



# "Lista de Pratos,

cozinha com alma





*Ao comprar está a ajudar.*

A Cozinha com Alma é um **take-away social** aberto ao público em geral, que apoia e capacita **famílias** em dificuldades financeiras temporárias.

Ao tornar-se nosso **cliente**, tem acesso a um serviço de *take-away* de qualidade e está, simultaneamente, a **contribuir** para o sucesso da nossa missão.

Fique a conhecer a diversidade de pratos frescos e congelados que vamos tendo disponíveis em loja ao longo das semanas, conforme a comunicação feita através do nosso **Menu Semanal**.

*Os nossos pratos têm a assinatura do Chef Nuno Simões e da competente equipa que o acompanha!*

## SOPAS

Caldo verde	1,00€		
Creme de abóbora c/ cenoura e maçã	1,00€		
Creme de abóbora com gengibre	1,00€		
Creme de brócolos	1,00€		
Creme de camarão	2,00€	Sopa de agrião	1,00€
Creme de cenoura	1,00€	Sopa de alho francês	1,20€
Creme de coentros	1,10€	Sopa de cenoura com feijão verde	1,00€
Creme de cogumelos c/ azeite de trufas	4,00€	Sopa de feijão encarnado	1,00€
Creme de couve-flor	1,00€	Sopa de feijão manteiga com couve lombarda	1,00€
Creme de ervilhas com hortelã	1,00€	Sopa de grão com espinafres	1,00€
Creme de espargos	2,00€	Sopa de legumes	1,00€
Creme de espinafres	1,00€	Sopa <i>light</i>	1,00€
Creme de milho c/ parmesão e tomilho	1,50€	Sopa de nabiças	1,00€
Gaspacho	1,00€	Sopa de tomate e manjerição	2,00€
Gaspacho de beterraba	2,00€		



## CARNE

Almôndegas com molho de tomate	3,00€
Almôndegas de aves	4,00€
Almôndegas de aves com massa/ arroz	4,00€
Almôndegas recheadas com queijo feta	3,00€
Arroz de pato	6,00€
Bifes de frango panados <i>fritos</i>	4,50€
Bifes panados com esparguete aioli (dose única)	4,00€
Bifes de frango panados <i>congelados</i>	4,00€
Bifinhos de cebolada	6,00€
Bolonesa de carne	4,00€
Carne de porco à portuguesa	3,00€
Carne de porco assada	4,50€
Chilli de carne	3,00€
Couve-flor gratinada com fiambre	3,00€
Coxas de frango de caril	5,00€
Crepes de frango (2 uni.)	4,00€
Crepes de queijo e fiambre (2 uni.)	4,00€
Empadão de carne com arroz	3,00€
Empadão de carne com massa	3,00€
Empadão de carne com puré	3,00€
Ervilhas com ovos escalfados	3,00€
Esparguete à bolonhesa	3,00€
Favas com entrecosto	3,00€
Feijoada de carne	3,00€
Folhado de novilho com cogumelos	4,00€
Frango assado com limão (dose única)	3,00€
Frango com limão e alecrim	4,50€
Frango com molho de mostarda	4,50€
Frango com molho de tomate e massa (dose única)	3,00€
Hambúrgueres à moda da <i>Chef Filipa Vacondeus</i>	5,00€
Jardineira de carne	3,00€
Lasanha de carne	4,00€
Lombo de porco assado	4,50€



Lombo de porco assado com arroz (dose única)	3,00€
Lombo de porco assado com castanhas	4,50€
Lombo de porco assado com ameixas	5,00€
Lombo de porco assado com farinheira	4,50€
Massa chinesa com frango e legumes	4,00€
Nuggets de frango com maionese de manjerição	4,50€
Peito de frango recheado com chèvre, presunto e cogumelos	5,50€
Peito de peru c/ espinafres e queijo da ilha	6,00€
Peito de peru recheado ( <i>Natal</i> )	6,00€
Penne carbonara	4,00€
Perna de borrego	10,50€
Perninhas de frango com açafrão	3,00€
Pernil de porco com batatas e pimentos à <i>Chef Chakall</i>	5,00€
Perú inteiro recheado ( <i>Natal</i> )	€/kg
Rolinhas de frango recheados c/ bacon e mozzarella	5,50€
Rolo de carne com castanhas e ameixas	5,00€
Rolo de carne com queijo e fiambre	4,50€
Rolo de carne simples	4,00€
Rosbife chimichurri à <i>Chef António Cyrne</i>	8,50€
Salsichas toscas com couve lombarda	3,00€
Soufflé de queijo e fiambre	3,00€
Stroganoff de frango	4,00€
Tagine de borrego à <i>Chef Teresa Jorge</i>	7,50€
Tomates recheados com carne picada	3,00€

