

MONTE MAR CASCAIS

**MENU**



*Peixe e Marisco  
do Guincho*

## **O melhor peixe e marisco, um ambiente familiar e tradições que nunca mudam.**

Uma história que teve início em **1973, em Cascais**, com o sonho de **oferecer o melhor peixe e marisco em localizações idílicas**. Uma promessa que se tem mantido de geração em geração.

**Do Guincho ao Rio Tejo, passando pelo Time Out Market e terminando na Ponta da Piedade**, os cenários deslumbrantes, **a atenção aos detalhes e a relação familiar** com os nossos colaboradores e clientes, fazem com que cada visita ao Monte Mar seja única e memorável.

Oferecemos os **melhores sabores portugueses**, onde os filetes de pescada com molho tártaro e arroz de berbigão são as estrelas da nossa carta. **Priorizando a tradição**, os sabores Monte Mar, foram pensados ao detalhe pela Chefe Laura Rocha que, em harmonia perfeita com o seu marido, Carlos Rocha, e com todos os que os acompanham, são a junção perfeita à nossa família.



## ***The best fish and seafood, a family atmosphere and traditions that never change!***

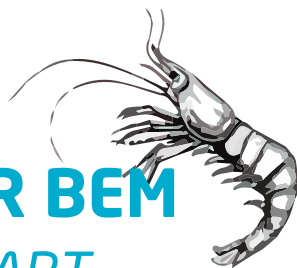
*A story that began in **1973, in Cascais**, following the dream of **offering the best fish and seafood in idyllic locations**. A promise that has been carried on from generation to generation.*

***From Guincho to the Tejo River, passing through Time Out Market and ending at Ponta da Piedade**, the breathtaking landscapes, the **attention to every detail and the family relationship** with our staff and customers make every visit to Monte Mar unique and memorable.*

*At our restaurants we offer **the best Portuguese flavors**, where the hake fillets with tartar sauce and cockle rice are the stars of our menu. **Prioritizing tradition**, Monte Mar's flavors were perfectly thought out by Chef Laura Rocha who, in perfect harmony with her husband, Carlos Rocha, and all those who work with them, are the ideal addition to our family.*

# PARA COMEÇAR BEM

## OFF TO A GOOD START



**Pão e Manteiga** - 3,6€

*Bread and Butter*

**Azeitonas** - 2€

*Olives*

**Torradas com Manteiga** - 3,6€

*Buttered Toast*

**Paté do Chefe** - 3€

*Chef's Paté*

**Queijo de Azeitão** - 12€

*Traditional Buttery cheese from the Azeitão region*

**Queijo de Azeitão Curado** - 14€

*Dry Cured Azeitão cheese*

**Presunto Ibérico** - 18€

*"Iberian" Dry cured Ham*

**Melão com Presunto** - 18€

*Melon with Dry cured Ham*

**Sopa de Peixe** - 12,5€

*Fish Soup*

**Creme de Marisco** - 13,5€

*Creamy Seafood Soup*

**Gambas Al Ajillo (dose)** - 25€

*Fried Prawns with Garlic and olive oil*

**Sapateira ou Santola Recheada (casca)** - 43 €

*Stuffed Brown Crab*

**Gambas da Costa Quentes com Sal Grosso** - 85€ (kg)

*Warm local prawns with salt*

**Gambas** - 75€ (kg)

*Prawns*

**Percebes** - 95€ (kg)

*Goose Neck Barnacles*

**Bruxas** - 160€ (kg)

*Local Slipper Lobsters*

**Mexilhões (dose)** - 21€

*Mussels with one of the following sauces*

*Bulhão Pato, Espanhola, Marinheira*

*Garlic & Coriander or Onions & Tomato or Leeks & Cream*

**Lulinhas Fritas** - 20€

*Fried Baby Squid*

**Ameijoas (dose)** - 36€

*Fresh Clams with one of the following sauces*

*Bulhão Pato, Espanhola, Marinheira*

*Garlic & Coriander or Onions & Tomato or Leeks & Cream*

**Ostras** - 4,5€ (uni)

*Oysters*

**Salada de Polvo** - 26€

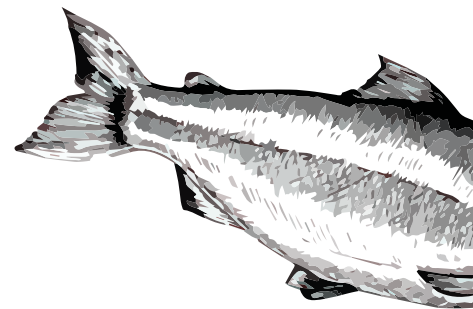
*Octopus Salad*

IVA incluído nos preços apresentados. Em caso de intolerâncias alimentares, falar com a nossa equipa.

