

la mar de compartidos

Zamburiñas La Mar Salada al horno con emulsión de aceite de oliva virgen extra, limón y ajo. 8 ud. (14)	20,00
Anchoas de Santoña. Las mejores, sin duda. Ración de 30 g. (4)	10,00
Jamón á feira asado en su propio jugo, cortado muy fino y aliñado con pimentón y aceite de oliva virgen extra.	10,00
Samosas de verduritas y carne. Empanadilla india crujiente con un ligero toque picante. Se sirven con salsa de soja. 4 ud. (1,6)	10,00
Riços de camarão. Híbrido portugués entre una empanadilla y una croqueta de gamba. 4 ud. (1,2,7)	10,00
Boliños de bacalao. Bacalao, patata, huevo, pimienta y perejil. 4 uds. (1,3,4)	10,00
Croquetas de boletus edulis. 8 ud. (1,7)	16,00
Croquetas de mejillón con chorizo. 8 ud. (1,7,14)	16,00
Ensalada César. Lechuga, pollo crujiente, picatostes, parmesano, huevo poché y salsa César (1, 3, 4)	18,00
Ensalada de burrata, fresas, tomatitos y aceite de albahaca (7)	18,00
Steak tartar de solomillo de vaca con nuestro aliño especial (3,6,10,11)	32,00
Salteado de boletus Edulis con huevo y trufa negra (3)	24,00

la mar de marineros

Sargo al horno. Pescado de roca que destaca por su sabor intenso. Un clásico de nuestra carta. El pescado se sirve entero y se desespina y emplata en mesa. Precio por ración (4)	30,00
Lubina al horno. De sabor delicado y elegante. Nunca falla. El pescado se sirve entero y se desespina y emplata en mesa. Precio por ración (4)	35,00
Bacalao al Pil-Pil. Se sirve por ración acompañado de patata panadera y aceitunas negras deshidratadas (4)	30,00
Arroz cremoso de rape y carabineros (2,4,7)	32,00

la mar de carnívoros

Entrecot de vaca con patatas y pimiento rojo asado	28,00
Solomillo de vaca con foie y patatas	30,00

la mar de dulces

Cañita de crema de mascarpone acompañada de frutos rojos (1,3,7)	2,50
Nuestra tarta queso (1,3,7)	6,00
Lemon Pie. Nuestra versión desestructurada (1,3,7)	5,00
Bola de helado (1,7)	2,70



la mar salada



la mar to share

Baked bay scallops “La Mar Salada” with an emulsion of extra virgin olive oil, lemon and garlic. 8 pieces (14)	20,00
Anchovies from Santoña. Undoubtedly the best! 30 g portion (4)	10,00
Galician-style roasted ham in its own juice, thinly sliced and dressed with smoked paprika and extra virgin olive oil	10,00
Meat and vegetable samosas. Indian-style fried pastries with a touch of spice. Served with soy sauce. 4 pieces (1,6)	10,00
Portuguese shrimp turnovers. Portuguese hybrid between a filled pastry and a prawn croquette. 4 pieces (1,2,7)	10,00
Salt cod fritters. Cod, potato, egg, black pepper and parsley. 4 pieces (1,3,4)	10,00
Porcini mushroom croquettes. 8 pieces (1,7)	16,00
Mussel and chorizo croquettes. 8 pieces (1,7,14)	16,00
Caesar salad. Green shoots, crusted chicken, croutons, Parmesan cheese, egg and our Caesar dressing (1, 3, 4)	18,00
Burrata salad with strawberries, cherry tomatoes and basil oil (7)	18,00
Beef sirloin steak tartare with our special dressing (3,6,10,11)	32,00
Sautéed porcini mushroom with fried egg and black truffle (3)	24,00

la mar fish

Baked sargo. Rock fish known for its intense flavour. A classic from our menu. Price per person (4)	30,00
Baked sea bass. Delicate and elegant taste. You can't go wrong! Price per person (4)	35,00
Cod in pil-pil sauce. Served per portion with baked potato and dehydrated black olives (4)	30,00
Monkfish and cardinal prawn creamy rice (2,4,7)	32,00

la mar meat

Rib eye steak with potatoes and grilled red peppers	28,00
Beef tenderloin with foie. Served with potatoes	30,00

