

MENU RESTAURANTE





Lapa Rios Lodge



DESAYUNO

COMPLEMENTOS: Escoja una opción

-  **1. Canasta de pan casero:** pan de banano, pan de maíz, pan de ayote y mini baguette de pan blanco o integral.
-  **2. Plato de frutas:** frutas frescas tropicales y de temporada.


GRANOLA CASERA

 Mezcla casera de avena integral y nueces, servida con yogur natural y frutas frescas.


AVENA INTEGRAL

Avena en leche de soja o leche de almendras con banano, fresas, arándanos, semillas de chia y almendras acompañado de miel.

BURRITO DE DESAYUNO

 Champiñones, espinacas, queso Turrialba, plátanos maduros, claras de huevo revuelto envueltas en una tortilla de harina y servidas con guacamole y pico de gallo.

HUEVOS Y TOSTADAS

 Dos huevos cocinados a pedido, aguacate, tostadas (*a elegir pan blanco o pan integral casero*), servidos con nuestra mermelada de frutas de temporada y mantequilla. **Opcional: con tocineta.*
**Opción libre de gluten disponible.*

DESAYUNO TICO

Gallo Pinto, acompañado de huevos cocidos al gusto, queso Turrialba, plátano caramelizado, aguacate y tortillas de maíz caseras.
**Opcional: con tocineta.*
**Opción libre de lácteos disponible.*





DESAYUNO

PANQUEQUES



Compota a elegir macadamia-mora, banano-marañón, mango-coco y elección de jarabe de naranja-coco, guayaba-canela o miel de maple.



**Opción libre de gluten disponible.*

ESPECIALIDADES DE NUESTRA COCINA

TOSTADAS FRANCESAS



Rebanadas gruesas de pan brioche de la casa, acompañado de sirope de tamarindo y fruta fresca con marañón.

OMELETT DEL JARDÍN



Opción a elegir entre: huevo entero o con claras de huevo, relleno de cebolla caramelizada, pimienta morrón, setas blancas, espinacas y queso de cabra. Acompañado de croquetas de papa y ensalada fresca.

**Opcional: con tocineta.*

HUEVOS BENEDICTINOS ESTILO LAPA



Dos huevos escalfados con carne de res, espinacas y cebollas. Servidos en muffins de maíz caseros y cubiertos con nuestra salsa chipotle.

**Opcional: con tocineta.*

Pedido extra: huevos cocidos al gusto, pico de gallo, salsa de chile de la casa y guacamole.



VEGANO



GLUTEN



LÁCTEOS



SEMILLAS




ALMUERZO


SOPA DE PEPINO

 Sopa fría de pepino y yogur, servida con crema de aguacate, rollitos de pepino, tomate cherry y hierbabuena.

REBANADAS DE ATÚN

 Rollos de atún en costra de ajonjolí, con guacamole, tomate picado marinado, salsa de soja con sabores cítricos y chips crujientes de plátano.


ALBAHACA MOZZARELLA

 Queso de búfalo tico, acompañado de una variedad de tomates, rollitos de pepino, rábano, rodajas de fresa y aceite de albahaca.

ENSALADA DE GARBANZOS

 Hojas de espinacas, chile rostizado, aceitunas, tomate cherry, alcaparras, queso de cabra y aderezo de cítricos.

SALTEADO DE POLLO

 Pechuga de pollo, vegetales, salsa de ostiones, con arroz jazmín en leche de coco y semillas de ajonjolí.
**Opción vegetariana disponible.*


PASTA ROMESCO

 Servido con hongos, chiles asados, salsa romesco y croquetas de queso mozzarella.

FILETE DE PESCADO

Filete de pescado, ensalada de papa con especias, vegetales y relish de mango.

BROCHETA DE CERDO BBQ

 Brochetas de cerdo a la parrilla, servidas con cous cous de vegetales, aderezo de yogur y pan pita de la casa.
**Opción vegetariana disponible.*



VEGETARIANO



GLUTEN



PICANTE



SEMILLAS



POSTRES DE ALMUERZO



MOUSSE DE MANGO

Mousse cremoso de mango, servido con mango fresco, *crumble* de coco y salsa de maracuyá.



PLATO DE FRUTAS TROPICALES

Frutas frescas de temporada.



QUEQUE HELADO DE VAINILLA DE OSA



Bizcocho tradicional y helado de vainilla servido con frutos rojos.



CHEESE CAKE



Mousse de queso servido sobre una base de galleta de mantequilla con mermelada casera de frutas de temporada.

**Preguntar por los sabores de mermelada.*



BROWNIE



Base de chocolate orgánico, macadamia caramelizada, *crumble* de chocolate y helado de



vainilla natural de la de Osa.



SORBETES

Base de pulpa de fruta natural de temporada.

En base de crujiente de coco.