VAT included on the presented prices. In case of food intolerances, please speak with our team. Prices shown in Euros.

# MERGULHO DE MAR

## SEA DIVE



**Lagosta** - 185€ (Kg)

*Rock Lobster*

**Lavagante** - 175€ (kg)

*Blue Lobster*

**Arroz de Marisco (para 2)** - 85€

*Seafood Rice (for 2)*

**Carabineiros** - 195€ (kg)

*Scarlet Shrimps*

**Salada de Lagosta** - 41€

*Rock Lobster Salad*

**Caril de Lagosta** - 78€

*Lobster Curry*

**Gambas Tigre** - 145€ (kg)

*Grilled Tiger Prawns*

**Caril Gambas** - 35€

*Prawns curry*

**Misto do Mar Grelhado (para 2)** - 78€

*Grilled Fish and Seafood Mix (for 2)*

**Lagosta Thermidor** - 195€ (Kg)

*Lobster Thermidor*

**Scampi com arroz de Berbigão** - 32€

*Fried Scampi with Cockle Rice*

**Açorda de Marisco (para 2)** - 85€

*Seafood Bread mash (for 2)*

**Açorda de Gambas (para 2)** - 62€

*Prawn & Garlic Bread mash (for 2)*

**Salada de Gambas** - 29€

*Prawn Salad*

**Parrilhada de Marisco (para 2)** - 175€

*Seafood "Parrillada" (for 2)*

**Crepes de Lagosta** - 42€

*Rock Lobster Pancakes*

**Caril de Marisco** - 40€

*Seafood Curry*

**Cataplana de Marisco a Guincho (para 2)** - 85€

*Shelfish "Cataplana" (for 2)*

**Gambas Grelhadas com arroz alho** - 30€

*Grilled Prawns with Garlic Rice*

**Dourada** - 85€/ kg

*Sea Bream*

**Robalo** - 85€/ kg

*Sea Bass*

**Pregado** - 85€/ kg

*Turbot*

**Salmonetes** - 85€/ kg

*Red Mullet*

**Posta de Garoupa Grelhada** - 38€

*Grilled Grouper*

**Linguado** - 38€

*Sole with following sauce*

Meunier, Delícia, Frito com Açorda

"Meunier" or Banana or Fried with Pap of Bread

**Supremos de Garoupa a Grenoblesa** - 34€

*Grouper Loin served with a*

*Butter & Lemon Sauce*

**Medalhões Garoupa a Delícia** - 34€

*Grouper medallions Deliciousness*

IVA incluído nos preços apresentados. Em caso de intolerâncias alimentares, falar com a nossa equipa. Preços apresentados em Euros.  
VAT included on the presented prices. In case of food intolerances, please speak with our team. Prices shown in Euros.

