

amuse-bouches /

- 2,5 € olives vertes / farcies ☒
- 3 € olives noires de Kalamata ☒ ✓
- 3 € olives mélangées ☒ ✓
- 7,9 € coques 30-45 pièces (conserve) ☒
- 4,8 € dés de fromage à l'huile d'olive accompagnés de mini toasts ✓ ☒

tapas /

- 5,8 € "patatas bravas" au four Lasal del Varador ☒ ✓
- 5,8 € pommes de terre à l'ail ☒ ✓
- 5,8 € croquettes de légumes au four (4 u) ✓ ☒ ☒
- 5,8 € croquettes de poulet au four (4 u) ☒
- 6 € croquettes de seiche au four (4 u) ☒
- 6 € croquettes de champignons au four (4u) ☒ ☒ ✓
- 6 € assortiment de croquettes (4u) ☒ ☒
- 9 € nuggets au four façon Lasal del Varador ☒
- 12,5 € anchois & pain grillé et frotté à la tomate (3 u)
- 12 € sardines fumées & pain grillé et frotté à la tomate (3u)
- 13,8 € plateau de jambon ibérique bellota & pain grillé et frotté à la tomate
- 7,8 € moules à la vapeur ☒
- 8,5 € moules marinières ☒
- 8,8 € moules au vin et au fenouil ☒
- 10,5 € coques à la plancha ☒
- 9,5 € petits poissons frits
- 9,7 € anchois frits
- 12,8 € calmars de la mer méditerranée frits à l'andalouse
- 12 € petits calamars à la plancha ☒
- 12,8 € poulpe à la galicienne "Lasal del Varador" ☒
- 12,5 € ceviche avec du poisson du Maresme ☒
- 13,5 € couteaux à la plancha ☒
- 15,5 € festival de coquillages à la vapeur (assortiment) ☒
- 16,5 € palourdes à la plancha ☒
- 22 € langoustines d'Arenys de Mar à la plancha ☒

voici les produits bio que nous utilisons à Lasal del Varador:

la farine, la farine complète, les graines de tournesol, les graines de citrouille, la chapelure, le pain, la maïzena, les oeufs, l'huile d'olive, le vinaigre, le sel, le levain, la viande de veau, le poulet, la tomate sèche, les spaghettis, le sésame, la sauce de soja, le tofu, les algues, le Ketchup, la moutarde, les légumes secs, entre 80 % et 95 % des fruits et légumes selon la saison, les raisins, les noix, les amandes, les noisettes, le café, le cacao, les vins, le lait, les yaourts, le lait de soja, le lait d'avoine, le sucre, l'agave, le miel, la pâte de coings, les confitures, les infusions de Yogi Tea, les jus de fruits, les tomates de Cal Valls, les glaces Bodevici. Nous préopérons la mayonnaise et l'aïoli avec du lait de soja et de l'huile bio.

entrées / 80-95 % sont des légumes bio

- 5,8 € gaspacho (classique ou de pastèque) ☒ ✓
- 8 € salade du potager ☒ ✓ ☒
- 8,8 € salade au parmesan, tomates séchées et amandes ☒ ✓ ☒ ☒
- 9 € salade aux fraises de proximité et au fromage de chèvre frais ☒ ✓ ☒ ☒
- 8,5 € salade aux légumes confits du Maresme ☒ ✓
- 7,8 € tomate du Maresme, oignon tendre et oregan ☒ ✓
- 8,8 € tomate du Maresme, mozzarella de l'Ampurdan et vinaigrette de tapenade ☒ ✓ ☒
- 10,5 € tomate du Maresme, oignon tendre et anchois méditerranéens ☒
- 8,5 € légumes au four Lasal del Varador ☒ ✓
- 9,5 € tofu burger accompagné de légumes au four ☒ ✓

