

Aperitive /

- 2,5 € Grüne Oliven / gefüllte Oliven
- 3 € Schwarze Kalamata Oliven
- 3 € Gemischte Oliven
- 2,8 € Oliven gefüllt mit Anchovis aus l'Escala
- 7,5 € 30 - 45 Herzmuscheln (aus der Dose) ✕
- 4,7 € Käsewürfel in Olivenöl mit mini Toasts ✓ ☑

tapas /

- 5,8 € Gebackene Kartoffelstückchen mit einer scharfen Sauce von Lasal del Varador ✕ ✓
- 5,8 € Mit Knoblauch gebackene Kartoffelstückchen ✕ ✓
- 5,5 € Gemüseknoketten aus dem Ofen (4 Stück) ✓ ☑ ☑
- 5,5 € Hühnchenknoketten aus dem Ofen (4 Stück) ☑
- 5,5 € Tintenfischknoketten aus dem Ofen (4 Stück) ☑
- 8 € Auswahl von Kroketten (6 St.) ☑ ☑ ✓
- 8,5 € Gebackene Hühner-Nuggets Lasal del Varador art ☑
- 8,8 € Seitaneintopf auf Gärtnerart ✓
- 10,5 € Anchovis mit geröstetem und Tomaten eingeriebenem Brot
- 10,8 € Geräucherte Sardinen mit geröstetem und Tomaten eingeriebenem Brot
- 13,5 € Erstklassiger "Eicheln-ernährter" iberischer Schinkenteller mit geröstetem und Tomaten
- 7,5 € Gedämpfte Muscheln ✕
- 8,5 € Muscheln nach Seemannsart ✕
- 8,5 € In Wein gekochte Muscheln mit Fenchel ✕
- 9,8 € Gegrillte Herzmuscheln ✕
- 9 € Kleine frittierte Fische
- 9,5 € Frittierte Sardellen
- 12,8 € Nach andalusischer Art fritierter Kalmar aus dem Mittelmeer
- 12,8 € Zart gesiedete Krake mit süßem Gewürzpaprika ✕
- 12,5 € Gegrillte Schwertmuscheln ✕
- 13,8 € Auswahl von gedämpften Muscheln ✕
- 16 € Gegrillte Venusmuscheln ✕
- 19,5 € Gegrillte mittelgroße Garnelen aus Arenys de Mar ✕

Dies sind die aus ökologischem Anbau kommende Lebensmittel die wir in Lasal del Varador benutzen:

mehl, Vollkornmehl, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Paniermehl, Brot, Maismehl, Eier, Olivenöl, Essig, Salz, Hefe, Kalbfleisch, Hühnerfleisch, Sesam, Sojasauce, Tofu, Algen, Ketchup, Senf, Hülsenfrüchte, zwischen 70 % und 90 % vom Obst und Gemüse je nach Jahreszeit, Rosinen, Nüsse, Mandeln, Haselnüsse, Kaffee, Kakao, Weine, Milch, Yoghurt, Soyamilch, Hafermilch, Zucker, Agave, Honig, Quittenmarmelade, Marmeladen, Yogi Gewürz und Kräuter-Tee, Fruchtsäfte, Tomaten von Cal Valls, Eis von Bodevici. Wir bereiten unsere Mayonnaise und Knoblauchmayonnaise mit Soyamilch und ökologischem Olivenöl vor.

Vorspeisen / 770% bis 90% unserer Gemüse kommen aus der ökologischen Landwirtschaft

- 4,8 € gaspacho (typischer oder mit Wassermelone gemacht) ✓
- 5 € Grüne Säfte ✕ ✓
- 8,5 € Salat mit Parmesan, sonnengetrocknete Tomaten und Mandeln ✕ ✓ ☑ ☑
- 8,5 € Salat mit Apfel und frischer Ziegenkäse ✕ ✓ ☑ ☑
- 8,8 € Salat mit hiesigen Erdbeeren und frischem Ziegenkäse und Erdbeeressig ✕ ✓ ☑ ☑
- 7,8 € Frischer Salat mit Melone, Gurke und Minze ✕ ✓
- 7,5 € Tomaten aus Maresme, Frühlingszwiebel und Oregano ✕ ✓
- 9,8 € Tomaten aus Maresme, Frühlingszwiebel und Anchovis aus dem Mittelmeer ✕
- 8,5 € Ofen-gebackenes Gemüse Lasal del Varador ✕ ✓
- 9,5 € Tofu-burger mit Ofen-gebackenem Gemüse ✕ ✓

