



“Cozinhar é fazer poesia para ser degustada”

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
Harmonia.*

Os preços apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;



O NOSSO COUVERT

Couvert

Pão saloio, centeio, rústico e broa de milho <i>Bread</i>	2.50€
Azeitonas e manteiga de bacon e alho <i>Olives and Bacon Butter with garlic</i>	3.00€
Salgados <i>Typical Portuguese Pastries</i>	2.00€ uni
Patê <i>Pate</i>	2.50€ uni

AS NOSSAS ENTRADAS

Starters

Presunto <i>Black Pork Smoked Ham</i>	8.00€	12.50€
Salada de Polvo ou Salada de Choco <i>Octopus /Cuttlefish Salad</i>	8.50€	7,50€
Vieiras c/ Puré de Pimentos e Azeitona Desidratada <i>Scallops with pepper puree and dehydrated olives</i>	4.50€/uni	12.00€
Queijo Niza/Queijo Ovelha/ Queijo Seia <i>Portuguese Cheese</i>	6.00€	
Tempura Queijo de Seia <i>Typical Portuguese Cheese Tempura</i>	2.50€(1)	8.00€(4)
Carpaccio de Polvo c/ Coullis de Pimentos <i>Octopus Carpaccio with pepper coullis</i>	14.50€	
Camarão Frito <i>Prawns with Garlic</i>	14.00€	
Tempura de Legumes <i>Vegetables Tempura with Aioli</i>	7.00€	
Ovos Mexidos com Farinheira <i>Scrambled Eggs with Portuguese Sausage</i>	7.50€	
Croquetes de Farinheira <i>Typical Portuguese Sausage Croquettes</i>	9.00€	
Arancini de Cozido à Portuguesa <i>Arancini from Portuguese Stew</i>	9.00€	
Amêijoas 250gr/Berbigão 350gr à Bulhão Pato <i>Clams / Cockle</i>	18.50€	
Tempura de Camarão em Amêndoas e Sweet Chilli <i>Prawns Tempura</i>	15.90€	



OS NOSSOS PEIXES

Fish

Todo o peixe grelhado acompanha batata a murro e legumes

All the grilled fish is served with smash potatoes & vegetables

Peixe Grelhado a Peso (Consulte a Nossa Peixaria) *Grilled Fish*

Polvo à Lagareiro <i>Grilled Octopus with Olive Oil and Garlic</i>	24.90€
Bacalhau Confitado c/ Pó de Azeitona <i>Confit Codfish with Olive Powder</i>	26.50€
Espetada de Peixe c/ Gambas <i>* Fish Skewer with Prawns</i>	24.50€
Espetada de Lulas c/ Gambas <i>* Squid Skewer with Prawns</i>	21.50€
Peixe ao Sal <i>*# Fish Cooked in Salt</i>	49.80€ kg
Bacalhau à Chef c/ Camarão <i>Cod au Gratin with Shrimp Bechamel & Prawns</i>	24.50€
Açorda de Gambas <i>*# Typical Portuguese Stew with Prawns and Bread</i>	37.50€
Arroz de Peixe c/ Gambas <i># Fish Rice with Prawns</i>	42.50€
Filete Peixe de mar com Bisque de Camarão <i>Fish Fillet with Shrimp Bisque</i>	21.50€

Prato para 2 Pessoas

Dish for 2 people

*Prato com Maior Tempo de Confeção.

**Longer Cooking Time.*



AS NOSSAS CARNES

Meat

Todas as carnes têm incluído um acompanhamento (Arroz, Batata Frita, Salada Mista ou Migas da Beira)

All meat dishes have a choice of side dish (Rice, French Fries, Mixed Salad or Typical Portuguese Sautéed Vegetables)

Bife à Casa c/ Molho Demi Glace e Aligot <i>Tenderloin Steak with Demi-Glace and Aligot</i>	29.50€	
Posta à Harmonia c/ Batata a Murro e Migas <i>Typical Portuguese Steak with Olive Oil Sauce with Smash Potato and Typical Portuguese Sautéed Vegetables</i>	23.50€	
Bife à Portuguesa <i>Portuguese Steak with Special Sauce and Smoked Ham</i>	18.90€	
Arroz Terra e Mar c/Camarão e Lombo de Novilho no Forno <i>Land and Sea Rice with Shrimp, Beef Loin and Aioli</i>	24.50€	
Bochechas de Porco Preto Confitado com Aligot e Brócolos <i>Confit Black Pork Cheeks with Aioli and Broccoli</i>	18.00€	
Lombinhos de Porco Preto c/ Camarão <i>Black Pork Scallops with Prawns</i>	15.50€	22.50€
Escalopes c/ Molho de Cogumelos <i>Veal Scallops with Mushrooms</i>	15.50€	22.50€
Picanha Grelhada <i>Grilled Rump Cap</i>	16.50€	23.00€
Tábua Brasileira Grelhada <i>Mix Grilled Beef with Banana, Pineapple and Sausage</i>	17.00€	24.50€
Carré de Borrego Batata Doce e Gerlos * <i>Rack of Lamb with White Wine Reduction, honey & Mint sweet Potato and Vegetables</i>	29.50€	
Bife da Vazia Grelhado <i>Grilled Sirloin Steak</i>	19.80€	
Perna de Pato Confitada c/ Laranja e Risotto de Enchidos <i>Duck Leg Confit with Orange, Sausage Risotto & hives</i>	22.50€	
Bitoque da Vazia Frito <i>Sirloin Steak with Special Sauce and Fried Egg</i>	15.50€	
Bitoque do Lombo Frito <i>Tenderloin Steak with Special Sauce and Fried Egg</i>	18.50€	
Espetada de Porco Preto c/ Bacon e Abacaxi Grelhado <i>Black Pork Skewer with Bacon and Pineapple</i>	22.80€	
Espetada do Lombo com Camarão Grelhado <i>Tenderloin Skewer with Prawns</i>	26.80€	