**Preguntar por los sabores de la fruta.*

**Opción libre de gluten disponible.*





CENA



ROLLOS DE ALBAHACA



Rollo de masa madre relleno de queso ricotta y albahaca. Servido con una salsa de queso gorgonzola, marañón tostado y ensalada de albahaca.



CALAMARES EMPANIZADOS

Aros de calamar crujientes, sobre una salsa mediterránea con mayonesa de ajo negro y cenizas de cebolla.

**Opción libre de gluten disponible.*



SOPA FRIJOLAS CON LECHE COCO

Sopa tradicional costarricense de frijoles negros con leche de coco. Servida con huevo pochado y cilantro coyote.



LOMITO DE RES

Arroz basmati con vegetales, repollo caramelizado y salsa de banano.



FILETE DE ATÚN



Acompañado de kale, puré de camote, romanesco y chutney de mango.

CERDO

Lomito y panceta, puré de puerro rostizado, yuca frita, y encurtido de repollo. Acompañado con salsa de tamarindo y mostaza.

SOPA DE MARISCOS

Una mezcla tradicional de mariscos con verduras, bisque de camarón, leche de coco y jengibre.



FARRO DE AYOTE



Risotto de farro con salsa ayote, vegetales y espinacas.



CURRY VERDE



Salsa de curry con pasta de hierbas. Servido con vegetales, arroz salvaje y arroz jazmín.



VEGETARIANO



GLUTEN



PICANTE



LÁCTEOS



SEMILLAS



POSTRES DE CENA



**PANNA COTTA DE YOGUR NATURAL CON
COMPOTA DE FRESA**



**QUEQUE DE CHOCOLATE ORGÁNICO, NIBS DE
CACAO Y MARANÓN**

**Opción libre de gluten disponible.*



**MILHOJAS CON MOUSSE DE FRESAS Y
CHOCOLATE BLANCO**





HELADOS DE LA CASA

VAINILLA

A base de vainilla natural de la península de Osa.

CACAO OSA

A base de chocolate orgánico de la localidad.

BANANO

Flambeado de banano en ron y dulce de tapa hecho un helado.

ARROZ Y LECHE

Tradicional receta costarricense a base de arroz, leche, pasas y ron.

FRUTAS DE TEMPORADA

Helados de temporada.

TROPICAL FRUIT SORBET

**Contienen lácteos. Algunos complementos de helado pueden contener semillas y gluten.
Por favor, consulte con nuestro personal si tiene restricciones alimentarias.*



GLUTEN



LÁCTEOS



SEMILLAS



COMFORT FOOD

BOLAS DE YUCA

Es un plato tradicional en Costa Rica, relleno de carne o queso, con ensalada de papaya verde y mayonesa de ají.

CHIPS DE LA CASA

Chips del día, acompañados de guacamole, pico de gallo y frijoles molidos.

BRUSCHETTA

Rebanadas de pan tostado casero, rebozadas con ajo dulce y perejil, aceite de oliva, tomate en cubitos, albahaca y mozzarella fresca de búfala.

SEMILLAS MIXTAS

Mezcla de semillas y pasas, aliñadas con sal de pimienta-limón y curry.






MENÚ PARA NIÑOS


SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA _____

 Sándwich en pan blanco con mantequilla de marañón y jalea de frutas de la casa, servido con frutas frescas.


BURRITO DE OSA _____

 Pechuga de pollo de pastoreo o filete de pescado con frijoles negros molidos, queso tipo cheddar, enrollado en tortilla de trigo y servido con guacamole y pico de gallo.

QUESADILLA CONGO _____

 Tortilla de harina rellena de pechuga de pollo o filete de pescado o vegetales grillados, queso tipo cheddar y queso mozzarella. Servido con guacamole y pico de gallo.

LAPASTA RÍOS _____

 Pasta penne en salsa de tomate fresco o mantequilla, servida con queso parmesano. Si desea puede agregar pechuga de pollo o pescado.

**Opción libre de gluten disponible.*

PESCADO O POLLO A LA PARRILLA _____

Servido con arroz blanco y ensalada verde o vegetales grillados.



MENÚ PARA NIÑOS

DEDOS DE POLLO

Pechuga de pollo empanizado con panko y papas de la casa.

**Opción libre de gluten disponible.*

DEDOS DE PESCADO

Filete de pescado empanizado con panko y papas de la casa.

**Opción libre de gluten disponible.*

HAMBURGUESA CON QUESO



Pan de la casa, torta de **carne** con queso y papas de la casa.

POSTRES

Copa de frutas tropicales



 **Brownie de chocolate y helado de vainilla**

 **Queque Helado**



 **Flan de Coco**



GLUTEN



LÁCTEOS



SEMILLAS



BÖËNA
— Lodges —

www.boena.com