plats à base de riz / minimum 2 personnes _ prix par personne

- 13,4 € fideuá (paella aux nouilles)
- 13,8 € riz au bouillon aux légumes et au tofu ☒ ✓
- 13,8 € riz noir (cuisiné à l'encre de calmar) ☒
- 14,5 € paella de fruits de mer façon Lasal del Varador ☒
- 15,5 € riz au poulpe et à la lotte de mer (baudroie) ☒
- 16,5 € riz à la lotte de mer et aux palourdes ☒
- 17 € riz au bouillon de racasse rouge ☒
- 17,8 € riz au bouillon ☒
- 24 € riz au bouillon au homard (un demi homard par personne) ☒

vous pouvez commander deux sortes de plats de riz pour les tables jusqu'à huit invités et un maximum de trois sortes de plats de riz pour les tables avec plus de huit invités. à partir de 21h, nous faisons seulement la paella de fruits de mer, les autres plats à base de riz doivent être commandés au préalable.

poisson frais du jour /

- 15 / 25 € poisson de mer sauvage frais du jour* ☒
- 25 € assortiment de poissons du Maresme au four ☒
- 14 € calmar grillés méditerranéens* ☒

viande biologique /

- 11,8 € hamburger de veau 200 gr* ☒

* accompagnés de garniture

- ☒ sans gluten
 - ✓ végétarien
 - ☒ avec du lactose
 - ☒ avec des fruits secs, du sésame ou de la moutarde
- faites nous savoir si vous avez une intolérance alimentaire**


Slow Food
Catalunya
Km 0

pour les enfants /

- 8,5 € filet de poulet bio avec des pommes de terre ☒
- 8,5 € hamburger de veau biologique ☒
- 7,5 € macaronis à la sauce tomate faite maison ✓

desserts fait maison /

- 4 € yaourt nature à la confiture ou au miel et aux noix ☒ ✓ ☒ ☒
- 4,5 € petit verre aux trois goûts ☒ ✓ ☒
- 4,5 € crème caramel au fromage blanc ☒ ✓ ☒
- 5 € crème catalane ☒ ✓ ☒
- 5,8 € coulant au chocolat (15 minutes) ✓ ☒
- 6,8 € coulant au chocolat et glace à la vanille (15 minutes) ✓ ☒
- 5,5 € tiramisu ✓ ☒
- 5 € tarte au citron meringuée ✓ ☒
- 5 € gâteau aux carottes et au chocolat ☒ ✓
- 5 € gâteau végétalien de betterave, chocolat et banane ✓
- 5 € brownie ☒ ✓ ☒
- 6 € brownie et glace à la vanille ☒ ✓ ☒
- 5 € milk-shake glacé au yaourt et fraises du Maresme ☒ ✓ ☒

choix de desserts de Mataró /

- 5,5 € gâteau au chocolat croustillant élaboré par l'Uñó ☒ ✓ ☒
- 5,5 € glace croquante élaborée par la Granja Caralt ☒ ✓ ☒
- 4,8 € crèmes glacées bio Bodevici ☒ ✓ ☒ *

*certains parfums contiennent du lactose.

cafés /

- 3,5 € café frappé
- 3 € café viennois ☒
- 5,5 € café irlandais ☒

nous avons également du lait de soja, du lait de riz et du lait d'avoine / édulcorants : sucre de canne, atzavara (agave), miel, stevia et saccharine.

- 2,7 € pain grillé frotté à la tomate ✓
- 1,2 € portion de pain ✓
- 2,5 € pain sans gluten ☒ ✓ ☒ ☒

/// La TVA est incluse dans tous les prix indiqués.

CONCERTS D'ÉTÉ / TOUS LES JEUDIS SOIRS
(23.30 h)

+ 34 93 114 05 80 _ 634 515 715
www.lasaldelvarador.com _ reserves@lasal.com
Suivez-nous sur Facebook



SAISON . 2017

CUSINE BIO EN BORD DE MER

"TAPAS", RIZ & COCKTAILS

LASAL DEL VARADOR

_ MATARÓ _



Restaurant Slow Food

DECouvrez LA NOUVELLE CARTE DE COCKTAILS ET DE GIN-TONICS _ CONCERTS D'ÉTÉ / TOUS LES JEUDIS SOIRS 23:30 h