



PARA ABRIR O APETITE COMEÇAMOS COM...
(p/pessoa)

PVP

A nossa seleção de pão

1.50€

Manteigas artesanais, azeite alentejano, tapenade de azeitona

3.25€

MENU DEGUSTAÇÃO SLOW SEA (p/pessoa)

Viaje pelos sabores da nossa carta pelas mãos do nosso Chefe em 4 momentos

46.00€

Harmonização de bebidas

16.00€

UM ACONCHEGO

Creme de legumes da horta

4.50€

Creme de tomate com ovo b.t. e presunto regional

6.50€

A nossa sopa de peixe, algas marinhas e lagostim

9.50€

O INÍCIO DE UMA VIAGEM GASTRONÓMICA

Esferas de alheira de caça com molho de maçã golden

7.00€

Salada de mozzarella fresca, tomate cherry e amêndoa torrada

8.00€

Ovo a baixa temperatura, cogumelos, presunto alentejano e azeite trufado

9.50€

Os nossos filetes de sardinha marinados com triologia de texturas de cebola

10.50€

Camarões selvagens salteados à SLOW

17.00€

Pato confitado, foie-gras, compota de figo e queijo de cabra

17.00€

Vieira, lagostim, azeitona negra, presunto alentejano e ervas aromáticas

23.00€

DA COSTA PARA O PRATO

Linguíni negro com salteado de camarão e mexilhão

20.00€

Risoto de lula, tinta de choco, lagostim e coentros

21.00€

Lombo de bacalhau da Noruega, batata, ovo e legumes da época

24.00€

Tranche de corvina real com risoto de espargos verdes e perfume de lima

25.00€

Polvo ao alho, puré de sépia, ervilha e compota de pimento assado

27.00€

Massada de garoupa, camarão e coentros da nossa horta

29.00€

Filete de robalo com arroz de bivalves da Costa Vicentina

33.00€

A NOSSA SELEÇÃO DE CARNES

PVP

Peito de frango grelhado com salteado de esparguete e verduras da época 16.50€

Risoto de pato e enchidos regionais com perfume de laranja 18.00€

Lombinho de porco preto, arroz selvagem, maçã e cogumelos salteados 21.00€

Entrecôte grelhado “Monte do Pasto”, batata frita e pimentos padrón 28.00€

Medalhão de vitela com feijão branco, beterraba e cogumelos salteados 29.00€

Perna de cordeiro de leite, cremoso de batata e legumes salteados 34.00€

PARA OS MAIS NOVOS

Bifinho de frango grelhado com esparguete 9.50€

Hambúrguer de vitela com arroz, batata frita e ovo estrelado 14.00€

Filete de salmão com arroz branco 17.50€

AS NOSSAS ESPECIALIDADES

com reserva antecipada (2 pessoas)

Arroz ou massada de cherne com camarão selvagem 65.00€

Robalo ao sal, batata a murro e legumes salteados 95.00€

Arroz ou risoto de lagosta de Sines com perfume de coentros 110.00€

Arroz ou risoto de carabineiro 140.00€

O nosso variado de marisco 130.00€
(santola, camarão, ameijoas, mexilhão, lingueirão, berbigão, vieiras, lagostins)

PARA TERMINAR EM GRANDE!

Bola de gelado 3.50€

Fruta da época laminada 3.50€

Fruta tropical laminada 5.50€

Leite creme queimado 5.00€

Crocante de arroz-doce com gelado de baunilha de Madagáscar 7.50€

Cheesecake, baunilha, café e chocolate gold 8.00€

Coulant de chocolate negro com gelado de limão siciliano 8.50€

“Pina colada Slow Sea” panacota de ananás e gelado de coco 8.00€

Brownie de chocolate e frutos secos com gelado de frutos do bosque 9.50€

VEGETARIANO/VEGAN

PARA ABRIR O APETITE COMEÇAMOS COM... (p/pessoa) PVP

A nossa seleção de pão 1.50€

Manteigas artesanais, azeite alentejano, tapenade de azeitona 3.25€

O INÍCIO DE UMA VIAGEM GASTRONÓMICA

Creme de legumes da horta 4.50€

Creme de tomate com ovo a baixa temperatura 6.50€

Variado de legumes grelhados 7.50€

Salada de mozzarella fresca, tomate cherry e amêndoa torrada 8.00€

Cogumelos salteados com espargos verdes e azeite trufado 9.50€

O MELHOR QUE A NOSSA TERRA NOS OFERECE

Ovos rotos com cogumelos frescos e batata frita 14.50€

Esparguete salteado com legumes e tofu 15.50€

Risoto de cogumelos selvagens e parmesão 16.50€

Bife de seitan, arroz selvagem e verduras variadas 17.50€

Hambúrguer vegan, puré de feijão branco e cogumelos salteados 19.00€

PARA TERMINAR À GRANDE!

