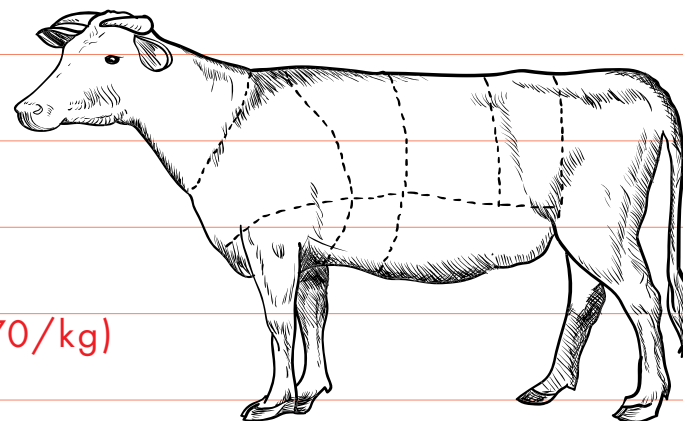


LAS CARNES DE LA CASETA DE BOMBAS

TERNERA ECOLÓGICA DE SIETE VALLES DE MONTAÑA

La carne ecológica no solo es más sabrosa, sino que también contiene nutrientes como los ácidos omega 3 y está libre de antibióticos.

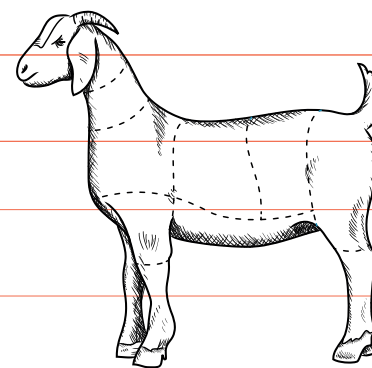
- ☐ CHULETA/ENTRECOT de ternera eco 28
- ☐ CHULETÓN DE VACA de Cantabria al peso (70/kg)



CABRITO DE BEJES, PICOS DE EUROPA

Nuestro Cabrito de Bejes es un homenaje a Rafa, a su amor por la alta montaña y al legado que hoy cuida Nélida junto a Lucio. Un bocado tierno y con el sabor puro de los Picos de Europa.

- ☐ CHULETILLAS a la brasa con patatitas 28



HAMBURGUESAS OLÍMPICAS Y BARCOS DE VELA DE LA BAHÍA

Hamburguesas con los nombres de los barcos que entrenan en el edificio de nuestros vecinos del CEAR (Centro Especializado de Alto Rendimiento) del equipo olímpico español.

Estas hamburguesas también son olímpicas porque nuestras terneras ecológicas de Siete Valles de Montaña pastan en altura en los valles de Campoo, Valderredible y Polaciones, están libres de antibióticos y fertilizantes químicos y, a veces, cuando uno come su carne, siente que podría ir a las olimpiadas de la vida y ganar como nuestros deportistas.



49er FX, Diego y Florian y 49er, Tamara y Paula.
Ternera eco, beicon de caserío, queso de Los Tiemblos, lechuga y tomate 23



470, Jordi y Nora.
Ternera eco, queso azul, el gorgonzola cántabro, champis y cebollita confitada 23



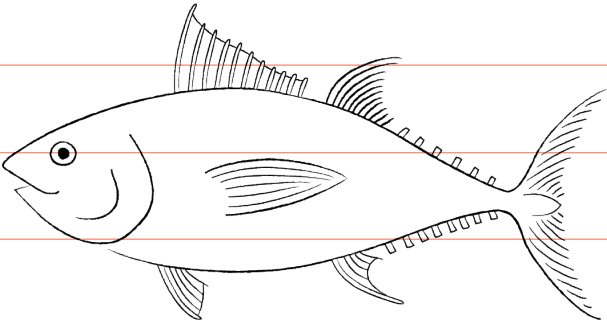
ILCA 6 Y 7, el antiguo LASER RADIAL.
Ternera eco, Cervellan, el queso brie cántabro, calabacín plancha, lechuga, tomate y pesto 23



