

*Mediterrânico*  
restaurant  
by LONGEVITY

## COUVERT

Selection of Breads with Organic Olive Oil, Goat Butter and Vegetarian Dip

Seleção de Pães com Azeite Biológico, Manteiga de Cabra e Pasta Vegetariana

**8.00€ (2 pax)**

## APPETIZERS | ENTRADAS

*Alentejana* Veal Broth (“Bone Broth”) with Rutabaga and Nasturtium

Caldo de Vitela Alentejana (“*Bone Broth*”) com Couve-nabo e Capuchinhas

**15.00€**

*Carabineiro de Sagres* with Carrot, Spirulina and Açai Rocks

Carabineiro de Sagres com Cenoura, Espirulina e Rochas de Açai

**24.00€**

*Tomate Rosa* with Goat Cottage Cheese, Roasted Onion and Lemon Balm

Tomate Rosa com Requeijão de Cabra, Cebola Assada e Cidreira

**16.00€**

Braised Mackerel with Rhubarb Gelatin, Apple and *Radicchio*

Cavala Braseada com Gelatina de Ruibarbo, Maçã e *Radicchio*

**16.00€**

## PEIXE | FISH

Octopus with Purple Sweet Potato, Peppers and Coastal Herbs

Polvo com Batata-doce Roxa, Pimentos e Ervas Costeiras

**26.00€**

Sole with Himalayan Salt, Cauliflower, Asparagus and Lamb’s Lettuce

Linguado com Flor de Sal dos Himalaias, Couve-Flor, Espargos e Canónigos

**28.00€**

Golden Bream with Corn and Bivalve Molluscs *Xerém*, Leek and Chlorophyll

Dourada com Xerém de Milho e Bivalves, Alho Francês e Clorofila

**26.00€**

## MEAT | CARNES

54° Duck *Magret* with Granola Seeds, Beetroot and Blueberries

*Magret* de Pato 54° com Granola de Sementes, Beterraba e Mirtilos

**26.00€**

Guinea Fowl with Raspberry, Jerusalem Artichoke and Fermented Garlic

Pintada do Monte com Framboesa, Topinambo e Alho Fermentado

**28.00€**

National White Veal Loin with Roasted Carrots, *Kimchi* and Acorn

Lombo de Vitela Branca Nacional com Cenouras Assadas, *Kimchi* e Bolota

**29.00€**

## VEGETARIAN | VEGETARIANO

Pomegranate Couscous with Pumpkin, Aubergine and Mint

Couscous de Romã com Abóbora-Menina, Beringela e Menta

**21.00€**

Purple Cabbage Quinoto with Mushrooms and Coconut

Quinoto de Couve Roxa com Cogumelos e Coco

**22.00€**

## DESSERTS | SOBREMESAS

Sliced Fruit Platter with Dried Fruits, Avocado and Lime *Sorbet*

Prato de Fruta Laminada com Frutos Secos e *Sorbet* de Abacate e Lima

**9.00€**

Almond and Juniper *Crème Brulée* with Pollen and Lavender

*Crème Brulée* de Amêndoa e Zimbros com Pólen e Alfazema

**12.00€**

Dry Fig *Morgadinho* with Cocoa and Vanilla Pod Ice Cream

*Morgadinho* de Figo Seco com Cacau e Gelado de Vagem de Baunilha

**11.00€**

Avocado and Cocoa Mousse

Mousse de Abacate e Cacau

**11.00€**

## WATER | ÁGUA

Healsi Water 0,50l Água Healsi 0,50l	2.50€
Healsi Water 1l Água Healsi 1l	3.50€
VOSS Still Water 0,375l Água VOSS 0,375l	7.50€
VOSS Premium Still Water 0,80l Água VOSS Premium 0,80l	12.50€
Lemon Flavoured Sparkling Water (Pedras Salgadas) 0,25l Água com Gás Limão (Pedras Salgadas) 0,25l	3.00€
Sparkling Water (Pedras Salgadas) 0,25l Água com Gás (Pedras Salgadas) 0,25l	2.50€

