



SABOR DO TERRA E DO MAR

cozinha portuguesa

cozinha portuguesa

cozinha portuguesa

HERZLICH WILLKOMMEN – BEM VINDO!

LUSITANIEN IS(S)T IM GROTTTO

Lieber Gast

Wir begrüßen Sie ganz herzlich bei uns im Grotto.

Portugal ist ein Land der Kontraste. Seine geographische Lage - im Südwesten Europas gelegen, durch Gebirge von Spanien getrennt und dem Atlantik zugewandt - hat die Geschichte des Landes entscheidend mitbestimmt.

Unsere Philosophie in Küche und Service

Es ist uns zu wenig, wenn das Essen gut ist, der Wein recht war und der Service nett. Mit unserem Einsatz in Service und Küche möchten wir nicht nur, dass Sie zufrieden sind. Wir möchten Sie verwöhnen, Sie begeistern und Ihre Wünsche erfüllen.

Gerne erfüllen wir auch Änderungswünsche in Bezug auf unsere Gerichte, fragen Sie uns.
Unsere Speisen werden immer frisch zubereitet, darum ist mit kleinen Wartezeiten zu rechnen.

Lassen Sie sich vom grotto-Team verwöhnen.

Es lohnt sich, die Geheimnisse der lusitanischen Küche mit neugieriger Zunge kennen zu lernen und zu erforschen.

En Guete! Bom apetite!

Die gastronomische Geschichte Portugals

Vor 2000 Jahren waren die Lusitanier ein Bauern- und Hirtenvolk. Schweine, Schafe, Ziegen, Getreide, Obst und Gemüse stellten die Grundlage ihrer Ernährung dar. Die Römer exportierten aus der iberischen Halbinsel Olivenöl, Wein und Fischprodukte (v.a. Fischsauce: garum).

Auch die **Alanen** waren Bauern und Hirten, wie die Westgoten, die sich ungefähr 300 Jahre in Nord-Lusitanien aufhielten. Sie ernährten sich von Eintöpfen „Guisados“. Im Süden war die Esskultur eher von den **Mauren** beeinflusst: Honig- und Mandelkuchen, Gaspacho, Brotsuppe und Milchreis.

Im 16. Jahrhundert im Zeitalter der **Entdeckungsreisen** führten die portugiesischen Seefahrer östliche Gewürze und exotische Obst- und Gemüsesorten ein. In den portugiesischen Hafenstädten hungerte die Bevölkerung weil sie ihre besten Güter an die Handelsschiffahrt abgaben.

Priester und Mönche trugen Rezepte von nah und fern zusammen und gehörten zu den besten Hütern der Esskultur und förderten den Weinanbau.

Portugiesische Juden leisteten interessante Beiträge zur regionalen Küche, wie eine schmackhafte Wurst mit Knoblauch aus Geflügel und Wild.

Auf ihren Weltreisen beeinflussten portugiesische **Jesuiten** die Esskultur in fremden Ländern beispielsweise mit den Tempuras in Japan. Ein dort heute nicht mehr wegzudenkendes Gericht, dessen Ursprung in den österlichen Temporas der Jesuiten liegt.

Portugiesen führten die **Käsezubereitung** in Südamerika ein und brachten **Chilipfeffer** nach Sichuan (Macau). Currygerichte wurden im Gegenzug aus Indien nach Europa gebracht.

In den goldenen Zeiten Portugals des 17. Und 18. Jahrhunderts war „ein gutes Mahl“ gleichbedeutend mit einem „exotischen Mahl“.

Im 19. Und 20. Jahrhundert ernährte sich das Volk nach einer landesweit angewandten Regel: „ Gut ist, was auf dem Bauernhof wächst und aus dem Meer kommt.“

Auch heute noch ist die Küche Portugals von der Tradition beeinflusst, die Küche ist saisongerecht und gesund. Am Tisch wird das Beste serviert und man lässt sich Zeit zum Essen.

Quelle: Geheimnisse der lusitanischen Küche, Ilídio Lacerda

GROTTO - SPEZIALITÄTEN

ENTRADAS / VORSPEISEN

Entradas / Vorspeisen

Gambas piri - piri	Crevetten an rassicem Knoblauch-Chili-Olivenöl	Fr. 21.50
Mexilões de Santiago	Grillierte Jakobsmuscheln auf marktfrischem Salat an Vinaigrette	Fr. 17.-
Prato de petiscos	Feine Kleinigkeiten kreiert von Carlos (geeignet für 1-2 Personen zum Apéro oder als Vorspeise) beachten sie auch unsere Tafel "Petiscos"	Fr. 24.50

Saladas / Salate

Salada "Grotto"	Blattsalat mit Früchten an Carlos Dressing	Fr. 10.50
Salada portuguesa	Grüner Blattsalat mit Tomaten und Zwiebeln	Fr. 8.50
Salada Algarvia	Tomatensalat mit Sardellen, Zwiebeln und Peperoni	Fr. 13.50