la mar sweet

Fried mascarpone cane with berries on the side (1,3,7)	2,50
Our cheesecake (1,3,7)	6,00
Lemon pie. Our deconstructed version (1,3,7)	5,00
Scoop of ice cream (1,7)	2,70

la mar de blancos

<i>D.O. Ribeiro</i>	7 Cupos. 100% Treixadura. Bodegas Casal de Armán.	16,00
	Coto Gomariz. Castes, Treixadura, Godello, Loureira y Albariño. B. Coto Gomariz	19,00
	San Clodio. Treixadura, Godello, Albariño, Loureira. Bodegas San Clodio	19,00
	Mauro Estévez. Treixadura, Lado, Albariño, Loureira. Bodega Mauro Estévez.	20,00
	Casal de Armán. Treixadura, Godello, Albariño. Bodegas Casal de Armán.	21,00
	Casal de Armán 0,5l. Treixadura, Godello, Albariño. Bodegas Casal de Armán.	15,00
	Finca Viñoa. Treixadura, Albariño, Godello, Loureira. Bodegas Finca Viñoa.	21,00
	Máis de Cunqueiro. 100% Torrontés. Bodegas Cunqueiro.	24,00
	Beade 25 Autor. 100% Loureira. Bodegas A Portela.	26,00

<i>D.O. Rías Baixas</i>	Pontellón. 100% Albariño. HGA Bodegas. Rosal.	16,00
	Abadía San Campio. 100% Albariño. Bodegas Terras Gauda. Rosal.	20,00
	Altos de Torona Rosal. Albariño, Loureira, Caíño. HGA Bodegas. Rosal.	20,00
	Pazo San Mauro. 100% Albariño. Bodega Marqués de Vargas. Condado.	20,00
	Quinta do Couselo. Albariño, Caíño, Loureiro. Bodega Quinta do Couselo. Rosal.	21,00
	Terras Gauda. Albariño, Caíño, Loureiro. Bodegas Terras Gauda. Rosal.	22,00
	Granbazán Ámbar. 100% Albariño. Bodegas Granbazán. Salnés.	23,00
	Altos de Torona Loureira. 100% Loureira. Bodegas Altos de Torona. Rosal.	26,00
	Altos de Torona Caíño. 100% Caíño Blanco. Bodegas Altos de Torona. Rosal.	26,00
	Pazo Señoráns Colección. 100% Albariño. Bodegas Pazo Señorans. Salnés.	30,00
	Gran Vino Pazo Barrantes. 100% Albariño. Bodegas Pazo Barrantes. Salnés.	49,00
Pazo Señoráns Selección Añada. 100% Albariño. Bodegas Pazo Señorans. Salnés.	54,00	

<i>D.O. Valdeorras</i>	Alan de Val. 100% Godello. Bodega Alan de Val.	16,00
	A Coroa. 100% Godello. Bodega A Coroa.	21,00
	A Coroa 200 Cestos. 100% Godello. Bodega A Coroa.	42,00

<i>D.O. Monterrei</i>	Ladairo. Treixadura y Godello. Bodega Ladairo.	19,00
-----------------------	---	-------

<i>D.O. Ribeira Sacra</i>	G. Godello. 100% Godello. Bodega Ponte da Boga.	20,00
	B. Blanco. 100% Lexítimo. Bodega Ponte da Boga.	32,00

la mar de espumosos

<i>D.O. Francia</i>	Grandin. Grande Reserve Brut. D.O. Crémant de Loire.	30,00
	Möet Chandon. Brut Imperial. D.O. Champagne.	67,00

la mar de tintos

<i>D.O. Ribera del Duero</i>	Legaris. Roble. 100% Tinta fina. Bodegas Legaris.	16,00
	912 de altitud 0,5l. 9 meses. 100% Tinta fina. Bodegas Veganzones.	13,20
	912 de altitud. 9 meses. 100% Tinta fina. Bodegas Veganzones.	18,00
	Finca Resalso. Roble. 100% Tinta fina. Bodegas Emilio Moro.	19,00
	Carramimbre. Crianza. Tinta del país, Cabernet Sauvignon. Bodegas Carramimbre.	19,00
	Carmelo Rodero. 9 meses. 100% Tinta fina. Bodegas Carmelo Rodero.	22,00
	Cillar de Silos. Crianza. 100% Tinta fina. Bodegas Cillar de Silos.	27,00
	Matarromera. Crianza. 100% Tinta fina. Bodegas Matarromera.	33,00
	Torre de Silo. 16 meses. 100% Tinta fina. Bodegas Cillar de Silos	40,00
	Una cepa. 18 meses. 100% Tinta fina. Bodegas Valduero.	42,00
	Abadía Retuerta Selección . Tempranillo, Cabernet Sauvignon Syrah, Merlot, Petit Verdot.	46,00
	Pago de Carraovejas. Crianza. Tinta fina, Cabernet Sauvignon, Merlot.	52,00
	Pingus PSI. Crianza. Tinta fina, Garnacha Bodega Dominio de Pingus.	60,00