## PEIXE

Açorda de ovas e camarão	5,00€
Arroz thai com camarão	5,00€
Bacalhau à Brás	3,00€
Bacalhau à Gomes de Sá	6,00€
Bacalhau com broa	8,00€
Bacalhau com coentros	5,50€
Bacalhau com espinafres e camarão	7,50€
Bacalhau com natas	5,50€
Bacalhau espiritual	5,50€
Canelones de atum	3,00€
Caril de camarão	13,00€
Caril de lulas	7,50€
Crepes de camarão c/ alho francês (2 uni.)	5,00€
Empadão de massa com atum	3,00€
Feijoada de chocos	4,00€
Lombinhos de pescada com camarão	6,50€
Lombinhos de pescada com espinafres e manteiga de ervas	6,00€
Lombinhos de pescada com molho à Chef/ molho de natas e coentros/ molho de tomate e manjerição	6,00€
Lulas com molho de tomate	7,00€
Lulinhas de coentrada	7,50€
Massa chinesa com gambas e legumes	5,00€
Massa nero com gambas	6,00€
Meia desfeita	3,00€
Pescada à Gomes de Sá	6,50€
Pudim de peixe	3,00€
Peixe à portuguesa	7,00€
Rissóis de camarão com arroz branco/ arroz de cenoura/ arroz de tomate	4,50€
Soufflé de atum (dose única)	3,50€
Soufflé de peixe (dose única)	3,00€
Tomates recheados com atum	3,00€

## VEGETARIANOS

Alho francês à Brás	3,00€
Caril de legumes	3,00€
Canelones com ricotta e espinafres	3,50€
Chilli vegetariano	3,50€
Crepes de cogumelos do bosque (2 uni.)	4,00€
Crepes de massa filo com legumes (2 uni.)	4,00€
Crumble de legumes	4,50€
Hambúrgueres vegetarianos	3,50€
Lasanha de legumes	3,00€
Linguini pomodoro	3,00€
Ovos verdes à la française	4,50€
Penne com ricotta e molho de tomate	3,00€
Soufflé de espinafres e mozzarella (dose única)	3,00€
Soufflé de queijo da ilha	3,00€
Strudel de legumes com chèvre	4,00€
Tortilha à espanhola (dose única)	3,00€



## ACOMPANHAMENTOS

Arroz árabe	2,50€
Arroz basmati	1,00€
Arroz branco	0,70€
Arroz com espinafres e coentros/ de cenoura/ ervilhas/ tomate	0,90€
Batata doce assada	1,50€
Batatas à padeiro	1,00€
Batatas com alecrim	1,00€
Cerro d'Águia (180gr)   (300gr)	2,00€   3,30€
Batatas risolé	1,00€
Brócolos salteados	1,20€
Cenouras assadas com tomilho	0,80€
Courgettes assadas	1,70€
Couve-flor gratinada	2,00€
Esparguete	0,70€
Esparregado / Espinafres à la crème	1,50€
Feijão verde salteado	2,50€
Linguini	0,70€
Migas de couve	1,20€
Puré de batata	1,00€
Puré de maçã	2,00€
Ratatouille	1,50€
Tagliatelle	0,70€



## SALADAS

Couscous com frango e legumes	4,00€
Couscous com frutos secos e rúcula	3,00€
Couscous de Verão	2,50€
Farfalle Primavera	3,50€
Penne com pesto e tomate cherry	5,00€
Salada de beterraba	3,50€
Salada de feijão frade com atum	3,00€
Salada de grão com bacalhau	3,00€
Salada de peixe e camarão	5,50€
Salada grega (dose única)	4,00€
Salada russa com atum	3,00€

## QUICHES

Quiche de alho francês e bacon (média)	7,00€
Quiche de cogumelos e courgettes (média)	9,20€
Quiche de queijo e fiambre (média)	7,00€
Quiche de tomate e mozzarella (média)	7,00€
Quiche espinafres e chèvre (média)	8,00€