Caldos e sopas / Suppen

Sopa de peixe	Pikante, reichhaltige Fischsuppe mit Muscheln, frischem Fisch und Crevetten, serviert auf getoastetem Knoblauchbrot	Fr. 23.- Fr. 28.-
Tagessuppe	Fragen Sie nach dem Angebot	Fr. 8.50

Aus dem Atlantik

Camarões gigantes
com molho de piri-piri

Grillierte Riesencrevetten an scharfer Sauce
mit Wildreis-Mix

Fr. 48.-

Espada preta

Schwarzer Degenfisch (nicht immer erhältlich)
aus den Tiefen des Atlantiks um Madeira

Fr. 48.-

Wählen Sie die gewünschte Zubereitungsart

vinho d' alho	- in Weisswein-Knoblauch gegart
leite de coco	- in Kokosmilch gegart
com banana	- in Eierteig mit karamelisierter Banane
com Maracuja	- an Passionsfruchtsauce

Peixe grelhado

grillierter Fisch: je nach Angebot:

Dorade	Fr. 45.-
Seeteufel	Fr. 48.-
St. Petersfisch	Fr. 45.-

Acompanhamento já incluído:;
Batatas de vapor, Batatas doradas, Arroz, Risotto, Gnocchi, Migas, Milho frito, Verduras

Folgende Beilagen sind im Preis inbegriffen:
Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Reis, Risotto, Gnocchi, Migas , Milho frito (weisser mais
gebraten) und Gemüse

Pratos principais / Hauptspeisen

Vom Festland

Bife à portuguesa	Butterzartes Rindsfilet-Tournedos mit Rohschinken, Spiegelei, buntem Gemüse und, in portugiesischem Olivenöl, Rosmarin und etwas Knoblauch knusprig gebratenen Kartoffeln	Fr. 52.-
Frango piripiri	Knusprig, pikantes Mistkratzerli piripiri begleitet von Bratkartoffeln (dauert ca. 30 Min.)	Fr. 36.-
Espetada com milho frito	Rindsfiletstückchen am Spiess, serviert mit weissem, frittiertem Mais und Gemüsesträusschen	Fr. 52.-

Kombinationen Festland / Atlantik

Die portugiesische Küche hat verschiedene Gerichte mit Fisch und Fleisch – eine für uns eher ungewohnte Kombination – lassen Sie sich von diesem Geschmackserlebnis überraschen

Cataplana	Traditionelles algarvisches Gericht mit fangfrischen Seeteufelmédailles, Muscheln, Kalbfleischwürfeli, Gambas, Chouriço und Kartoffeln	Fr. 52.-
Mar e monte	Eine Kombination von Land und Wasser: Rindsfilet, Lamm, Seeteufel, Crevetten und Muscheln begleitet von Wildreis-Mix	Fr. 55.-

Aus dem Garten (vegetarisch)

Caril de mango com banana	Ein rassiges ceylonesisches Currygericht mit Mango, Kochbananen und Süsskartoffeln	Fr. 26.-
---------------------------	--	----------

Hausgemachte Teigwaren:

	Vorspeise*	Hauptspeise
Tagliatelle (ca. 10mm), Papardelle (ca40 mm) oder Fettucine (ca. 5mm)	Fr. 15.-	Fr. 19.-
Kartoffel-Gnocchi	Fr. 15.-	Fr. 19.-
Wählen Sie Ihre Sauce dazu:		
Hausgemachte Tomatensauce	Fr. 6.50	Fr. 12.-
Piri-Piri-Sauce (Crevetten, Kräuter, Knoblauch, Tomaten, Olivenöl)	Fr. 8.50	Fr. 14.-

Wir verwenden ausschliesslich erstklassige Frischprodukte, wann immer möglich von regionalen Lieferanten und Fleisch nur in Bio-Qualität. Unsere Lieferanten sind Spezialisten auf ihrem Gebiet und garantieren uns einwandfreie, marktfrische Rohmaterialien. Unser Brot backen wir selbst.

Unsere Lieferanten:

Fleisch:	Metzgerei Meier, Windisch (fidelio),
Fisch:	Comestibles- & Gourmet-Service Fritz Gertsch AG, Thun (ISO und MSC zertifiziert)
Gemüse/Früchte:	Jehle AG, Mellingen (Früchte, Gemüse) Fuhrer, Remigen (Kartoffeln, Zwiebeln, Rüebli)
Eier:	Familie Siegrist, Oberbözberg
Spezialitäten aus Portugal:	Covin AG, Bachenbülach
Weine/Olivenöl	Eigenimport (bacchus huber&gerber)

Unser Fleisch stammt - wenn nicht anders vermerkt - immer aus der Schweiz (fidelio).