Fruta da época laminada 3.50€

Fruta tropical laminada 5.50€

Taça de gelado de coco com abacaxi 6.50€

Panqueca de aveia, manga e gelado de maracujá 9.00€

Brownie vegan de frutos secos e gelado de morango 12.00€

· Preços com IVA incluído à taxa legal em vigor

· Este estabelecimento tem livro de reclamações

· No caso de ter alguma intolerância alimentar ou alergia, informe o funcionário antes de efetuar pedido

· Horário de funcionamento: [almoço] 12h30-15h [jantar] 19h30-22h30



TO START YOUR APPETITE...

(p/person)

PVP

Our selection of bread

1.50€

Handmade butters, Alentejo olive oil, olive tapenade

3.25€

SLOW SEA TASTING MENU

(p/person)

Travel through the flavors of our menu through the hands of our chef in 4 moments

46.00€

Pairing drinks

16.00€

A WARM FEELING

Garden vegetable cream

4.50€

Tomato cream with egg l.t. and regional ham

6.50€

Our fish, seaweed and crayfish soup

9.50€

THE BEGINNING OF A GASTRONOMIC JOURNEY

Game meat spheres with golden apple sauce

7.00€

Fresh mozzarella, cherry tomato and toasted almond salad

8.00€

Low temperature egg, mushrooms, Alentejo ham and truffled olive oil

9.50€

Our marinated sardine fillets with onion textures trilogy

10.50€

SLOW sautéed wild shrimp

17.00€

Duck confit, foie-gras, fig compote and goat cheese

17.00€

Scallop, crayfish, black olive, Alentejo ham and aromatic herbs

23.00€

FROM OUR SEA COAST TO A PLATE

Black linguini with sautéed shrimp and mussels

20.00€

Squid risotto, cuttlefish ink, crayfish and coriander

21.00€

Norwegian cod loin, potatoes, egg and seasonal vegetables

24.00€

Croaker fillet with green asparagus risotto and lime perfume

25.00€

Octopus with garlic, sepia purée, peas and roasted pepper jelly

27.00€

Grouper, shrimp and coriander pasta from our vegetable garden

29.00€

Sea bass fillet with shellfish rice from Costa Vicentina

33.00€

OUR MEAT SELECTION

Grilled chicken breast with sautéed spaghetti and seasonal vegetables 16.50€

Duck risotto and regional sausages with orange perfume 18.00€

Black pork tenderloin, wild rice, apple and sautéed mushrooms 21.00€

“Monte do Pasto” grilled entrecote, french fries and padrón peppers 28.00€

Medallion of veal with white beans, beetroot and sautéed mushrooms 29.00€

Leg of lamb with milk, creamy potato and sautéed vegetables 34.00€

FOR THE KIDS

Grilled chicken steak with spaghetti 9.50€

Veal burger with rice, french fries and fried egg 14.00€

Salmon fillet with white rice 17.50€

OUR SPECIALTIES

with advance booking (2 people)

Grouper rice or pasta with wild shrimp 65.00€

Sea bass with salt, mashed potatoes and sautéed vegetables 95.00€

Rice or lobster risotto from Sines with coriander perfume 110.00€

Rice or prawn risotto 140.00€

Our seafood variety 130.00€
(santola, shrimp, clams, mussels, razor clams, cockles, scallops, crayfish)

TO FINISH BIG!

Ice cream scoop 3.50€

Laminated seasonal fruit 3.50€

Sliced tropical fruit 5.50€

Burnt cream milk 5.00€

Crispy rice pudding with Madagascar vanilla ice cream 7.50€

Cheesecake, vanilla, coffee and chocolate gold 8.00€

Dark chocolate coulant with sicilian lemon ice cream 8.50€

“Pina colada Slow Sea” panacota with pineapple and coconut ice cream 8.00€

Chocolate and dried fruit brownie with berries of the forest ice cream 9.50€

VEGETARIAN MENU / VEGAN

TO START YOUR APPETITE... (p/person) PVP

Our selection of bread 1.50€

Handmade butters, Alentejo olive oil, olive tapenade 3.25€

THE BEGINNING OF A GASTRONOMIC JOURNEY

Garden vegetable cream 4.50€

Low temperature tomato cream with egg 6.50€

Assorted grilled vegetables 7.50€

Fresh mozzarella, cherry tomato and toasted almond salad 8.00€

Sautéed mushrooms with green asparagus and truffle oil 9.50€

THE BEST OUR LAND OFFERS US

Scrambled eggs with fresh mushrooms and french fries 14.50€

Sautéed spaghetti with vegetables and tofu 15.50€

Wild mushroom and parmesan risotto 16.50€

Seitan steak, wild rice and assorted vegetables 17.50€

Vegan burger, white bean purée and sautéed mushrooms 19.00€

TO FINISH BIG!