<i>D.O. T. Castilla y León</i>	Mauro. Tierra de Castilla y León. Tempranillo, Syrah. Bodegas Mauro.	46,00
--------------------------------	---	-------

<i>D.O. Toro</i>	Almírez. 100% Tinta de Toro. Bodega Teso la Monja.	33,00
------------------	---	-------

<i>D.O. T. de Cádiz</i>	Arx. Syrah, Tintilla y Petit Verdot. Bodega Tesalia.	28,00
-------------------------	---	-------

la mar de tintos

<i>D.O. Rioja</i>	Heracio Alfaro. Crianza. Tempranillo, Garnacha Tinta, Graciano. Bodegas Terras Gauda. 16,00	16,00
	Izadi. Crianza. 100% Tempranillo. Bodegas Izadi. 19,00	19,00
	Gómez Cruzado. Crianza. Tempranillo, Garnacha. Bodega Gómez Cruzado. 18,00	18,00
	La Montesa. Crianza. 95% Garnacha Tinta. Bodegas Palacios Remondo. 21,00	21,00
	Izadi Selección. Reserva. Tempranillo, Graciano y Maturana. Bodegas Izadi. 23,00	23,00
	Ramón Bilbao Ed. Limitada. Crianza. 100% Tempranillo. Bodegas Ramón Bilbao. 23,00	23,00
	Calados del Puntido. 100% Tempranillo. Viñedos de Párganos. 33,00	33,00
	Sierra Cantabria Cuvée. 100% Tempranillo. Bodegas Sierra Cantabria. 33,00	33,00
	Valdepoleo. 100% Tempranillo. Bodegas Pujanza. 35,00	35,00
	El Regalo. Viñedo Singular. 100% Tempranillo. Bodegas Izadi. 36,00	36,00
	Honorable. Crianza. Tempranillo, Garnacha, Graciano, Mazuelo, Viura. Bod. Gómez Cruzado. 34,00	34,00
	Marqués de Murrieta. Reserva. Tempranillo, Mazuelo, Graciano, Garnacha. 36,00	36,00
	Finca Martelo. Reserva. Tempranillo, Mazuelo. Bodegas La Rioja Alta. 42,00	42,00
	Viña Ardanza. Reserva. Tempranillo, Garnacha. Bodegas La Rioja Alta. 42,00	42,00
	Gómez Cruzado Pancrudo. Crianza. 100% Garnacha. Bodegas Gómez Cruzado. 47,00	47,00
	San Vicente. 100% Tempranillo. Bodegas Señorío San Vicente. 62,00	62,00
	Norte. 100% Tempranillo. Bodegas Pujanza. 62,00	62,00
Gran Reserva 904. Tempranillo, Graciano. Bodegas La Rioja Alta. 92,00	92,00	
<i>D.O. Ribeira Sacra</i>	Regina Expresion. 100% Mencía. HGA Bodegas. 28,00	28,00
	Capricho de Merenzao. 100% Merenzao. Bodega Ponte da Boga. 29,00	29,00
<i>D.O. Valdeorras</i>	Alan de Val. 100% Mencía. Bodega Alan de Val. 18,00	18,00
	Alan de Val Escada. 100% Garnacha tintorera. Bodega Alan de Val. 25,00	25,00
	Ladeira Vella. 100% Garnacha tintorera. Bodega A Coroa. 45,00	45,00
<i>D.O. Ribeiro</i>	Libro Tinto. Caíño, Sousón y Brancellao. Bodegas Sameirás. 30,00	30,00
<i>D.O. Monterrei</i>	Ladairo. Mencía y Arauxa. Bodegas Ladairo. 19,00	19,00