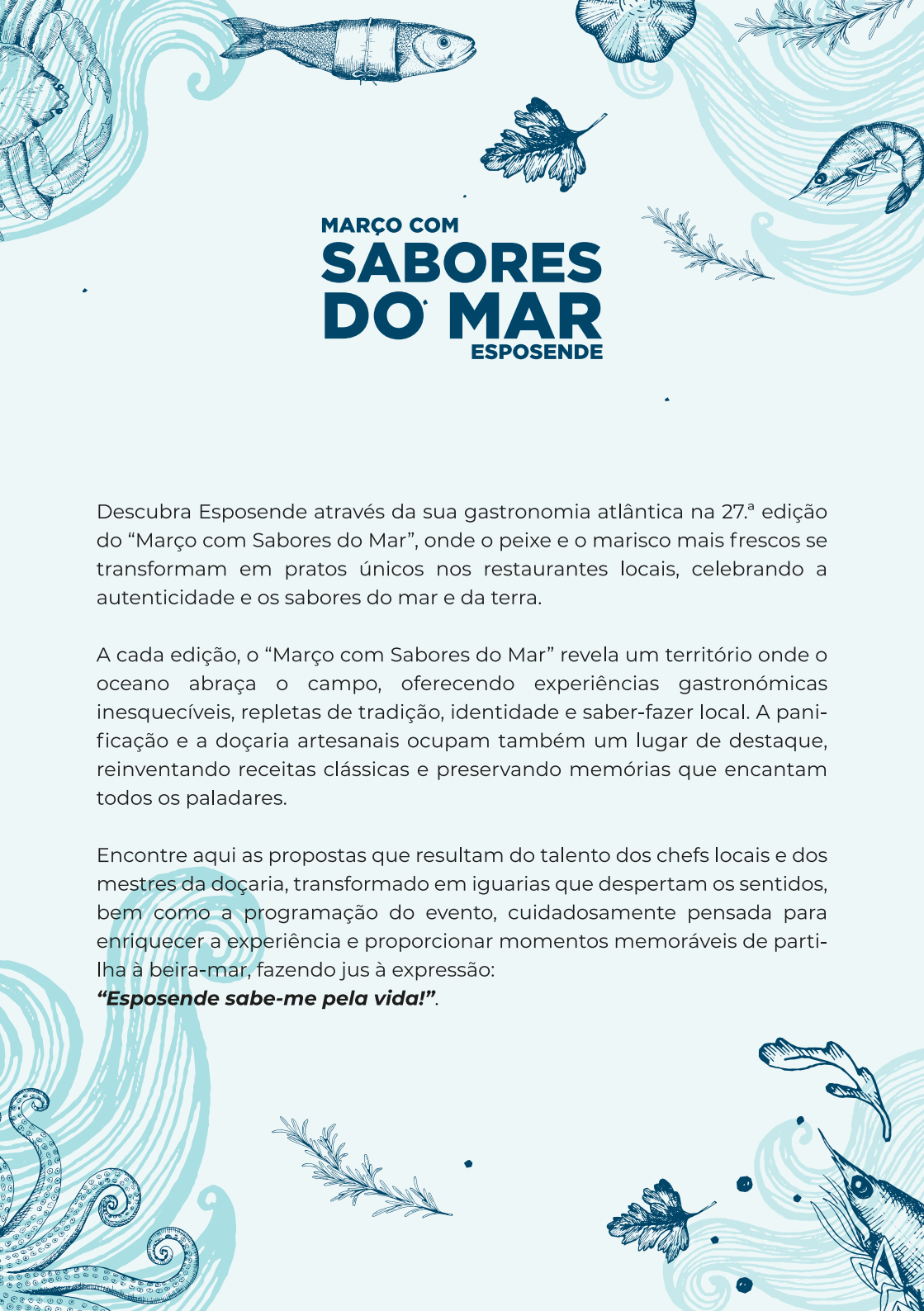


MARÇO COM
SABORES
DO MAR
ESPOSENDE_26

GASTRONOMIA | ANIMAÇÃO

**Há um MAR(ço) de sempre
que chama por ti...**

The page is decorated with various blue ink illustrations. At the top left, there's a crab. Next to it is a fish with a white stripe. To the right is a flower. Further right is a shrimp. In the center, there's a leaf. At the bottom left, there's a squid. At the bottom right, there's a fish and some leaves. The background has wavy lines representing water.