## ORGANIC WINES | VINHOS BIOLÓGICOS

	by the glass a copo	bottle garrafa
Barranco Longo Private Selection Red Barranco Longo Tinto Private Selection	5.00€	20.00€
Barranco Longo Rosé Barranco Longo Rosé	5.00€	20.00€
Barranco Longo White Barranco Longo Branco	5.00€	23.00€
Barranco Longo Syrah 0,75l		40.00€
Elpenor Rosé 0,75l		27.00€
Elpenor White 0,75l Elpenor Branco 0,75l		43.00€
Quinta do Monte d'ouro Reserva White 0,75l Quinta do Monte d'ouro Reserva Branco 0,75l		65.00€
Quinta do Monte d'ouro Reserva Red 0,75l Quinta do Monte d'ouro Reserva Tinto 0,75l		98.00€

## CRAFT BEERS | CERVEJAS ARTESANAIS

Organic Craft Beer Célia 0,33l Cerveja Artesanal Biológica Célia 0,33l	7.00€
Craft Beer Santos Lager 0,33l Cerveja Artesanal Santos Lager 0,33l	7.00€
Craft Beer Santos Amber Ale 0,33l Cerveja Artesanal Santos Amber Ale 0,33l	7.00€
Craft Beer Santos IPA 0,33l Cerveja Artesanal Santos IPA 0,33l	7.00€

## WELLNESS DRINKS | BEBIDAS WELLNESS

Lemonade Limonada	5.00€
Orange Juice Sumo de Laranja	5.00€
Longevity Juice Sumo Longevity	6.00€
Longevity Shake	7.00€
Whole Earth Cola	4.50€
Whole Earth Ginger Whole Earth Gengibre	4.50€
Whole Earth Elderflower Whole Earth Flor de Sabugueiro	4.50€
Whole Earth Orange & Lemon Whole Earth Laranja & Limão	4.50€
Oh my Gutness Original	6.00€
Oh my Gutness Raspberry Oh my Gutness Framboesa	6.00€
Captain Kombucha Original	6.50€
Captain Kombucha Coconut Captain Kombucha Coco	6.50€
Longevity Relax Infusion Infusão Longevity Relax	3.50€
Longevity Detox Infusion Infusão Longevity Detox	3.50€
Peppermint Infusion Infusão de Hortelã-Pimenta	3.50€
Lemon Balm Infusion Infusão de Cidreira	3.50€
Ginger and Lemongrass Infusion Infusão de Gengibre & Erva Príncipe	3.50€
Rooibos, Rhubarb & Rose Infusion Infusão de Rooibos, Ruibarbo & Rosa	3.50€
Rooibos & Spices Infusion Infusão de Rooibos & Especiarias	3.50€
Honeybush & Apple Infusion Infusão de <i>Honeybush</i> & Maçã	3.50€
Organic Honeybush Infusion Infusão de <i>Honeybush</i> Biológico	3.50€
Mint & Citrus Infusion Infusão de Menta & Citrinos	3.50€

**WELLNESS DRINKS | BEBIDAS WELLNESS**

Organic Verbena Infusion Infusão de Limonete Biológico	<b>3.50€</b>
Melon & Pineapple Infusion Infusão de Melão & Abacaxi	<b>3.50€</b>
Lemon Infusion Infusão de Limão	<b>3.50€</b>
Linden Infusion Infusão de Tília	<b>3.50€</b>
Chamomile Infusion Infusão de Camomila	<b>3.50€</b>
Hibiscus Infusion Infusão de Hibisco	<b>3.50€</b>
Lavender Infusion Infusão de Alfazema	<b>3.50€</b>
White Tea, Jasmin, Ginger & Fennel Chá Branco, Jasmim, Gengibre e Funcho	<b>3.50€</b>
Mint & Black Tea Mentas & Chá Preto	<b>3.50€</b>
Black Tea & Cinnamon Chá Preto & Canela	<b>3.50€</b>
Green Tea Chá Verde	<b>3.50€</b>

Please inform our staff of any allergy or intolerance for your own wellbeing.

This establishment has a complaints book.

VAT is included at the legal rate.

Por favor informe os nossos colaboradores de alergias ou intolerâncias para o seu próprio bem-estar.

Este estabelecimento possui livro de reclamações.

IVA incluído à taxa em vigor.

Longevity Health & Wellness Hotel • Cruz da Bota Lote 27, Estrada de Alvor,  
8500-322 Portimão, Portugal • (+351) 282 248 870  
[www.longevityalvor.com](http://www.longevityalvor.com)