

aperitivos /

- 2,5 € aceitunas verdes/ rellenas
- 3 € aceitunas negras de Kalamata
- 3 € aceitunas mixtas
- 2,8 € aceitunas rellenas con anchoa de la Escala
- 7,5 € berberechos 30-45 piezas (lata) ☒
- 4,7 € tacos de queso en aceite con tostaditas ✓ ☒

tapas /

- 5,8 € patatas bravas al horno Lasal del Varador ☒ ✓
- 5,8 € patatas al ajillo ☒ ✓
- 5,5 € croquetas de verduras al horno (4 unidades) ✓ ☒ ☒
- 5,5 € croquetas de pollo al horno (4 unidades) ☒
- 5,5 € croquetas de sepia (4 unidades) ☒
- 8 € variedad de croquetas (6u) ☒ ☒ ✓
- 8,5 € nuggets al horno Lasal del Varador ☒
- 8,8 € cazoleta de seitán a la jardinera ✓
- 10,5 € anchoas con coca tostada con tomate (3 unidades)
- 10,8 € sardinas ahumadas con coca tostada con tomate (3 unidades)
- 13,5 € tabla de jamón ibérico de bellota con coca tostada con tomate
- 7,5 € mejillones al vapor ☒
- 8,5 € mejillones a la marinera ☒
- 8,5 € mejillones con hinojo al vino ☒
- 9,8 € berberechos a la plancha ☒
- 9 € morralla
- 9,5 € boquerones fritos
- 12,8 € calamares a la andaluza del Mediterráneo
- 12,8 € pulpo a la gallega ☒
- 12,5 € navajas a la plancha ☒
- 13,8 € festival de conchas al vapor ☒
- 16 € almejas a la plancha ☒
- 19,5 € gambas medianas de Arenys a la plancha ☒

estos son los productos ecológicos que utilizamos en **Lasal del Varador**: la harina, la harina integral, las pipas de calabaza y de girasol, el pan rallado, el pan, el pan de coca, la maizena, los huevos, el aceite de oliva, el vinagre, la sal, la levadura, la carne de ternera, el pollo, el tomate seco, los macarrones, el sésamo, la salsa de soja, el tamari, el tofu, el seitán, las algas, el ketchup y la mostaza, las legumbres, el 70 y el 90% de la fruta y la verdura según la temporada, las pasas, nueces, almendras y avellanas, el café, las infusiones, el cacao, los vinos, la leche, los yogures, la leche de soja, la leche de avena, leche de arroz, el azúcar, el agave, la miel, la stevia, el membrillo, las mermeladas, las infusiones de Yogi Tea, los zumos de frutas, el tomate de Cal Valls y los helados de Bodevici. La mayonesa y el alioli los preparamos con leche de soja y aceite ecológico.

entrantes / el 70- 90% son verduras ecológicas

- 4,8 € gazpacho (clásico o de sandía) ✓
- 5 € zumos verdes ☒ ✓
- 8,5 € ensalada con parmesano, tomate seco y almendras ☒ ✓ ☒ ☒
- 8,5 € ensalada con manzana y queso fresco de cabra ☒ ✓ ☒ ☒
- 8,8 € ensalada con fresas y queso fresco de cabra ☒ ✓ ☒ ☒
- 7,8 € ensalada fresca de melón, pepino y menta ☒ ✓
- 7,5 € tomate del Maresme, cebolla tierna y orégano ☒ ✓
- 9,8 € tomate del Maresme, cebolla tierna y anchoas del Mediterráneo ☒
- 8,5 € verduras a la plancha ☒ ✓
- 9,5 € hamburguesa de tofu con verduras a la plancha ☒ ✓

arroz / mínimo 2 personas

- 12,8 € / u fideuá
- 13,7 € / u arroz caldoso de verduras y tofu ☒ ✓
- 13,5 € / u arroz negro ☒
- 13,8 € / u paella de marisco Lasal del Varador ☒
- 14,7 € / u paella de pulpo y rape ☒
- 16,5 € / u arroz de rape con almejas ☒
- 17,5 € / u arroz caldoso ☒
- 24 € / u arroz caldoso con bogavante (media unidad por persona) ☒

como máximo se pueden pedir tres tipos de arroz por mesa. después de las 21h sólo hacemos la paella de marisco. Los otros arroces son por encargo..

pescado fresco del día /

- 13,18 / 22 € pescado fresco del día ☒
- 13,5 € calamar del mediterráneo a la plancha ☒

carne ecológica /

- 11,8 € hamburguesa de ternera 200gr. ☒

para los más pequeños /

- 8,5 € filete de pollo ecológico con patatas ☒
- 8,5 € hamburguesa de ternera ecológica ☒
- 7,5 € macarrones con salsa de tomate casera ✓

- ☒ sin gluten
 - ✓ vegetariano
 - ☒ con lactosa
 - ☒ con frutos secos, sésamo o mostaza
- avisadnos si tenéis alguna intolerancia alimentaria**

 Slow Food[®]
Catalunya
Km 0

postres caseros /

- 4 € yogur natural con mermelada o con miel y nueces ☒ ✓ ☒ ☒
- 4 € yogurt de soja con mermelada o con miel y nueces ☒ ✓ ☒
- 4 € flan de requesón ☒ ✓ ☒
- 5 € crema catalana ☒ ✓ ☒
- 5,5 € coulant de chocolate (15 minutos) ✓ ☒
- 6,5 € coulant de chocolate con helado de vainilla (15 minutos) ✓ ☒
- 5 € tiramisú ✓ ☒
- 4,8 € pastel de queso ☒ ✓ ☒
- 4,8 € pastel de zanahoria y chocolate ✓ ☒
- 4,8 € pastel vegano de remolacha, chocolate y plátano ✓
- 4,5 € brownie
- 5,5 € brownie con helado de vainilla ✓ ☒ ☒
- 4,8 € batido helado de fresas del Maresme con yogur ☒ ✓ ☒
- 4,8 € tatin de pera ✓ ☒

selección de postres de Mataró /

- 5 € pastel de chocolate crujiente del Uñó ☒ ✓ ☒
- 5 € helado crocante de la Granja Caralt ☒ ✓ ☒
- 4,5 € helado ecológico Bodevici ☒ ✓ ☒*

*algunos sabores llevan lactosa.

café /

- 3 € café *frappé*
- 2,8 € café vienés ☒
- 5 € café irlandés ☒

tenemos leche de soja, de avena y de arroz /
edulcorantes: azúcar de caña, agave, miel, stevia y sacarina

- 2,5 € pan de coca tostado con tomate ✓
- 1 € ración de pan ✓
- 2,5 € pan sin gluten ☒ ✓ ☒ ☒

/// todos los precios incluyen I.V.A.

Tenemos menú entre semana:
del 20 de septiembre al 1 de junio
16 € (café o postre) / 15 € con la tarjeta cliente

CONCIERTOS DE VERANO
TODOS LOS SÁBADOS POR LA NOCHE (23.30 h)

+ 34 93 114 05 80 _ 634 515 715
www.lasaldelvarador.com _ reserves@lasal.com
Síguenos en Facebook



TEMPORADA . 2016

COCINA ECOLÓGICA JUNTO AL MAR

TAPAS, PAELLAS & CÓCTELS

LASAL DEL VARADOR

_ MATARÓ _



Restaurante Slow Food

DESCUBRE NUESTROS NUEVOS CÓCTELS Y GINTÓNICOS _ EN VERANO MÚSICA EN DIRECTO CADA SÁBADO A LAS 23:30 h