UM CLÁSSICO COM MAIS DE 35 ANOS

ESPECIALIDADE

A CLASSIC MORE THAN 35 YEARS OLD

**Filetes de Pescada com Arroz de Berbigão e molho Tártaro - 30,5€**

*Hake Fillets with Cockle Rice and Tartare sauce*

**Lulas Grelhadas à Monte Mar - 28€**

*"Montemar" Grilled Squids*

**Lulas Fritas com Arroz de Berbigão - 28€**

*Fried Squid with Cockle Rice*

**Lombo de Bacalhau Assado - 38€**

*Roasted Codfish and Baked Potatoes*

**Cabeça de Pescada - 31€ por pessoa/ per person**

*Hake head*

**Espetada de Lulas com Gambas - 32€**

*Squids and Prawns Kebab*

**Polvo Assado à Lagareiro - 38€**

*Roasted Octopus with Garlic and Olive Oil*

**Bacalhau à Lagareiro - 38€**

*Baked salted Cod served with Olive Oil and Garlic*

**Vieiras com Gambas - 39€**

*Scallops with Prawns*

**Cabeça de Garoupa - 41€ por pessoa/ per person**

*Grouper head*

## DO TALHO

*FROM THE BUTCHER*

ESPECIALIDADE

**Posta a Mirandesa (2 pessoas) - 72€**

*Tenderloin Steak "Mirandesa" Style (for 2)*

**Bife do Lombo - 35€**

*Tenderloin Steak*

**Grelhado, à la Crème, à Portuguesa, Pimenta ou Cogumelos**

*Grilled, Cream sauce, Garlic & Olive oil, Pepper or Mushrooms*

**Bife da Vazia - 29€**

*Sirloin Steak*

**Grelhado, à la Crème, à Portuguesa, Pimenta ou Cogumelos**

*Grilled, Cream sauce, Garlic & Olive oil, Pepper or Mushrooms*

**Escalopes a Vienense - 27€**

*Wiener Schnitzel*

ESPECIALIDADE

**Iscas à Portuguesa - 26€**

*Fried Liver Portuguese Style*

**Costeletas de Borrego - 34€**

*Lamb Chops*

IVA incluído nos preços apresentados. Em caso de intolerâncias alimentares, falar com a nossa equipa. Preços apresentados em Euros.  
VAT included on the presented prices. In case of food intolerances, please speak with our team. Prices shown in Euros.

