



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.*

## O NOSSO COUVERT

### *Couvert*

---

Pão saloio, centeio, rústico e broa de milho <i>Bread</i>	2.50€
Azeitonas e manteiga de bacon <i>Olives and Bacon Butter</i>	3.00€
Salgados e bola variados <i>Typical Portuguese Pastries</i>	1.50€ uni
Patê <i>Pate</i>	2.00€ uni

## AS NOSSAS ENTRADAS

### *Starters*

---

Presunto <i>Black Pork Smoked Ham</i>	15.00€
Salada de Polvo <i>Octopus Salad</i>	8.50€
Vieiras <i>Scallops</i>	4.50€/uni 12.00€
Tábua de Queijos <i>Cheese Selection</i>	16.50€
Queijo de Seia <i>Northern Typical Portuguese Cheese</i>	6.00€
Carpaccio de Polvo com Vinagrete de Vinho Tinto <i>Octopus Carpaccio</i>	14.50€
Pica pau de Atum <i>Tuna with Soy Sauce</i>	16.50€
Tempura de Legumes <i>Vegetable Tempura</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€
Gambas à Guilho <i>Prawns with Garlic</i>	14.00€
Mini Hambúrgueres <i>Mini Burgers with Cheese &amp; Red onion</i>	12.50€
Amêijoas à Bulhão Pato <i>Clams</i>	18.50€

## OS NOSSOS PEIXES

*Fish*

*Todo o peixe grelhado acompanha batata à 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>	21.50€
Bacalhau Confitado c/ Pó de Azeitona <i>Confit Codfish with Olive Powder</i>	26.50€
Espetada de Garoupa com Gambas * <i>Grouper Skewer with Prawns</i>	23.50€
Espetada de Lulas com Gambas * <i>Squid Skewer with Prawns</i>	23.50€
Robalo ao Sal * <i>Sea Bass Cooked in Salt</i>	49.80€ kg
Bacalhau à Chef <i>Cod au Gratin with Shrimp Bechamel &amp; Tiger Prawns</i>	29.50€
Açorda de Gambas * <i>Typical Portuguese Stew with Prawns and Bread</i>	37.50€
Arroz de Gambas <i>Prawn Rice</i>	37.50€

\*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	29.50€	
<i>Tenderloin Steak with Mushrooms, Tiger Prawn, Red Wine and Cream</i>		
Posta à Mirandesa	19.50€	
<i>Typical Portuguese Steak with Olive Oil Sauce</i>		
Bife à Portuguesa	18.90€	
<i>Portuguese Steak with Special Sauce and Smoked Ham</i>		
Naco da Vazia na Pedra	19.80€	
<i>Sirloin Steak Cooked on a Hot Stone at the Table</i>		
Naco do Lombo na Pedra	26.50€	
<i>Tenderloin Steak Cooked on a Hot Stone at the Table</i>		
Bochechas de Porco Preto Confitado	18.00€	
<i>Confit Black Pork Cheeks</i>		
Lombinhos de Porco Preto com Camarão	15.50€	22.50€
<i>Black Pork Scallops with Prawns</i>		
Escalopes com Cogumelos	15.50€	22.50€
<i>Veal Scallops with Mushrooms and Cream</i>		
Picanha Grelhada	16.00€	22.00€
<i>Grilled Rump Cap</i>		
Tábua Brasileira Grelhada	16.00€	22.00€
<i>Mix Grilled Beef with Banana, Pineapple and Sausage</i>		
Carré de Borrego	23.50€	
<i>Rack of Lamb with White Wine Reduction, honey &amp; Mint</i>		
Bife da Vazia Grelhado	19.80€	
<i>Grilled Sirloin Steak</i>		
Bife do Lombo Grelhado	26.50€	
<i>Grilled Tenderloin Steak</i>		
Bitoque da Vazia Frito	13.50€	
<i>Sirloin Steak with Special Sauce and Fried Egg</i>		
Bitoque do Lombo Frito	18.50€	
<i>Tenderloin Steak with Special Sauce and Fried Egg</i>		
Espetada de Porco Preto com Bacon e Abacaxi Grelhado	21.80€	
<i>Black Pork Skewer with Bacon and Pineapple</i>		
Espetada do Lombo com Camarão Grelhado	26.80€	
<i>Tenderloin Skewer with Prawns</i>		

## 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>	95.00€
Seleção de Carnes para 4 pessoas <i>Dry Aged Beef Selection For 4 Persons</i>	160.00€

## 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

*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€
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€