Na Capitana
de Golf San Roman

BIENVENIDOS
•
Carta
Cocina Saludable

Entrantes

Crema del día - pregunte
por nuestra crema o sopa del día
530 Kcal por ración
1, 5, 6, 7, 8, 9, 12 — 9

Pimientos de Padrón con sal en
escamas Na Capitana
1026 Kcal por ración
10

Croquetas de jamón ibérico con salsa
tártara
1002 Kcal por ración
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 14 — 12

Ensalada César, hojas de lechuga
iceberg, láminas de parmesano,
costrones de pan y salsa César hecha
en casa.
Langostinos +6 / Pollo +3 / Aguacate +4
870 Kcal por ración
1, 2, 3, 4, 7, 10, 12, 13 — 13

Flores de alcachofas a la parrilla con
escamas de sal Na Capitana
223 Kcal por ración
12 — 14

Muhammara de pimiento asado y
nueces con tejas de pan casero
39 Kcal por ración
1, 5, 6, 8, 11, 12 — 14

Clásica ensalada Caprese con
mozzarella IGP y salsa pesto casera
179 Kcal por ración
5, 6, 7, 8, 12, 13, 13 — 15

Salteado de verduras de temporada de
nuestro huerto con semillas de sésamo
y salsa de fruta marinada en soja
293 Kcal por ración
1, 5, 6, 8, 9, 11, 12 — 15

Fritura de calamares a la andaluza
acompañados de alioli casero
651 Kcal por ración
1, 3, 4, 5, 7, 8, 11, 12, 14 — 15

Alitas de pollo crujientes acompañadas
de nuestro dúo de salsas (barbacoa
picante y tártara)
917 Kcal por ración
1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 — 16

Soup & Sandwich
910 Kcal por ración
1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13 — 16

Poke de arroz con aguacate, wakame,
cacahuetes y vinagreta de soja (extra
langostinos +6)
490 Kcal por ración
2, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 12, 14 — 17

Ensalada de pollo confitado sobre hojas
tiernas, aguacate, cebolla crujiente y
vinagreta francesa
555 Kcal por ración
1, 5, 6, 8, 10, 11, 12 — 17

Tabla de quesos con cebolla
caramelizada y galletas mallorquinas
1001 Kcal por ración
1, 6, 7 — 17

Cazuela de langostinos con ajillo y
guindilla
1016 Kcal por ración
2, 4, 12, 14 — 18

Jamón ibérico de bellota D.O. Guijuelo
cortado a mano con pan mallorquín,
aceite de oliva virgen
extra Na Capitana y olives trencades
960 Kcal por ración
1, 5, 6, 8, 11 — 30

Principales

Pasta (spaguettis & penne)
elija una de nuestras salsa caseras:
bolóñesa, napolitana, arrabiata,
pesto y aglio e oleo
653 Kcal por ración
3, 1, 6, 5, 4, 7, 2, 8, 9, 11 — 15

Tuna sándwich salad acompañado
de patatas fritas
590 Kcal por ración
3, 1, 12, 4, 2, 9 — 15

Hamburguesa veggie 100%
plant based con pan brioche,
tomate marinado, cebolla y
ensalada de hojas tiernas
753 Kcal por ración
1, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 10 — 16

Clásico Club Sándwich
acompañado de patatas fritas con
nuestro aliño
1019 Kcal por ración
1, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12 — 18

Sándwich Es Fum, Sándwich de
barriga de cerdo lacada, mayonesa
de rábano picante y cebolla
encurtida
1161 Kcal por ración
1, 3, 6, 5, 8, 9, 7, 10, 12, 11 — 18

Stroganoff de pollo con salsa de
champiñones y arroz salteado
823 Kcal por ración
1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 — 20

The Evolution Burger, Carne de
ternera angus 100%, pan de
brioche, lechuga, tomate,
bacon, queso, chutney de cebolla
con nuestra salsa especial,
acompañada de patatas fritas
1175 Kcal por ración
1, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12 — 20

Contramuslo confitado en casa
con arroz jazmín, setas de
temporada y salsa de curry Jaipur
739 Kcal por ración
1, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12 — 22

Costilla (machete) de ternera
confitada en casa a la cerveza
Paulaner sobre puré de patata con
lacado de cacahuete y naranja
710 Kcal por ración
1, 5, 6, 8, 11 — 25