AS NOSSAS CARNES MATURADAS

Dry Aged Steaks

Todas as carnes maturadas têm incluído um acompanhamento (Arroz, Batata Frita, Salada Mista ou Migas da Beira)

All dry aged meat dishes have a choice of side dish (Rice, French Fries, Mixed Salad or Typical Portuguese Sautéed Vegetables)

Bife Ribeye <i>Dry Aged Ribeye Steak</i>	25.50€
Bife Entrecôte <i>Dry Aged Entrecôte Steak</i>	25.50€
Bife da Vazia <i>Dry Aged Sirloin Steak</i>	25.50€
Tomahawk <i>Dry Aged Tomahawk Steak</i>	45.90€ kg
T-Bone <i>Dry Aged T-Bone Steak</i>	45.90€ kg
Seleção de Carnes para 2 pessoas <i>Dry Aged Beef Selection For 2 Persons</i>	85.00€
Seleção de Carnes para 4 pessoas <i>Dry Aged Beef Selection For 4 Persons</i>	140.00€

OS NOSSOS RISOTTOS

Risottos

Risotto de Três Cogumelos (Paris, Marrom & Shitake) <i>Three Mushroom Risotto</i>	18.00€
Risotto de Camarão Tigre <i>Tiger Prawn Risotto</i>	26.50€

OS NOSSOS PRATOS VEGETARIANOS

Vegan Dishes

Legumes à Brás <i>Sautéed Vegetables</i>	15.00€
Caril Vegetariano <i>Vegetables Curry</i>	18.50€

OS NOSSOS ACOMPANHAMENTOS



HARMONIA RESTAURANTE

Side dishes

Arroz Branco <i>Rice</i> *	2.00€
Batata Frita <i>French Fries</i> *	2.00€
Salada Mista <i>Mix Salad</i> *	3.00€
Migas da Beira <i>Typical Portuguese Sautéed Vegetables</i> *	4.00€
Aligot (Puré Batata Trufado e Queijo da Ilha) <i>Truffled Potato Puree and Cheese</i>	4,50€
Batata Doce Frita <i>Sweet French Fries</i>	3.00€
Batata Frita Mix <i>Mix of French Fries</i>	3.00€
Ovo Estrelado <i>Fried Egg</i>	1.00€
Abacaxi Grelhado <i>Grilled Pineapple</i>	2.00€
Esparregado <i>Smashed Spinach</i>	3.50€
Travessa de Legumes <i>Sautéed Broccolis and Green Beans</i>	3.00€
Feijão Preto <i>Black Beans</i>	3.00€
Grelos Salteados <i>Sautéed Turnip Tops</i>	3.80€

*Um Acompanhamento à Escolha nos Pratos de Carne

*One choice of side dish included on our meats and dry aged Steaks

O NOSSO MENU INFANTIL

Childs Menu

Até aos 10 anos

Child under 10 years old

Esparguete à Bolonhesa <i>Spaghetti Bolognese</i>	11.50€
Hambúrguer Grelhado com Ovo Estrelado, Arroz e Batata Frita <i>Grilled Burger with Fried Egg, Rice and French Fries</i>	11.50€



HARMONIA
RESTAURANTE

as nossas sobremesas

Os nossos doces

Bolo de Bolacha	4.00€
Arroz Doce	4.00€
Baba de Camelo	4.00€
Farófias	4.00€
Leite Creme	4.00€
Mousse de Chocolate	4.00€
Tarte de Amêndoa	4.00€
Tarte de Chocolate c/ Suspiro	4.00€
Tarte de Lima	4.00€
Tarte de Caramelo	4.00€
Salgado	
Pudim	4.50€
Cheesecake de Snickers	5.00€
Cheesecake de Raffaello	5.00€
Cheesecake de Caviar	5.00€
Panacota de Frutos Vermelhos	5.00€
Petit gâteau c/ gelado	5.00€
Crepe c/gelado	5.00€
Crumble de maçã c/ gelado	5.00€
Doce da Casa	5.50€

As nossas frutas

Maçã Assada	2.80€
Laranja	3.00€
Manga	3.80€
Abacaxi	3.80€
Pêra Bêbada	3.80€
Fruta da Época	3.80€

Os nossos gelados

Morango c/ Pedacos	4.00€
Baunilha	4.00€
Caramelo Salgado	4.00€
Chocolate	4.00€
Menta & chocolate	4.00€
Sorvete Limão	4.00€
Maracujá	4.00€
Tangerina	4.00€
Abacaxi	4.00€