Laminated seasonal fruit 3.50€

Sliced tropical fruit 5.50€

Bowl of coconut ice cream with pineapple 6.50€

Oat pancake, mango and passion fruit ice cream 9.00€

Vegan dried fruit brownie with strawberry ice cream 12.00€

· Prices with VAT included at the legal rate in use

· This establishment has a complaint book

· If you have any food intolerance or allergies, please inform the employee before ordering.

· Opening hours: [lunch] 12h30–15h | [dinner] 19h30–22h30



PARA ABRIR EL APETITO...

(p/persona)

PVP

Nuestra selección de pan

1.50€

Mantequillas artesanales, aceite de oliva alentejano, tapenade de aceitunas

3.25€



MENÚ DEGUSTACIÓN SLOW SEA

(p/persona)

Viaja por los sabores de nuestro menu de la mano de nuestro chef en 4 momentos

46.00€

Bebida maridaje

16.00€

UN SENTIMIENTO CÁLIDO

Crema de verduras de huerta

4.50€

Crema de tomate con huevo b.t. y jamón regional

6.50€

Nuestra sopa de pescado, algas y cigalas

9.50€

EL COMIENZO DE UN VIAJE GASTRONÓMICO

Esferas de carne de caza con puré de manzana dorada

7.00€

Ensalada de mozzarella fresca, tomate cherry y almendras tostadas

8.00€

Huevo a baja temperatura, champiñones, jamón alentejano y aceite de oliva trufado

9.50€

Nuestros filetes de sardina marinada con texturas de cebolla triología

10.50€

Gambas salvajes salteadas SLOW

17.00€

Confit de pato, foie-gras, compota de higos y queso de cabra

17.00€

Vieira, cigala, aceituna negra, jamón alentejano y hierbas aromáticas

23.00€

DE NUESTRA COSTA DE MAR A UN PLATO

Linguini negro con salteado de gambas y mejillones

20.00€

Risotto de calamar, tinta de sepia, cigala y cilantro

21.00€

Lomo de bacalao noruego, patatas, huevo y verduras de temporada

24.00€

Tramo de corvina real con risotto de espárragos verdes y perfume de lima

25.00€

Pulpo al ajillo, puré de sepia, guisantes y compota de pimienta asado

27.00€

Pasta de mero, gambas y cilantro de nuestra huerta

29.00€

Filete de lubina con arroz de bivalvos de la Costa Vicentina

33.00€



NUESTRA SELECCIÓN DE CARNES

PVP

Pechuga de pollo a la plancha con espaguetis salteados y verduras de temporada 16.50€

Risotto de pato y chorizos regionales con perfume de naranja 18.00€

Solomillo de cerdo negro, arroz salvaje, manzana y champiñones salteados 21.00€

Entrecot a la brasa “Monte do Pasto”, patatas fritas y pimientos de padrón 28.00€

Medallón de ternera con judías blancas, remolacha y salteado de champiñones 29.00€

Pierna de cordero con leche, cremoso de patata y verduras salteadas 34.00€

PARA LOS NIÑOS

Filete de pollo a la plancha con espaguetis 9.50€

Hamburguesa de ternera con arroz, patatas fritas y huevo frito 14.00€

Filete de salmón con arroz blanco 17.50€

NUESTRAS ESPECIALIDADES

con reserva anticipada (2 gente)

Arroz de mero o pasta con gambas salvajes 65.00€

Lubina a la sal, puré de patata y salteado de verduras 95.00€

Risotto de arroz o bogavante de Sines con perfume de cilantro 110.00€

Risotto o arroz de carabinero 140.00€

Nuestra variedad de mariscos 130.00€
(santola, gambas, almejas, mejillones, navajas, berberechos, vieiras, cigalas)

PARA TERMINAR EN GRANDE!