## SAIGADOS

Croquetes (6 uni.)	4,50€
Croquetes de alheira de caça (6 uni.)	5,50€
Croquetes de espinafres e pinhão fritos (4 uni.)	6,00€
Croquetes de espinafres e pinhão congelados (6 uni.)	8,40€
Croquetes miniatura (12 uni.)	5,00€
Croquetes de alheira (6 uni.)	5,50€
Empadas de frango (6 uni.)	7,00€
Empadas de legumes (6 uni.)	6,00€
Empadas de pato (6 uni.)	11,00€
Empadas de pato c/ alho francês (6 uni.)	7,00€
Folhados de salsicha (2 uni.)	2,00€
Ovos verdes (3 ovos)	4,50€
Panini de 4 queijos/ atum/ bolonhesa/ fiambre/ legumes	3,00€
Pastéis de bacalhau (6 uni.)	4,50€
Pastéis de massa tenra congelados (6 uni.)	5,50€
Pastéis de massa tenra fritos (2 uni.)	2,50€
Rissóis de camarão congelados (6 uni.)	5,50€
Rissóis de camarão fritos (4 uni.)	5,00€
Rissóis de leitão (6 uni.)	9,00€
Tarte de frango (média)	9,00€
Tarte de legumes (média)	7,00€
Tarte de pato (média)	12,50€
Tarte de pato com alho francês (média)	9,00€

Fritura/cozedura: 2€/ 12 unidades



## PÃO & BOLACHAS

Areias com Alma (200 gr)	2,50€
Baguete de sementes	0,45€
Bolachas de aveia (200 gr)	2,00€
Bolas de centeio	0,30€
Broas doces	0,85€
Broa de Avintes	3,80€
Cacos (200 gr)	3,20€
Cookies de amêndoa d'A Tarte (125gr)	3,95€
Pão de centeio	1,40€
Pão de sementes	1,40€
Pão saloio	1,30€
Raivinhas (225 gr)	3,70€
Vianinhas	0,20€
Doce de abóbora	4,00€

## BOLOS

Bolo de chocolate	1,80€
Bolo de laranja	1,50€
Bolo de limão	1,50€
Bolo de limão com sementes de papoila	1,80€
Bolo de maçã e canela	1,80€
Brownie	3,50€
Salame de chocolate	2,00€
Torta de laranja	1,50€



## SOBREMESAS

A Tarte (média)	10,50€
A Tarte sem glúten (grande)	19,90€
Arroz doce	2,00€
Banoffee	3,00€
Barriga de freira	2,50€
Bombom de chocolate	3,00€
Bombom de framboesa (sujeito à época)	3,00€
Cheesecake de ananás e manjeriço/ frutos silvestres/ tangerina	4,00€
Chocolatíssimo (média)	10,00€
Crumble de maçã	2,00€
Flores d'areia (6 uni.)	7,00€



Gelado de amêndoa d'A Tarte (média)	9,90€
Leite creme	2,50€
Mousse de bolacha maria	2,00€
Mousse de chocolate	2,50€
Mousse de chocolate com after eight	3,00€
Mousse de coco	2,00€
Mousse de lima	2,50€
Mousse de manga	2,50€
Mousse de maracujá	2,00€
Mousse de morango	2,50€
Panna cotta com frutos silvestres/ tangerina	2,50€
Petit gâteau de caramelo/ chocolate branco/ chocolate preto (2 uni.)	3,00€
Pudim de leite condensado (média)	7,00€
Queijada	3,00€
Tarte de caramelo salgado com chocolate (média)	10,00€
Tarte de chocolates	4,00€
Tarte de lima	4,00€
Tarte de limão merengada	3,00€
Tarte de maracujá	4,00€
Toucinho do céu (tamanho único)	17,00€
Triologia com Alma (grande)	18,00€

## NOTA:

Para encomendas, por favor, consulte a **Ementa de Encomendas actual**, disponível no nosso **website** e na nossa loja.

[www.cozinha.comalma.pt](http://www.cozinha.comalma.pt)

910 900 207

Praceta Padre Marçal da Silveira 31, 2750-672 Cascais



*cozinha com alma*



**Visite-nos!**

**Praceta Padre Marçal da Silveira nº 31, 2750-672 Cascais**

**2ª a 6ª das 10h30 às 19h00, sábado das 10h às 14h.**

---

**910 900 207 · [geral@cozinhacomalma.pt](mailto:geral@cozinhacomalma.pt)**

**[www.cozinhacomalma.pt](http://www.cozinhacomalma.pt)**