



BIENVENIDOS

su paladar disfrutará y lo hará con los cinco sentidos. En la Taberna Mar&Más apostamos por la comida sana y natural. Para ellos seleccionamos con esmero productos frescos, ecológicos, libres de aditivos y transgénicos.

Nos caracterizamos por la elaboración propia. Producimos y criamos artesanalmente para que deguste los mejores sabores de Asturias.

En nuestra carta no faltan las razas y especies autóctonas como el corderu Xaldú, la cabra Bermeya, el gochu Asturcelta, la ternera asturiana o el Pitu'Caleya, ni las legumbres, verduras y hortalizas de la huerta o los lácteos de nuestros ganaderos, así como los exquisitos pescados y mariscos de la lonja.

Gastronomía y calidad en un marco incomparable como es la playa de Poo de Llanes.

Mar & Más



ENTRADAS

<i>Tomate aliñado</i>	8,00
<i>Ensaladilla</i>	9,00
<i>Caprese asturiana</i>	10,00
<i>Ensalada de la casa (lechugas, tomate, cebolleta, bonito, queso y nueces)</i>	9,00
<i>Ensalada de tronco de bonito en nuestro escabeche de sidra c/ cogollos y piquillos</i>	16,00
<i>Boquerones</i>	9,00
<i>Queso cabrales con dulce casero de manzana y nueces</i>	8,00
<i>Patatas Bravas o Ali Olí</i>	9,00
<i>Ahumado de Pría al horno c/ tomatinos y...</i>	7,00
... anchoas	
... cecina	
... chorizo de Sotres	
<i>Anchoas artesanas del cantábrico en aceite de oliva</i>	10,00



ENTRADAS

<i>Croquetas de jamón ibérico</i>	<i>9,00</i>
<i>Bolla frita</i>	<i>7,50</i>
<i>Choco frito</i>	<i>12,00</i>
<i>Huevos rotos c/ chorizo o jamón o gulas al ajillo</i>	<i>12,00</i>
<i>Pimiento rellenos de pixín, langostinos y gulas</i>	<i>16,50</i>
<i>Minihamburguesa de...</i>	<i>5,50</i>
<i>... pitu caleya</i>	
<i>... cordero Xaldu</i>	
<i>... gochín asturcelta</i>	
<i>Callos caseros</i>	<i>12,00</i>
<i>Pollo crujiente Mar & Más</i>	<i>9,00</i>
<i>Pan</i>	<i>1,00</i>



EMBUTIDOS, CECINAS Y JAMONES AL CORTE
(mín 50g)

Bellota D.O. dehesa de Extremadura 100gr

...Paleta ibérica 19,00

...Chorizo ibérico 9,00

...Salchichón ibérico 9,00

...Lomo ibérico 17,00

Embutidos de León 100gr

...Cecina de vaca 10,00

...Chorizo de vaca (dulce o picante) 6,00



PLATOS DE CUCHARA

<i>Crema de marisco</i>	8,00
<i>Verdinas con berberechos, langostinos y andaricas</i>	15,50
<i>Fabada con pantruque</i>	14,00

ARROCES

(Mínimo 2 raciones, por encargo. Precio por ración)

<i>c/ marisco (cigala, andarica y langostinos)</i>	20,00
<i>c/ calamares y langostinos (negro)</i>	17,00
<i>c/ berberechos</i>	17,00
<i>c/ pitu´caleya</i>	19,00
<i>c/ xaldú y boletus</i>	19,50
<i>c/ verduras y ahumado de Pria</i>	14,50
<i>c/ gochín asturcelta, chantarelas y calabacín</i>	21,00



PESCADOS

<i>Merluza de anzuelo...</i> <i>... tronco a la plancha</i>	18,00
--	-------

... en fritos	17,00
... lomos a la cazuela	21,00
<i>Bocartes con sofrito de jamón ibérico</i>	12,00
<i>Calamares en su tinta</i>	22,00
<i>Bonito...</i>	17,00
... solomillo a la plancha	
... tacos con nuestra salsa de tomate	

CARNES ASTURIANAS

<i>Del chuletero de la ternera</i>	
... entrecot/chuleta deshuesada (40€/kg)	s/p
... cachopo de cecina y queso ahumado	18,00
... escalópines al cabrales	14,00
<i>Pitu´ caleya guisado al estilo tradicional</i>	17,00
<i>Cordero Xaldu al vino tinto</i>	16,50
<i>Gochín asturcelta asado a baja temperatura</i>	22,50



POSTRES CASEROS

<i>Tarta de queso con mermelada casera</i>	5,00
<i>Arroz con leche</i>	5,00
<i>Yogur artesano con mermelada casera</i>	3,00
<i>Helados artesanos de Revuelta</i>	3,90
<i>Fresas con Nata</i>	5,00



VINOS

TINTOS D.O. LA RIOJA

<i>Señorío de las Viñas Joven</i>	12,00
<i>Señorío de las Viñas Crianza</i>	15,00
<i>Colono Crianza</i>	17,00
<i>Colono Expresión Autor</i>	25,00
<i>Campillo Crianza</i>	20,00
<i>Sellado Reserva</i>	22,00

TINTOS D.O. RÍVERA DEL DUERO

<i>Protos Roble</i>	16,00
<i>Eloy Escudero</i>	14,00
<i>Pesquera Crianza</i>	23,00
<i>Protos Crianza</i>	23,00
<i>Arzuaga Crianza</i>	23,00



BLANCOS D.O. RIOJA

<i>Señorío de las Viñas</i>	13,00
-----------------------------	-------

BLANCO D.O. RIAS BAIXAS

<i>Terras Gaudas</i>	20,00
<i>Mar de Frades</i>	22,00
<i>Bagoas Ledas</i>	16,00
<i>Eidosella</i>	16,00

BLANCO D.O. RUEDA

<i>La capilla</i>	16,00
<i>Azoe</i>	14,00

BLANCO D.O. GODELLO

<i>O luar do Síl</i>	18,00
----------------------	-------

D.O. CAVA

Marqués de Cáceres Brut 20,00

ROSADOS D.O. CIGALES

Luna 14,00