carnes para 4 pessoas <i>Aged beef selection for 4 persons</i>	160.00€

Os nossos risottos. **Eu dou-te o arroz!**

Risottos.

Risotto de Três Cogumelos (Paris, Marrom & Shitake) <i>Mushrooms risotto</i>	18.00€
Risotto de Camarão Tigre <i>Prawn tiger risotto</i>	26.50€

Os nossos pratos vegetarianos. **Agradar a gregos e troianos.**

Vegan dishes

Legumes à brás <i>Sautéed vegetables with french fries</i>	15.00€
Caril Vegetariano <i>Vegetables curry</i>	18.50€

Os nossos acompanhamentos. A comida para ser perfeita deve vir com uma boa companhia.

Side dishes

Arroz branco <i>Rice</i>	2.00€
Batata frita <i>French fries</i>	2.00€
Batata doce frita <i>Sweet french fries</i>	3.00€
Batata frita mix <i>Mix of french fries</i>	3.00€
Salada mista <i>Mix salad</i>	3.00€
Ovo estrelado <i>Fried egg</i>	1.00€
Abacaxi grelhado <i>Grilled pineapple</i>	2.00€
Esparregado <i>Smashed spinach</i>	3.50€
Travessa de legumes <i>Sautéed broccolis & green beans</i>	3.00€
Feijão preto <i>Black beans</i>	3.00€
Grelos salteados <i>Sautéed turnip tops</i>	3.80€
Migas da beira <i>Typical portuguese sautéed vegetables</i>	4.00€

O nosso menu infantil. De pequenino é que se torce o pepino.

Até aos 10 anos.

Child under 10 years old.

Esparguete à Bolonhesa	11.50€
<i>Spaghetti with minced meat & cheese</i>	
Hambúrguer grelhado com ovo estrelado, arroz e batata frita	11.50€
<i>Grilled burger with fried egg, rice & french fries</i>	