Cuchara de helado 3.50€

Fruta de temporada laminada 3.50€

Sliced tropical fruit rodajas de fruta tropical 5.50€

Crema de leche quemada 5.00€

Arroz con leche crujiente con helado de vainilla de Madagascar 7.50€

Tarta de queso, vainilla, café y chocolate gold 8.00€

Coulant de chocolate negro con helado de limón siciliano 8.50€

Panacota “piña colada Slow Sea” con helado de piña y coco 8.00€

Brownie de chocolate y frutos secos con helado de frutos del bosque 9.50€

OPCIÓN VEGETARINA / VEGANO

PARA ABRIR EL APETITO EMPEZAMOS CON... (p/person)

PVP

Nuestra selección de pan 1.50€

Mantequillas artesanales, aceite de oliva alentejano, tapenade de aceitunas 3.25€

EL COMIENZO DE UN VIAJE GASTRONÓMICO

Crema de verduras de huerta 4.50€

Crema de tomate a baja temperatura con huevo 6.50€

Verduras variadas a la plancha 7.50€

Ensalada de mozzarella fresca, tomate cherry y almendras tostadas 8.00€

Champiñones salteados con espárragos verdes y aceite de trufa 9.50€

LO MEJOR QUE NOS OFRECE NUESTRA TIERRA

Huevos rotos de champiñones frescos y patatas fritas 14.50€

Espaguetis salteados con verduras y tofu 15.50€

Risotto de setas silvestres y parmesano 16.50€

Chuletón de seitán, arroz salvaje y verduras variadas 17.50€

Hamburguesa vegana, puré de alubias blancas y champiñones salteados 19.00€

PARA TERMINAR EN GRANDE!

Fruta de temporada laminada 3.50€

Rodajas de fruta tropical 5.50€

Bol de helado de coco con piña 6.50€

Tortita de avena, helado de mango y maracuyá 9.00€

Brownie vegano de frutos secos con helado de fresa 12.00€

· Precios con IVA incluido al tipo legal en vigor

· Este establecimiento dispone de libro de reclamaciones

· Si tiene alguna intolerancia o alergia alimentaria, por favor informe el empleado antes de ordenar su pedido

· Horario [almuerzo] 12h30-15h00 [cena] 19h30-22h30

		VINHOS BRANCOS			
		WHITE WINES / VINOS BLANCOS			
			0,75l	0,375l	copo
		REGIÃO ALENTEJO			
		Caiado	14.00€	9.50€	4.50€
		Marquês Borba	15.00€		4.50€
		Quinta do Carmo	19.50€		
		Herdade dos Grous	22.00€		
		Herdade do Rocim	22.00€		
		Herdade da Ravasqueira Vinha das Romãs	29.00€		
		Ravasqueira Encantado	16.00€		5.00€
		Monte da Carochinha Arinto e Encruzado	17.00€		6.00€
		Herdade do Rocim Fresh Amphora	28.00€		
		Paço dos Infantes Chardonnay	31.00€		
		Cellar Selection Antão Vaz & Alvarinho	34.00€		
		Invisível	39.00€		
		Tiago Cabaço Vinhas Velhas	24.00€		
		Tiago Cabaço		8.00€	
		Monsaraz Reserva	15.00€		
		Herdade da Ravasqueira Reserva da Família	25.00€		
		Monte da Carochinha Arinto Reserva	26.00€		
		Herdade do Perdigão Reserva	29.00€		
		Reserva do Comendador	37.00€		
		Vinho do Mar Reserva	75.00€		
			105.00€		
		REGIÃO DOURO			
		Tons de Duorum	16.00€		5.00€
		Carm	18.00€		
		Duorum Colheita	24.00€		
		Crasto	24.00€		
		Luís Pato Vinhas Velhas	25.00€		
		Carm Reserva	29.00€		
		Douro Redoma	38.00€		
		Castelo D' Alba		9.00€	
		REGIÃO DÃO			
		Morgado Silgueiros Encruzado	20.00€		
		Casa de Santar Reserva	35.00€		
		Buçaco	121.50€		
		VINHOS ROSÉS			
		ROSÉ WINES / VINOS ROSADOS			
			0,75l	0,375l	copo
		REGIÃO ALENTEJO			
		Caiado Rosé	14.00€	10.00€	4.50€
		Sobroso	19.00€		6.00€
		Reguengos Trifolium	21.00€		
		Herdade do Rocim Rosé	23.00€		
		Paço dos Infantes Rosé	28.00€		
		Cellar Seletion Rosé Syrah	29.00€		
		REGIÃO DOURO			
		Douro Assobio Rosé	15.50€		
		REGIÃO DÃO			
		Quinta da Giesta Rosé	16.00€		
ÁGUAS					
WATERS / AGUAS		PVP			
Água lisa 1l	3.00€				
Água gaseificada 1l	3.50€				
Água pedras limão	2.75€				
Água castelo	2.50€				
Água tônica	2.50€				
REFRIGERANTES					
SODA / REFRIGERANTES		PVP			
Coca-cola	2.75€				
Coca-cola zero	2.75€				
Sprite	2.75€				
Nestea	2.75€				
Fanta	2.75€				
Nectar	2.50€				
CERVEJAS					
BEERS / CERVEZAS		PVP			
Imperial 0,20l	2.00€				
Imperial 0,30l	2.50€				
Caneca 0,5l	4.50€				
Super bock	3.00€				
Super bock stout	3.00€				
Super bock 0,0 álcool	3.00€				
Carlsberg	3.00€				
Somersby	3.50€				
1927	4.50€				
Franziskaner	6.00€				
CAFETARIA					
CAFETERIA / CAFETERÍA		PVP			
Café expresso	1.50€	REGIÃO DOURO			
Descafeinado	1.50€	Douro Assobio Rosé			
Café americano	2.50€				
Café duplo	2.50€	REGIÃO DÃO			
Chás e infusões	2.00€	Quinta da Giesta Rosé			