Reisgerichte / mindestens 2 Personen

- 12,8 € / u Fideua (mit Nudeln gemachte Paella)
- 13,7 € / u Risotto mit Gemüsen und Tofu ✕ ✓
- 13,5 € / u Schwarzer Reis (mit Tintenfischtinte gekocht) ✕
- 13,8 € / u Meeresfrüchte Paella nach Lasal del Varador Art ✕
- 14,7 € / u Seeteufel und Kraken Paella ✕
- 16,5 € / u Risotto mit Seeteufel und Venusmuscheln ✕
- 17,5 € / u Risotto ✕
- 24 € / u Risotto mit Hummer (halber pro Person) ✕

Nach 21 Uhr, bereiten wir nur die Meeresfrüchte Paella vor, andere Reisgerichte müssen vorzeitig bestellt werden.

Frischer Fisch - Tagesfang /

- 13,18 / 24 € Frischer Fisch - Tagesfang
- 13,5 € Gegrillter Tintenfisch aus dem Mittelmeer ✕

Ökologisches Fleisch /

- 11,8 € Kalbfleisch Hamburger 200gr. ✕

Für unsere kleine Gäste /

- 8,5 € Ökologisches Hühnerfilet mit Kartoffeln ✕
- 8,5 € Ökologisches Kalbfleisch-Hamburger ✕
- 7,5 € Makkaronis mit hausgemachter Tomatensauce ✓

- ✕ Glutenfrei
- ✓ Vegetarisch
- ☑ Mit Laktose
- ☑ Mit Trockenfrüchten und Nüssen, Sesam oder Senf

Sagen Sie uns bitte im Falle einer Nahrungsmittelintoleranz bescheid


Slow Food
Catalunya
Km 0

Hausgemachte Nachtische /

- 4 € Naturjoghurt mit Marmelade oder mit Honig und Nüssen ✕ ✓ ☑ ☑
- 4 € Soja-Naturjoghurt mit Marmelade oder mit Honig und Nüssen ✕ ✓ ☑
- 4 € Quarkpudding ✕ ✓ ☑
- 5 € Katalanische Cremespeise ✕ ✓ ☑
- 5,5 € Schokoladencoulant (15 Minuten) ✓ ☑
- 6,5 € Schokoladencoulant mit Vanilleeis (15 Minuten) ✓ ☑
- 5 € Tiramisu ✓ ☑
- 4,8 € Käsekuchen ✕ ✓ ☑
- 4,8 € Tiramisu ✓ ☑
- 4,8 € Veganischer Kuchen mit Rootbeeten, Schokolade und Bananen ✓
- 4,5 € Brownie ✓ ☑ ☑
- 5,5 € Brownie mit Vanilleeis ✓ ☑ ☑
- 4,8 € Gefrorener Yoghurtshake mit Erdbeeren aus dem Maresme ✓ ☑
- 4,8 € Birnen-tatin ✓ ☑

Auswahl von Nachtischen aus Mataró /

- 5 € Knuspriger Schokoladenkuchen von Uñó gemacht ☑ ✓ ☑
- 5 € Knuspriges Eis von Granja Caralt gemacht ☑ ✓ ☑
- 4,5 € Ökologisches Eis von Bodevici gemacht ✕ ✓ ☑ *

*Einige Eissorten können Laktose enthalten

Kaffees /

- 3 € frappé
- 2,8 € Wiener Kaffee ☑
- 5 € Irischer Kaffee ☑

Wir haben Soyamilch Reismilch und Hafermilch / Süßmittel : Rohrzucker, Atzavara (Agave), Honig, Stevia und Saccharin.

- 2,5 € Geröstetes und mit Tomaten eingeriebenes Brot ✓
- 1 € Portion Brot ✓
- 2,5 € Glutenfreies Brot ✕ ✓ ☑ ☑

/// Alle unsere Preise sind inklusive MwSt.

Vom 20. September bis zum 1. Juni bieten wir Ihnen an Wochentagen ein Menü an

16 € (Kaffee oder Nachtisch) / 15 € mit der Kundenkarte

SOMMERKONZERTE / JEDEN SAMSTAG ABEND (23.30 h)

+ 34 93 114 05 80 _ 634 515 715
www.lasaldelvarador.com _ reserves@lasal.com
Folgen Sie uns auf Facebook



SAISON . 2016

ÖKOLOGISCHE KÜCHE AM RAND DES MEERES

TAPAS, PAELLAS & COCKTAILS

LASAL DEL VARADOR

_ MATARÓ _



Slow Food Restaurant

ENTDECKEN SIE UNSERE NEUE KARTE VON COCKTAILS UND GIN-TONICS _ IM SOMMER GIBT ES JEDEN SAMSTAG LIVE MUSIK UM 23.30H