



MENU
ALMOÇO E SNACKS
12.00 – 19.00

INFORMAÇÃO IMPORTANTE:

Apesar de termos procedimentos implementados, existe sempre um risco potencial de vestígios de produtos alergénicos se encontrarem em qualquer produto utilizado na cozinha. Não podemos por isso garantir que um prato esteja completamente isento da presença de produtos alergénicos.

Assim, agradecemos que fale com o nosso Chefe de Sala, caso tenha alguma alergia ou intolerância alimentar para que lhe possamos providenciar a devida informação sobre os nossos pratos.

Nesta carta apenas informamos os pratos que contêm frutos secos (N) e Gluten (G). Os pratos vegetarianos estão marcados com (V).

Todos os pesos indicados são aproximados, em matéria não cozinhada. Todos os pratos de peixe podem conter espinhas e todos os pratos estão sujeitos a disponibilidade.

Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o *couvert*, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este inutilizado (DL 10/2015 de 16/01).

Todos os preços incluem IVA.

Não é permitido fumar no restaurante e bar. Charutos e cachimbos não são permitidos em qualquer parte do restaurante e terraço. Embora as áreas do terraço estejam fora, por favor considere os outros hóspedes e abstenha-se de fumar na mesa se outras pessoas nas proximidades estiverem comendo.

Couvert€2.30

Os pratos vegetarianos estão assinalados com (V).

Todos os pratos que contêm frutos secos ou glúten estão marcados com (N) ou (G), respectivamente.

Está disponível, a pedido, informação referente aos ingredientes de cada prato e a qualquer produto alergénico

SOPAS

Sopa do dia	€5.20
Gazpacho Andaluz (V) (G)	€5.90
Creme de tomate fresco Natas e salsa (V)	€5.80
Sopa Tailandesa com frango e ervilhas tortas Coentros e malaguetas (G) (N)	€6.20
Vichyssoise – Creme de alho francês, batata, cebola Quenelle de queijo creme e beterraba Cebolinho (V)	€6.00

ENTRADAS

Abacate com camarão, molho de cocktail	€13.60
Carpaccio de novilho marinado com alho, azeite, coentros Raspa de queijo parmesão	€14.40
Ninho de massa filo com queijo chèvre, maçã, nozes, mel (V) (N) (G)	€11.90
Atum selado Geleia de gazpacho, gengibre rosa, couscous de coentros (G)	€13.90
Peito de pato fumado caseiro Coleslaw de bolbo de aipo, doce de abóbora	€14.70

SANDWICHES – Servidas em baguette ou pannini quente (G)

Fiambre e queijo	€9.50
Atum, cebola, tomate, maionese	€11.40
Frango grelhado, coentros, queijo cheddar, abacate	€11.60
Prego grelhado, molho béarnaise	€14.90

SANDWICHES ESPECIAIS FOUR SEASONS (G)

Club Tradicional Frango, fiambre, bacon, tomate, alface, ovo Maionese	€14.50
Club Vegetariana (V) Abacate, beringela, alface, cenoura, espinafre, pepino, tomate, ovo Maionese	€12.20
Club de salmão Salmão fumado, abacate, funcho, rúcula, pepino doce, alcaparras Maionese e mostarda de Dijon	€14.10
Sandwich aberta de camarão, guacamole, lima, tomate cereja, malagueta, cebola crocante Molho de cocktail	€12.30

Todas as sanduíches, baguettes e panninis são servidos com batata frita ou salada, salvo indicação em contrário.

Couvert €2.30

Os pratos vegetarianos estão assinalados com (V).

Todos os pratos que contêm frutos secos ou glúten estão marcados com (N) ou (G), respectivamente.

Está disponível, a pedido, informação referente aos ingredientes de cada prato e a qualquer produto alergénico

WRAPS (G)

Mozarella, tomate, chicória, alface roxa Pesto com manjerição (V) (N)	€11.50
Camarão, manga, malagueta, alface Molho de cocktail	€12.50
Frango grelhado, bacon, coentros, espinafre bebé, abacate, alface Maionese	€11.50
Novilho, pepino, alface, alface roxa, cenoura, orégãos Maionese de mostarda em grão	€14.50

Todos os wraps são servidos com batata frita ou salada, salvo indicação em contrário.

SALADAS

Poke de salmão - Salmão marinado, quinoa, couve roxa, pepino Sementes de sésamo e molho de soja	€15.10
Salada caesar - Alface romana, queijo parmesão, filete de anchovas, croutons (G) Molho caesar – gema de ovo, mostarda de dijon, queijo parmesão, sumo de limão, alho e azeite	€9.80
Com frango grelhado	€13.20
Com camarão cozido	€14.10
Com salmão fumado	€15.10
Salada Mediterrânea - Alface, rúcula, agrião, tomate seco, pepino, queijo feta, cebola roxa Azeitonas kalamata, gomos de laranja, nozes, coentros, manjerição (G) Vinagrete balsâmico	€14.20
Camarão e abacate – Camarão, folhas verdes, abacate, bacon estaladiço Vinagrete de maionese e mostarda	€14.80
Tropical – Camarão, melão, papaia, manga Molho de limão e hortelã	€15.60
Prato do mar – Camarão, salmão fumado, gravlax, arenque marinado, tártaro de salmão fumado Salada de batata com caviar de salmão, salada alentejana Dois molhos: Mostarda de Dijon com endro, cocktail	€18.10
Camarão crocante – camarão, misto de alfaces, manga, tomate cereja, pancetta estaladiça Vinagrete de chilli doce, gengibre e vinagre balsâmico (G)	€13.40
Niçoise – Atum fresco, tomate, feijão-verde, batata, cebola roxa, ovo, azeitonas, coentros, orégãos Vinagrete de anchovas	€15.60
Salmão – Salmão escalfado morno, misto de alfaces, espargos e manga Iogurte grego, abacate, coentros e sumo de lima	€15.20
Salada do Chef - Frango, queijo, fiambre, alface, ovo cozido, tomate, pêssego Vinagrete	€13.40
Tailandesa – Frango, cogumelos, tomate seco ao sol, rabanetes, rebentos de soja courgette, beringela, folhas verdes, cajú Vinagrete de chilli doce e coentros (N)	€14.60
Salada de funcho – Funcho, arandos, sumo de lima, rúcula, tomate cherry Vinagrete de azeite, limão e pimento preto (Vegan)	€11.50
Com queijo halloumi (V)	€15.20
Prato de frutas frescas com iogurte grego regado com mel (V)	€11.30