OPTIMIST la vegana con caricos de Valderredible con aguacate, tomate y lechuga 21

LOS PESCADOS DE LA CASETA DE BOMBAS

BONITO DEL CANTÁBRICO



Bonito del norte White tuna

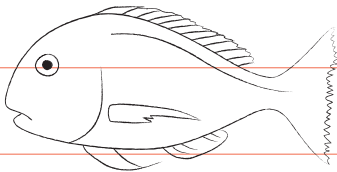
Llega a nuestras costas en verano siguiendo los bancos de anchoa. Tiene una carne muy fina y sabrosa. Repleto de proteínas y ácidos grasos omega-3, es bueno para el corazón. Uno de los pescados más famosos del Cantábrico

- ☐ Albóndigas de bonito con salsa de tomate 24
- ☐ Taquitos de bonito al ajillo colorao con Fino Maestro Sierra 26
- ☐ Tronco (rodaja) para dos o tres al peso
- ☐ Solomillo de bonito con encebollado clásico santanderino 28
- ☐ Marmita de bonito 24

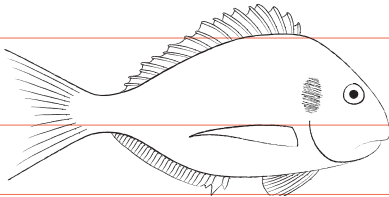
Cada uno de nuestros peces tiene nombre y apellidos; el del barco y el de los marineros que lo han pescado. Ellos son los verdaderos héroes de este asador marino. Se levantan a las 3 de la mañana para que los demás podamos disfrutar de los manjares del mar.

No siempre tenemos disponibles todos los pescados de la carta y eso tiene una explicación sencilla: compramos el pescado a diario en la lonja y nuestros marineros a veces consiguen variedad y cantidad, y otras veces no. Sin embargo, nosotros nos seguimos yendo a la lonja para conseguir el mejor género.

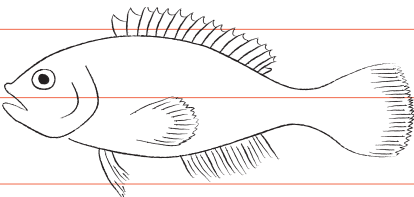
SINGULARES



- ☐ Machote
solo le llamamos así en Santander, en el resto de España Dentón y Sama en las Canarias. Le encanta cazar al acecho y sobre todo calamar **S.M.**

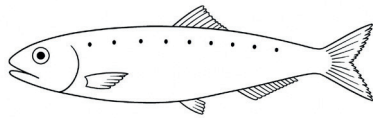


- ☐ Dorada
Gilthead seabream
a los pescadores de anzuelo les encanta pescarlas y es porque al horno es uno de los mayores lujos que hay. Y además es el que más vitamina E tiene, antioxidante 100% **S.M.**



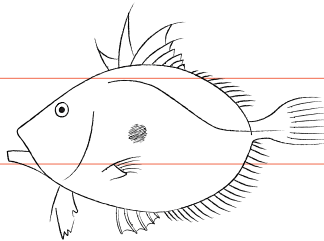
- ☐ Mero
Grouper
de la mar el emero y de la tierra el cordero. Es un pez solitario que le encanta vivir entre las rocas de los fondos marinos. ¡Queda muy poco y tiene vitaminas B a tutiplén! **S.M.**

DE VERANO

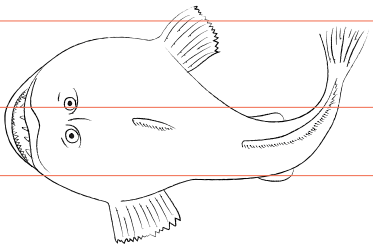


- ☐ Bocarte o Sardina
Anchovy or Sardine
Rico en omega-3, calcio y proteínas, ayuda a mantener fuertes los huesos y el corazón. Un auténtico tesoro del norte **S.M.**

