



HARMONIA  
RESTAURANTE

“Cozinhar não é  
serviço,  
cozinhar é um modo  
de amar os outros.”

MIA COUTO

Sem dúvida que a nossa cozinha é marcada pelo amor.

Um amor pela tradição gastronómica portuguesa, pelos produtos,  
pela sua qualidade e origem.

Um amor que se expande para lá da cozinha, para cada um dos nossos clientes  
e para a sua satisfação, pois são eles que nos dão a motivação  
para fazermos sempre melhor.

E um amor pela criatividade e pelos detalhes, pois em cada prato  
que fazemos queremos colocar a nossa marca e diferença, elevando  
a experiência no Harmonia.

**Este é o espírito e a visão dos Chefs Marco Costa e Alceu Tão  
e que queremos partilhar consigo em cada um dos nossos pratos.**



## O nosso Couvert

*Couvert*

---

<b>Cesto Pão</b> <i>Bread basket</i>	2,50€
<b>Azeitonas/ Manteiga do Chef</b> <i>Olives/Lobster Butter</i>	3,00€
<b>Salgadinhos</b> <i>Typical portuguese pastries</i>	1,00€/unid.

## As nossas Entradas Frias

*Cold Starters*

---

<b>Presunto 5Jotas</b> <i>Black pork smoked ham</i>		16,00€
<b>Paio de Porco Preto</b> <i>Black pork chorizo</i>		9,50€
<b>Salada de Polvo</b> <i>Octopus salad</i>		6,50€
<b>Carapau de escabeche</b> <i>Mackerel pickled</i>		4,90€
<b>Tábua Harmonia (Queijos, Paio e Presunto)</b> <i>"Harmonia" selection (Cheeses, Portuguese sausage and Smoked ham)</i>		22,50€

## As nossas Entradas Quentes

*Hot Starters*

---

<b>Croquetes de Farinheira com Molho Dijon</b> <i>Croquettes "farinheira" with dijon sauce</i>	7,50€
<b>Ovos mexidos com farinheira</b> <i>Scrambled eggs with "farinheira"</i>	5,90€
<b>Mini Hamburgers de Carne Maturada</b> <i>Matured Meat Mini Hamburger</i>	10,50€
<b>Amêijoas à Bulhão Pato</b> <i>Clams to "Bulhão Pato"</i>	16,50€
<b>Gambas à chef</b> <i>Prawns by chef</i>	14,50€
<b>Gambas à Guilho</b> <i>Prawns to "Guilho"</i>	12,50€
<b>Camarão Tigre</b> <i>Tiger Prawn</i>	80,00€/kg
<b>Carabineiro Grelhado</b> <i>Grilled scarlet shrimp</i>	80,00€/kg

## Queijos Portugueses

*Portuguese cheeses*

---

<b>Tábua de queijos, Portuguese cheese collection</b>	12,00€
<b>Queijo Serpa, Serpa cheese</b>	6,00€
<b>Queijo da Serra, Serra cheese</b>	6,00€
<b>Queijo Fresco, Fresh cheese</b>	1,80€
<b>Queijo Fresco de Cabra, Serpa goat cheese</b>	3,60€

## Peixes

*Fishes*

### ESPECIALIDADES DO CHEF

*Chef specialties*

(30 minutos)

DOSE

Arroz de Lavagante e Peixe (2 Pessoas)

92,50€

*Lobster and fish rice*

Cataplana de Peixe (2 Pessoas)

47,50€

*Fish Portuguese stewed*

Açorda de Gambas (2 Pessoas)

36,50€

*Prawns "Açorda"*

Arroz de Gambas (2 Pessoas)

36,50€

*Prawns rice*

Robalo ao sal (2 Pessoas)