## **PARA VARIAR** *FOR A CHANGE*

**Tagliatelle de Legumes - 26€**

*Vegetables Tagliatelle*

**Beringela Recheada com legumes da época e arroz branco - 26,5€**

*Stuffed Eggplant Vegetables and White Rice*

**Cogumelo Portobello grelhado com flor de sal e bouquet de alface - 26,5€**

*Grilled Portobello mushroom with fleur de sel and a lettuce bouquet*

**Ovos Fritos à Cubana - 27€**

*Fried Eggs "Cubana" Style*

**Omeleta Gambas, Presunto ou Queijo - 26,5€**

*Omelette Prawn, Smoked Ham or Cheese*

## **O COMPLEMENTO PERFEITO** *THE PERFECT SIDE PLATE*

**Panache de Legumes - 14€**

*Vegetables panaché*

**Salada de Alface ou Tomate - 6,5€**

*Lettuce or Tomato Salad*

**Salada Mista - 6,5€**

*Mixed Salad*

**Bróculos - 7,5€**

*Broccoli*

**Feijão Verde - 7,5€**

*Green Beans*

**Grelos - 8€**

*Turnip Tops*

**Espinafres à la Crème - 8€**

*Creamed Spinach*

MONTE MAR CASCAIS

**• SOBREMESAS •**



*Desserts*

# O MEU DOCE

## MY SWEET

### FRUTA

#### FRUIT

Salada de Fruta - 7,5€

*Fruit Salad*

Maça Assada - 7€

*Baked Apple*

### DOCES

#### DESSERTS

Apfelstrudel - 10€

Pralinê de Avelã - 11€

*Hazelnut Pralinê*

Cheese Cake - 9€

Queijo de Ovos - 9€

*Traditional Portuguese dessert made with egg yolks*

Merengue à Monte Mar com Doce de Leite - 9€

*Monte Mar Meringue with Dulce de Leche*

Tarte de Limão Merengada - 9€

*Lemon Meringue Pie*

Merengue à Monte Mar com Framboesa - 9€

*Monte Mar Meringue with Raspberries*

Leite Creme - 8€

*Creme Brulée*

### PARA ACOMPANHAR A SUA SOBREMESA SUGERIMOS

TO PAIR WITH YOUR DESSERT WE SUGEST

Moscatel de Setúbal (Cálice) - 12€

Mousse de Chocolate - 8€

*Chocolate Mousse*

Pudim de Baunilha - 8€

*Vanilla Pudding*

Bolo de Chocolate - 8€

*Chocolate Cake*

Mousse de Manga - 8€

*Mango Mousse*

Gelado Santini (cada bola) - 6,5€

*Santini Ice Cream (each scoop)*

MONTE MAR CASCAIS

**CARTA BEBIDAS.**



**Bebidas**  
*Drinks*

## VINHO BRANCO



- Arinto dos açores (Açores) - 68€
- Pêra Manca (Alentejo) - 138€
- Quinta do Carmo (Alentejo) - 38€
- Esporão Reserva (Alentejo) - 40€
- Cartuxa (Alentejo) - 43€
- Casa Relvas Sauvignon Blanc (Alentejo) - 38€
- Colares Malvasia (Colares) - 57€
- Quinta das Marias Encruzado (Dão) - 38€
- Redoma Reserva (Douro) - 78€
- Tiara (Douro) - 68€
- Vallado (Douro) - 39€
- 3 Bagos Sauvignon (Douro) - 38€
- Quinta La Rosa Reserva (Douro) - 37€
- Duas Quintas (Douro) - 39€
- Redoma (Douro) - 46€
- Planalto 1/2 Garrafa (Douro) - 17€
- Quinta La Rosa Reserva 1/2 Garrafa (Douro) - 27€
- Mirabilis branco (Douro) - 154€
- Quinta do Couquinho Branco (Douro) - 39€
- Fiúza - Chardonnay (Setúbal) - 35€
- Foz (Tejo) - 27€
- Foz Copo (Tejo) - 6,5€

## VINHO VERDE



- Deu la Deu (Avarinho) - 34€
- Soalheiro (Avarinho) - 42€
- Muros Melgaço (Avarinho) - 41€
- Muros Antigos (Avarinho) - 38€
- Gerações (Avarinho) - 39€
- Soalheiro 1/2 Garrafa - 27€

## VINHO ROSÉ



- Vulcânico (Açores) - 52€
- Bombeira Guadiana (Alentejo) - 35€
- Arvad rose (Algarve) - 44€
- Redoma (Douro) - 39€
- Quinta Nova Rosé (Douro) - 43€
- Macanita (Douro) - 48€
- Mar de Rosas (Lisboa) - 46€
- Foz (Tejo) - 27€

# VINHO TINTO



- Pêra Manca (*Alentejo*) - 750€
- Esporão Reserva (*Alentejo*) - 42€
- Mouchão (*Alentejo*) - 73€
- Cartuxa Reserva (*Alentejo*) - 67€
- Cartuxa (*Alentejo*) - 47€
- Quinta das Marias Touriga Nacional (*Dão*) - 47€
- Taboadella Alfrocheiro (*Dão*) - 48€
- Quinta do Vale Meão (*Douro*) - 380€
- Batuta (*Douro*) - 187€
- Charme (*Douro*) - 190€
- Chryseia (*Douro*) - 185€
- Quinta da Leda (*Douro*) - 72€
- Quinta do Crasto Vinhas Velhas (*Douro*) - 59€
- Vallado Reserva (*Douro*) - 62€
- Post Scriptum (*Douro*) - 43€
- Duas Quintas (*Douro*) - 39€
- Meandro (*Douro*) - 40€
- Quinta do Crasto Vinhas Velhas 1/2 Garrafa (*Douro*) - 33€
- Duas Quintas 1/2 Garrafa (*Douro*) - 21€
- Quinta de la Rosa Reserva 1/2 Garrafa (*Douro*) - 27€
- Mirabilis (*Douro*) - 390€
- Casal Sta. Maria - Pinot Noir (*Lisboa*) - 57€
- Tinta Negra dos Vilões (*Madeira*) - 63€
- Foz (*Tejo*) - 27€
- Foz Copo (*Tejo*) - 6,5€

## SANGRIAS

- Sangria - 31€
- 1/2 Sangria - 18€
- Sangria Espumante - 41€
- 1/2 Sangria Espumante - 28€
- Sangria Champagne - 98€
- 1/2 Sangria Champagne - 59€

## VINHOS GENEROSOS

- Porto Vintage Nieport - 115€ / GRF
- Porto Vintage Vallado - 115€ / GRF
- Porto Branco Seco (Cálice) - 10€
- Porto Tawny (Cálice) - 12€
- Porto Tawny 10 anos (Cálice) - 14€
- Porto Vintage (Cálice) - 18€
- Setúbal Moscatel (Cálice) - 12€
- Madeira Doce (Cálice) - 12€
- Monte da Ravasqueira Colheita Tardia (Cálice) - 12€