CLÁSICOS DE LA CASETA

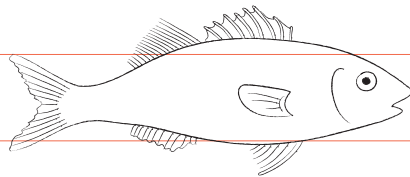


- ☐ San Martín
John Dory
en otros puertos lo llaman San Pedro, San Martiño, Muxu, Martín y hasta Gallopedro. Famoso por su punto negro **S.M.**



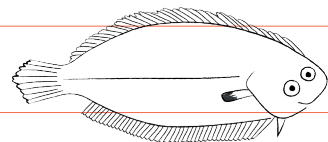
- ☐ Sapito,
el rape pequeño
Black small monkfish
vive en la profundidad siempre pegado al fondo, escondido y tiene la boca más grande de todos los peces. **S.M.**

AZULES

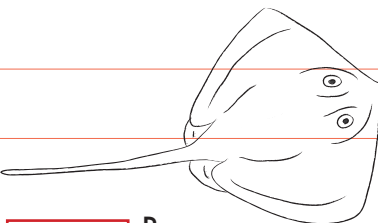


- ☐ Lubina
Sea bass
le encanta moverse entre los arenales y las desembocaduras de los ríos. Es de los peces que más fósforo tiene **S.M.**

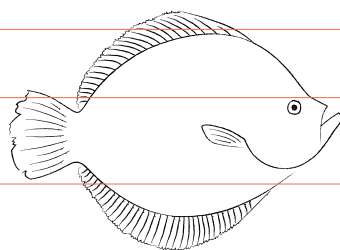
DE ARENAS PROFUNDAS



- ☐ Lenguado
Sole
pez plano que siempre va por el fondo marino arenoso y se sale en la lista de vitamina B6. **S.M.**

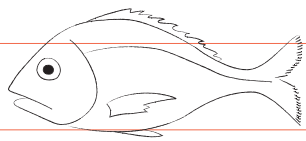


- ☐ Raya
Stingray
se alimenta de crustáceos y moluscos, y nada en los fondos arenosos, donde se camufla muy bien. **S.M.**

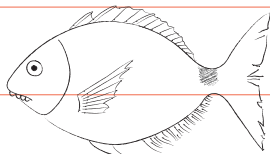


- ☐ Rodaballo
Turbot
vive solo en las profundidades del mar. Es un pez para celebrar cosas importantes y dejar recuerdo. **S.M.**

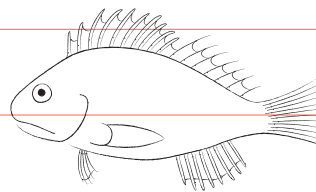
DE ROCA



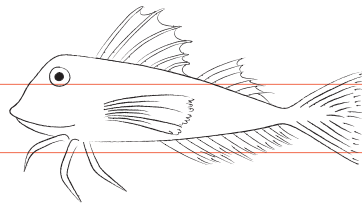
- ☐ Aligote o Breca
Pandora
es un pescado blanco que pertenece a la familia del besugo. Tiene una gran cantidad de proteínas además de fósforo, potasio y vitaminas B y A **S.M.**



- ☐ Jargo
White sea bream
el pez con los colmillos más afilados del mar. Los tiene así de tanto comer marisco. Vive entre las rocas cerca de la costa **S.M.**



- ☐ Cabracho
Scorpion fish
se esconde entre las rocas y de noche sale de captura. Tiene espinas venenosas. También tiene mucha vitamina A. El pez favorito de los mallorquines **S.M.**



- ☐ Cuco
Gunard
es el pez más punky del Cantábrico y el de los mil nombres: garneu, arete, perla, perlón, rubio, lluerna, lucerna... Es muy versátil: buenísimo al horno, a la brasa, para hacer caldo o frito en la sartén. **S.M.**