Couvert €2.30

Os pratos vegetarianos estão assinalados com (V).

Todos os pratos que contêm frutos secos ou glúten estão marcados com (N) ou (G), respectivamente.

Está disponível, a pedido, informação referente aos ingredientes de cada prato e a qualquer produto alergénico

Salada mista ou salada Alentejana ou salada de tomate, cebola e oregão (V)	€3.75
HAMBURGERS (G)	
Vaca (180 grms)	
Simples	€10.90
Tomate fatiado e alface	€11.50
Queijo	€12.30
Bacon, queijo e cebola roxa caramelizada	€12.80
OVOS E OMELETTES	
Ovos Benedict - muffin inglês, ovos escalfados, fiambre, bacon Molho holandês (G)	€10.10
Ovos Royale - muffin inglês, ovos escalfados, salmão fumado Molho holandês (G)	€11.00
Simples	€10.10
Queijo (V), ou cogumelos (V), ou tomate (V), ou fiambre	€11.10
Mista – Selecção de queijo, ou cogumelos, ou tomate, ou fiambre <i>Todos os hamburgers e omeletes são servidos com batata frita ou salada, salvo indicação em contrário.</i>	€11.90
VEGETARIANO E VEGAN	
Cannelloni de courgete – Courgette, cogumelos shimeji, chalota, espinafre baby aipo, cenoura, funcho, manjeriço, rúcula queijo ricotta, mozzarella e gouda Molho de tomate com manjeriço, pinhão e amêndoa (V) (N)	€13.30
Sem queijos (vegan) (N)	€11.30
Penne com espinafres, queijo ricotta e frutos secos (V) (N) (G)	€13.50
Risotto de açafreão Cogumelo paris, shiitake e shimeji, espargos verdes, queijo parmesão (V)	14.90€
<i>Temos penne sem glúten disponível.</i>	
PRATOS PRINCIPAIS	
Filetes de pescada dourados Batatas fritas Molho tártaro (G)	€12.20
Gourjonetes de Frango (G) (N) Palitos de frango crocantes em panko Molho de caril	€11.50
Bitoque Batatas fritas	€15.70
Asas de frango estaladiças Batatas fritas Simples ou com molho de chilli ou de queijo azul (G)	€12.10
Croquettes de camarão Batatas fritas Molho de chilli, lima, gengibre, manga e coentros (G)	€12.30
Caril Indiano de borrego (G) Arroz basmati Poppadom e molhos (N)	€17.70

Couvert€2.30

Os pratos vegetarianos estão assinalados com (V).

Todos os pratos que contêm frutos secos ou glúten estão marcados com (N) ou (G), respectivamente.

Está disponível, a pedido, informação referente aos ingredientes de cada prato e a qualquer produto alergénio

GRELHADOS

Sardinhas (25 mins)	€12.80
Filete de robalo grelhado	€22.90
Frango piri-piri (25 mins)	€12.50
Bife do acém, manteiga de tomilho e limão (225 grms)	€23.50
Costeletas de Borrego	€23.90

Todos os grelhados são servidos com batata frita ou salada, salvo indicação em contrário.

MASSAS (G)

Lasanha de pato com espinafres e gengibre	€12.60
Linguini Al Pesto di mare	
Linguini, camarão, queijo parmesão, rúcula, manjeriço, pinhão, azeite	€19.90
Spaghetti Bolognese	€12.60
Penne com frango, bacon, natas, queijo gorgonzola	€13.60
Spaghetti preto com tamboril, camarão	
cogumelos, natas, tomate	€19.20
Tagliatelle carbonara Four Seasons	€13.30

Temos disponível penne sem glúten

PIZZAS (G)

Marguerita (V)	
Tomate e queijo	€11.50
Pepperoni	
Tomate, queijo mozzarella, salame picante, fiambre, cogumelos	€14.30
Vegetariana (V)	
Espinafres, beringela, cogumelos, rúcula, cebola roxa, tomate cereja, queijo mozzarella	€12.20
Prosciutto	
Tomate cherry, azeitona preta, presunto de parma, rúcula, queijo mozzarella, queijo grana padano	€13.90
Calzone	
Frango, queijo mozzarella, beringela grelhada, manjeriço, ovo	€14.00
<i>Adicione um ingrediente</i>	
Cogumelos, fiambre, salame picante, anchovas, pimento jalapeño, ananás	€1.70
Atum	€2.40
Camarões	€3.40

Couvert €2.30

Os pratos vegetarianos estão assinalados com (V).

Todos os pratos que contêm frutos secos ou glúten estão marcados com (N) ou (G), respectivamente.

Está disponível, a pedido, informação referente aos ingredientes de cada prato e a qualquer produto alergénico