VINHOS VERDES

GREEN WINES / VINOS VERDES

0,75l

copo

REGIÃO ALENTEJO

Vinho Verde Poema 28.00€

REGIÃO DOS VINHOS VERDES

Alvarinho Deu La Deu Reserva 25.00€

Vinho Verde Alvarinho Soalheiro Granit 28.00€

Vinho Verde Alvarinho Muros Melgaço 39.00€

VINHOS TINTOS

RED WINES

0,75l

0,375l

copo

REGIÃO ALENTEJO

Caiado 15.00€ 10.00€ 5.00€

Sobroso 18.00€ 6.00€

Folha do Meio 20.00€ 6.50€

Adega Maior Seleção 23.00€

Herdade dos Grous 24.00€

Cortes de Cima 2 Terroir 27.00€

Quinta do Carmo 36.00€

Monte da Peceguina 72.00€

Tiago Cabaço 8.00€

Vicentino Syrah 26.00€

Tiago Cabaço Syrah 28.00€

Cellar Seletion Syrah & Alicante Bouchet 38.00€

Paço dos Infantes Touriga Nacional 40.00€

Cortes de Cima Syrah 43.00€

Tiago Cabaço Vinhas Velhas 26.00€

Herdade do Rocim Fresh Amphora 28.00€

Vinha D'ervideira Bio Nature 30.00€

Herdade de Ravasqueira Vinha das Romãs 35.00€

Reguengos Reserva dos Sócios 23.00€

Herdade de Ravasqueira Reserva da Família 26.00€

Herdade do Perdigão Reserva 28.00€

Poliphonia Reserva 28.00€

Herdade do Rocim Reserva 32.00€

Conde D'ervideira Reserva 48.00€

Adega Maior Reserva do Comendador 49.00€

Herdade Dos Grous Reserva 86.00€

REGIÃO DOURO

Tons de Duorum 16.00€ 5.00€

Duorum Colheita 24.00€

Crasto 25.00€

Redoma 66.00€

Castelo D'alba 9.00€

REGIÃO DÃO

Vinha Paz 26.00€ 5.00€

Morgado Silgueiros Reserva 25.00€

Casa de Santar Reserva 34.00€

REGIÃO BAIRRADA

Buçaco 100.00€

REGIÃO ALGARVE

Villa alvor 17.00€

VINHOS ESPUMANTES

0,75l

VINOS ESPUMOSOS

copo

15.00€

Espumante Aliança Danubio Bruto 23.00€ 5.00€

Espumante Convés 25.00€

Espumante Terras do Demo 35.00€ 7.50€

Espumante Mingorra Rosé 31.00€

Espumante Vértice 28.00€

Espumante Murganheira Reserva Meio Seco 32.00€

Espumante Murganheira Super Reserva Bruto

0,75l

CHAMPAGNES

90.00€

Moet&Chandon 120.00€

Champagne Veuve Clicquot Ponsardin Brut

PVP

SANGRIAS

24.00€

Sangria espumante com frutos vermelhos 19.50€

Sangria branca 19.50€

Sangria tinta 19.50€

Sangria rosé