MARÇO COM **SABORES DO MAR** ESPOSENDE

Descubra Esposende através da sua gastronomia atlântica na 27.ª edição do “Março com Sabores do Mar”, onde o peixe e o marisco mais frescos se transformam em pratos únicos nos restaurantes locais, celebrando a autenticidade e os sabores do mar e da terra.

A cada edição, o “Março com Sabores do Mar” revela um território onde o oceano abraça o campo, oferecendo experiências gastronómicas inesquecíveis, repletas de tradição, identidade e saber-fazer local. A panificação e a doçaria artesanais ocupam também um lugar de destaque, reinventando receitas clássicas e preservando memórias que encantam todos os paladares.

Encontre aqui as propostas que resultam do talento dos chefs locais e dos mestres da doçaria, transformado em iguarias que despertam os sentidos, bem como a programação do evento, cuidadosamente pensada para enriquecer a experiência e proporcionar momentos memoráveis de partilha à beira-mar, fazendo jus à expressão:

“Esposende sabe-me pela vida!”.

TACHO DE OURO

DISTINÇÃO

FOZ DO CÁVADO

Av. Eng.º Eduardo de Arantes
e Oliveira, 58, Esposende

253 966 755

Bacalhau à Lagareiro

45,90 € | 2 pax

O BURACO

Av. Eng.º Eduardo de Arantes
e Oliveira, 50, Esposende

253 986 385

**Espetada de Robalo com arroz à
moda da avó**

50,00€ | 2 pax

RESTAURANTE & PIZZERIA

SIAMO IN DUE

Av. 19 de Agosto, 619, EN 13, Esposende
253 986 385

Risotto Sydera

15,90€ | 1 pax

VARANDAS DO CÁVADO

HOTEL SUAVE MAR

Av. Eng.º Eduardo de Arantes
e Oliveira, Esposende

253 969 400

**Mil Folhas de Peixes em
cama de grelos e molho de tomate**

24,00€ | 1 pax

CASA SALÉ

Rua Vasco da Gama, 3, Esposende
253 983 152 | 967 461 557

**Arroz de Bacalhau com netinhos
e algas doces**

38,00 | 2 pax

AM KREISEL

Av. 19 de Agosto, n.º 1638, Loja A, R/C,
Esposende

964 527 579

**Pregado, Carolino do Mondego
e algas**

25,00 | 1 pax

DOLCE SAPORE

Rua do Farol, 9600, Esposende
253 724 147 | 964 927 311

Tentazione D'Oro

35,00 | 1 ou 2 (prato partilhável)