Sugerencia de nuestro chef *Carlos Sánchez*

Paletilla de lechona mallorquina
confitada con puré de patata de Sa
Pobla (30 min)
830 Kcal por ración
1, 5, 8, 10, 11, 6 — 36

Nuestros platos *de* temporada

Vichyssoise de manzana
con chips de cebolla
1, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13 — 10

Croquetas de rabo de buey y
rebozuelos con salsa japonesa
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14 — 14

Carpaccio de calabacín con virutas de
parmesano y wakame marinado en
sésamo
5, 6, 7, 10, 11, 12 — 14

Rigatoni con calabaza y gorgonzola
1, 3, 6, 7, 12 — 16

Wok de verduras de nuestro huerto
con langostinos
1, 2, 3, 5, 7, 8, 11, 12, 14 — 19

Bacalao confitado gratinado con
sobrasada de porc negre
2, 4, 14 — 22

Solomillo de cerdo ibérico con salsa de
mostaza y puré de boniato
1, 8, 9, 10, 12 — 24

Tartaleta de frutas con crema de
pistacho
1, 3, 5, 6, 7, 8, 11 — 7

Sorbete de limón con GIN Na Capitana
3, 7, 12 — 7

Café affogato
1, 5, 6, 7, 8, 11 — 7

Menú *infantil*

(hasta 12 años)

Lágrimas de pollo rebozadas con patatas fritas o ensalada
1, 3, 5, 6, 7, 8, 11 — 9

Pasta (napolitana, mantequilla & boloñesa)
1, 3, 5, 6, 7, 8, 11 — 9

Fingers de merluza con patatas fritas o ensalada
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 14 — 9

Burger de pollo con queso cheddar y patatas fritas o ensalada
1, 3, 5, 6, 7, 8, 11 — 10

Postres

Helados mallorquines por bolas
1, 5, 6, 7, 11 — 3

Plato de fruta de temporada — 5

Vea nuestra vitrina de postres
1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12 — 7

Carta de vinos

blancos

4 Llaunes *Preesal / Sauvignon / Giró Ros* España		26
Piedra Papel Tijera *Preesal / Chardonnay / Moscatel* Mallorca	7	27
3404 *Chardonnay / Gewürztraminer* Somontano	7	28
Blanco Nieva *Sauvignon blanc* Rueda		28
Emina sobre lías *Verdejo* Rueda		29
Bico da Ran *Albariño* Rías Baixas		39
Valdesil Montenovo *Godello* Valdeorras		39
Cercle Blanc Macia Batle *Preesal* Mallorca		39
Viore (Magnum) *Verdejo* Rueda	7	49

rosados

4 Llaunes *Monastrell / Syrah* España	7	26
3404 *Tempranillo / Cabernet* Somontano		28
Son Caló Rosat *Callet / Fogoneu* Mallorca	7	29
Cercle Rosat Macia Batle *Manto negro / Cabernet* Mallorca		39

tintos

Monte Ocijo *Tempranillo* Rioja	6	26
Petit Pittacum *Mencía* Bierzo	7	28
Dos Marias Roble *Manto negro / Cabernet / Merlot* Mallorca	7	29
Comenge Biberus Roble *Tempranillo* Ribera del Duero		30
Finca San Martín Crianza *Tempranillo* Rioja		32
Ava Vi *Manto negro / Callet / Cabernet* Mallorca		38
Cercle Macia Batle Tinto *Manto negro / Cabernet / Merlot* Mallorca		39
Pago de Capellanes Joven Roble *Tempranillo* Ribera del Duero		40

cava & champagne

Blau de Mar *Brut Nature* Cataluña	7	28
Murviedro Art's de Lluna *Rosé* Valencia	8	40
Moët Chandon Francia		95
Veuve Clicquot Francia		120

Producto de origen Balear

1 Gluten
2 Crustáceos
3 Huevo
4 Pescado
5 Cacahuete
6 Soja
7 Leche
8 Frutos secos
9 Apio
10 Mostaza
11 Sésamo
12 Sulfitos
13 Altramuces
14 Moluscos

Este establecimiento dispone de información en materia de alergias e intolerancias alimentarias. Solicite información adicional a nuestro personal.

En Arabella Golf Mallorca nos preocupamos por el medioambiente. Todos los productos frescos de nuestra carta proceden de productores y/o proveedores locales.

Solo se presenta una factura por mesa.
Pan con aliolí 2,50 por persona.
*Se destina 1€ a "12 bajo par" con fines sociales.

Precio en euros, IVA incluido.