## ESPUMANTES & CHAMPAGNES

- Espumante Murganheira - 49€  
*Super Reserva Bruto*
- Espumante Murganheira Rosé - 52€
- Champagne da Casa - 68€
- Champagne Mumm - 120€
- Champagne Mumm Rosé - 130€
- Champagne Ruinart - 160€  
*Brut*
- Champagne Ruinart - 84€  
*1/2 Garrafa*
- Champagne Ruinart Rose - 180€
- Champagne Ruinart Rose - 88€  
*1/2 Garrafa*

## GIN, VODKAS & RUM

- Gin Bombay Sapphire - 16€
- Gin Bulldog - 17€
- Gin Hendricks - 18€
- Vodka Grey Goose - 18€
- Vodka Smirnoff - 14€
- Gin Gordons - 14€
- Rum Bacardi 8 Anos - 16€

## COCKTAILS

- Caipirinha / Caipirosca - 16€
- Mojito - 16€
- Aperol Spritz - 16€
- Bloody Mary - 14€
- Margarita - 14€
- Dry Martini - 16€

## LICORES & APERITIVOS

- Amarguinha - 14€
- Licor de Limão - 12€
- Campari - 14€
- Baileys - 14€
- Licor Beirão - 12€
- Martini Rosso - 10€
- Licor de Ginja - 12€
- Fernet Branca - 10€
- Cointreau - 12€
- Licor Triple Seco - 10€
- Tia Maria - 12€
- Licor Sambuca - 9€

## ÁGUAS & OUTRAS BEBIDAS

*WATER AND OTHER DRINKS*

Água grande - 4,5€  
Água pequena - 3,5€  
Aguá com gás grande - 4,5€  
Água com gás pequena - 3,5€  
Águas Castelo - 3,5€  
Água Tónica - 4,5€  
Café - 3,6€  
Descafeinado - 3,6€  
Café com Leite - 3,6€  
Capuccino - 3,6€  
Capuccino Duplo - 3,6€  
Chá - 3,6€  
Irish Coffee - 18€  
Cerveja Imperial - 5,5€  
Cerveja (Flut) - 4€  
Cerveja Tulipa - 6€  
Cerveja sem álcool - 5€  
Cerveja (Caneca) - 10€  
Somersby Maça - 6€  
Pepsi Max - 5€  
Coca-Cola - 5€  
7Up - 5€  
Sumol laranja - 5€  
Ice Tea Pêssego - 5€  
Ice Tea Limão - 5€  
Sumo de laranja - 6€  
Sumo de tomate - 4,5€  
Limonada - 4,5€  
Ginger Ale - 5€  
Copo Vinho - 6,5€  
Copo Vinho Sauvignon Blanc - 7,5€  
Flut Espumante - 16€  
Flut Champanhe - 18€

## ARMAGNACS AGUARDENTES

*BRANDIES & COGNACS*

Brandy Macieira - 12€  
Aguardente Velha Adega Velha - 18€  
Medronho - 14€  
Aguardente Bagaceira Palacio Brejoeira - 18€  
Aguardente Velha Ramos Pinto - 18€  
Aguardente Doc Lourinha XO - 21€  
Grappa - 14€  
Aguardente Bagaceira São Domingos - 12€  
Cognac Remy Martin V.S.O.P. - 19€  
Cognac Courvoisier V.S.O.P. - 18€

## WHISKIES

Whisky Famous Grouse - 14€  
Irish Whisky Jameson - 14€  
Whisky 12 Anos Johnnie Walker Black Label - 16€  
Irish Whisky Bushmills - 12€  
Whisky JB Rare - 12€  
Whisky 12 Anos Grand Old Parr - 14€  
American Whisky Jack Daniels - 14€  
Whisky Cutty Sark - 12€  
Whisky 12 Anos The Glenrothes - 18€  
Whisky Malt 12 Anos Glenlivet - 14€  
Whisky 20 Anos James Martins - 60€  
Whisky 12 Anos Macallan - 18€