PALADAR CELESTINA

Rua Conde de Castro, 21, Esposende
931 393 598

**Robalo selvagem, tubérculos
assados e puré de feijão branco**

15,00 € | 1 pax

RITA FANGUEIRA

Rua Comendador Correia Leite, 7, Fão
253 981 442

Tamboril da Rita Fangureira

30,00€ | 2 pax

DONA QUINA

Av. Marginal de Cedovém, Apúlia
253 982 717

Arroz de tamboril com gambas

33,00 | 2 pax

SALITRA

Av. da Colónia, 51, Apúlia
253 102 995

**Feijoada de Búzios, camarão
e couve portuguesa**

33,00 | 2 pax

MOINHO DE VENTO APÚLIA PRAIA HOTEL

Av. da Praia, 45, Apúlia
253 989 290

Polvo à Moinho de Vento

18,70 | 1 pax

CAMELO

Rua do Facho, Lote 14, Apúlia
253 987 600

**Caras de Bacalhau com grão
à portuguesa**

48,00 | 2 pax

MOINHO DE SAL

Rua do Facho, 13, Apúlia
253 968 033

Carapau ao Leme

32,00 | 2 pax



FOZ DO CÁVADO

Av. Engº Eduardo de Arantes e Oliveira,
58, Esposende
253 966 755

Arroz de Tamboril

41,00€ 2 pax

domingo ao jantar e segunda-feira

O BURACO

Av. Engº Eduardo de Arantes e Oliveira,
50, Esposende
253 986 385

Choquinhos à Buraco

34,00€ 2 pax

domingo ao jantar

RESTAURANTE & PIZZERIA

SIAMO IN DUE

Av. 19 de Agosto, 619, EN 13, Esposende
253 968 236

Pizza Saporì di Mare

13,90€ 1 pax

terça-feira

PIZZERIA BUON APPE

Rua Adriano Vieira, 4 r/c Dto Trás,
Esposende
253 981 084

Linguine al Mare

13,50€ 1 pax

terça-feira

PIZZARIA DI PAPPÌ

Largo Dr. Fonseca Lima, 7-A, Esposende
253 987 177

Linguini Nero com Pesto e Camarão

17,20€ 1 pax

sempre aberto

MANANITA

Lg. Rodrigues Sampaio, Esposende
253 963 888

Arroz de Tamboril

32,00€ 2 pax

terça-feira

D. SEBASTIÃO

Rua Conde de Castro, 3, Esposende
253 961 414

Bacalhau à Dom Sebastião

35,00€ 2 pax

quarta-feira

VARANDAS DO CÁVADO

HOTEL SUAVE MAR

Av. Engº Eduardo de Arantes e Oliveira,
Esposende
253 969 400

Tentáculo de Polvo na Brasa com Batata a Murro e Molho Verde

27,00€ 1 pax

segunda-feira e Domingo ao jantar

PALADAR CELESTINA

Rua Conde de Castro, 21, Esposende
931 393 598

Posta de Salmão com molho branco de cogumelos e arroz basmati

14,00€ 1 pax

domingo

BOM FIM

Av. 19 de Agosto, Loja A, 2452,r/c,
EN 13, Marinhas
253 962 421

Polvo à Lagareiro

44,50€ 2 pax

segunda-feira

PROVAR



ALLMA DI MARE

Rua Primeiro de Dezembro, 60,
Esposende
253 967 315
Risotto de Polvo
15,00€ 1 pax
quarta-feira

CASA SALÉ

Rua Vasco da Gama, 3, Esposende
253 983 152
Bacalhau Especial à Salé
38,00€ 2 pax
domingo ao jantar e segunda-feira

AGUA PÉ

Av. Henrique Barros Lima, 6,
Esposende
253 968 519
Lampreia à Bordalesa
70,00€ 1 pax
domingo ao jantar e segunda-feira

AM KREISEL

Av. 19 de agosto, n° 1638, Loja A, R/C,
Esposende
964 527 579
Arroz de lavagante, com robalo e algas
57,00€ 2 pax
sempre aberto

DOLCE SAPORE

Rua do Farol, 9600, Esposende
253 724 147 | 964 927 311
Linguini Frutti Di Mare
30,50 € 1 pax
sempre aberto

GULA STEAKHOUSE

Rua Frei António da Guarda,
2, Esposende
253 043 930
Polvo braseado com puré de batata-doce assada, grelos salteados e amêndoa tostadas
27,00€ 1 pax
domingo ao jantar, segunda -feira

BRAVO

Av. 19 de Agosto, Esposende
913 393 594
Bacalhau Confitado com Puré de Batata Doce e Cebolada
20,00€ 1 pax
sempre aberto

TIO PEPE

Rua dos Bombeiros Voluntários,
4, Fão
253 981 510
Arroz de Corvina
44,00€ 2 pax
terça-feira

PORTA D'OFIR

Av. Raul de Sousa Martins, Ofir, Fão
253 981 036
Arroz de Tamboril com Gambas
45,00€ 2 pax
segunda-feira e terça-feira

CANTINHO DOS LÍRIOS

Rua dos Lírios, Fão
253 982 381
Robalo na Brasa com molho à Lírios
40,00€ 2 pax
quarta-feira

MARTINS DOS FRANGOS

Av. Visconde São Januário, 24, Fão
253 981 865
Bacalhau à Casa
14,10€ 1 pax
quarta-feira

RITA FANGUEIRA

Rua Comendador Correia Leite,
7, Fão
253 981 442
Filetes de Polvo com arroz do mesmo
32,50€ 2 pax
quarta-feira

ATLÂNTICO - AXIS OFIR BEACH RESORT HOTEL

Rua Raul Sousa Martins, 99, Ofir - Fão
253 989 800
Robalo em cama de puré de batata-doce e piso de Azeitonas
15,00€ 1 pax
sempre aberto