49,80€/Kg

*Seabass to salt*

Bacalhau à Lagareiro

22,50€

*Codfish "Lagareiro" style*

Espetada de Garoupa com Gambas

22,50€

*Grouper skewer with prawns*

Polvo à Lagareiro

19,80€

*Octopus "Lagareiro" style*

**A PESO** (Consultar na nossa peixaria)

*To weight (Consult our fish showroom)*

Imperador *Red bream fish*

Salmonete *Red mullet fish*

Goraz *Sea bream var fish*

Pregado *Turbot fish*

Rascasso *Scorpion fish*

Robalo *Seabass fish*

Dourada *Seabream fish*

Linguado *Sole fish*

Atum *Tuna fish*

Garoupa *Grouper fish*

Mero *Grouper fish*

Chocos c/ ou s/ tinta *Cuttlefish with or with out ink*

## Carnes

*Meats*

### ESPECIALIDADES DO CHEF

*Chef specialties*

(o acompanhamento é escolhido à parte e pago à parte)

	½ DOSE	DOSE
Bife à Harmonia <i>Harmonia steak</i>	23,90€	44,80€
Bife à Portuguesa <i>Portuguese steak</i>		16,90€
Posta Mirandesa <i>Tenderloin veal "Mirandesa"</i>		16,50€
Naco da Vazia na Pedra <i>Sirloin steak the stone</i>		16,80€
Naco do Lombo na Pedra <i>Tenderloin steak the stone</i>		23,80€
Lombinhos de Porco Preto com Camarão <i>Tenderloins the Black pork with prawn</i>	12,90€	19,80€

### CARNES

*Meats*

(o acompanhamento é escolhido à parte e pago à parte)

	½ DOSE	DOSE
Escalopes de Vitela c\cogumelos <i>Veal scaloppes with mushrooms</i>	12,90€	19,80€
Picanha grelhada <i>Grilled rump cap</i>	14,50€	20,50€
Tabua à Brasileira (picanha e maminha) <i>Brazilian Tabua (picanha and maminha)</i>	14,50€	20,50€
Bife da Vazia <i>Sirloin steak</i>		16,80€
Bife do Lombo <i>Tenderloin veal steak</i>		23,80€
Bitoque da Vazia <i>Sirloin steak "bitoque" with egg and typical sauce</i>		11,50€
Bitoque do Lombo <i>Tenderloin veal steak "bitoque" with egg and typical sauce</i>		14,90€



### **CARNES MATURADAS** *Matured Meats*

(o acompanhamento é escolhido à parte e pago à parte)

	<b>DOSE</b>
Bife ribeye <i>Ribeye steak</i>	23,50€
Bife entrecôte <i>Entrecôte steak</i>	23,50€
Bife da vazia <i>Sirloin steak</i>	23,50€
Bife Tomahawk <i>Steak tomahawk</i>	45,90€KG
T-Bone <i>T-Bone</i>	45,90€KG

### **TÁBUAS DE CARNES MATURADAS** *Matured Meats Boards*

(o acompanhamento é escolhido à parte e pago à parte)

Seleção de Carnes Maturadas (2pax) <i>Matured meats selection</i>	85,00€
Seleção de Carnes Maturadas (4pax) <i>Matured meats selection</i>	140,00€

### **ACOMPANHAMENTOS** *Sides*

Arroz Branco <i>Rice</i>	2,00€
Batata Frita <i>French fries</i>	2,00€
Batata-doce Frita <i>Sweet potato fried</i>	3,00€
Batata Frita Mix <i>Sweet potato fried</i>	3,00€
Salada Mista <i>Mixed salad</i>	3,00€
Ovo Estrelado ou Cozido <i>Boiled or Starry egg</i>	1,00€
Abacaxi Grelhado <i>Grilled pineapple</i>	2,00€
Esparregado <i>Smashed spinach</i>	3,50€
Feijão-verde ou Brócolos <i>Green beans or broccolis</i>	3,00€
Feijão Preto <i>Black peas</i>	3,00€
Grelos Salteados <i>Sautéed turnip tops</i>	3,80€
Migas da Beira <i>Typical portuguese "Migas"</i>	4,00€



## Vegetariano

*Vegetarian dishes*

DOSE

---

**Risotto de cogumelos**  
*Mushrooms risotto*

16,00€

## Menu infantil (até aos 12 anos)

*Kid menu (until 12 years)*

DOSE

---

**Creme de Legumes/Prato principal/Sobremesa**  
*Vegetables cream/Main course/Dessert*

**Esparguete à bolonhesa**  
*Spaghetti bolognese*

15,00€

**Valor inclui néctar ou água**  
*Price included néctar juice or water*