PROVAR



TRÊS ARCOS

Rua Cmte. Augusto José Teixeira 36
Fão
253 966 049
Robalo Escalado na Brasa
27,50€ 2 pax
segunda-feira

A LAREIRA

Rua dos Bombeiros Voluntários, 5
Fão
253 981 588
Robalo Grelhado
33,00€ Kg
domingo ao jantar e segunda-feira

JUVENTUDE

Rua das Cordas, 1, Fão
253 982 010
Sargo Grelhado c/ batata a murro e legumes salteados
25,00€ 2 pax
domingo

DONA QUINA

Av. Marginal de Cedovem, Apúlia
253 982 717
Robalo Grelhado
38,00€ 2 pax
quarta-feira

SALGUEIRA

Rua da Salgueira, 70, Apúlia
253 982 538
Arroz de Robalo
25,00€ 1 pax
terça-feira

CAMELO

Rua do Facho, Lote 14, Apúlia
253 987 600
Peixe Galo com Açorda de Ovas
sob consulta
domingo ao jantar

ESTRELA DO MAR

Rua do Facho, Lote 14, Lj. 3, Apúlia
253 987 151
Arroz de Tamboril com Gambas
27,00 € 2 pax
terça-feira ao jantar

O FORNO

Av. da Praia 54, Apúlia
253 982 647
Rodvalho Grelhado
45,00€ kg
terça-feira

MOINHO DE SAL

Rua do Facho, 13, Apúlia
253 968 033
Polvo Aromático
40,00€ 2 pax
Segunda-feira e quinta-feira ao jantar

PEDRINHAS

Av. Marginal de Cedovem, 1124, Apúlia
253 982 211
Fanecas à Pedrinhas
13,50€ 1 pax
quarta-feira e domingo ao jantar

D'APÚLIA

Rua do Facho, Urbanização Bela Vist, Apúlia
253 038 545
Polvo Grelhado
35,00€ 2 pax
encerra todos os dias ao jantar

SALITRA

Av. da Colónia, 51, Apúlia
253 102 995
Massada de Marisco
45,00€ 2 pax
domingo ao jantar

URBANUS

Rua do Facho, 2, Apúlia
253 987 485
Pizza "Atlântica"
12,50€ 1 pax
quarta-feira

SOLAR DA PRAIA

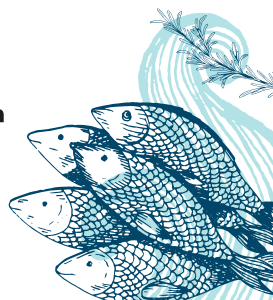
Avenida da Praia, 65, Apúlia
253 982 242
Robalo Escalado na Brasa
30,00€ kg
quarta-feira ao jantar e quinta-feira

ALÉM DO MAR COM SABORES

Rua do Cónego, 16, Apúlia
918 152 914
Espetada de Lulas com Camarão
37,00€ 2 pax
domingo ao jantar e segunda-feira

MOINHO DE VENTO APÚLIA PRAIA HOTEL

Avª da Praia, 45, Apúlia
253 989 290
Robalo Guarnecido com Lentilhas Rosa
19,40€ 1 pax
sempre aberto



SOLAR DE CRIAZ

Rua de São Bento, 102, Apúlia
253 982 822

Bacalhau à Solar

39,00€ 2 pax

terça-feira ao jantar e quarta-feira

O ESCONDIDINHO

Rua Senhora da Boa Viagem 9, Apúlia
917 867 633

Parelhada de Peixe

50,00€ 2 pax

segunda-feira

LUMI RESTAURANTE & BRUNCH

Rua do Cônego, 35, Apúlia
968 460 529

Uma Espécie de Ramen

15,00€ 1 pax

segunda-feira e terça-feira

QUININHA

Av. da Colónia, 43, Edifício Apúlia Mar,
Apúlia
253 987 677

Polvo Grelhado à Quininha

36,00€ 2 pax

domingo ao jantar e segunda-feira

REGUENGA

Rua da Ribes, 2, EN 13, Antas
253 871 523

Lulas Salteadas com Gambas

25,00€ 2 pax

segunda-feira ao jantar e terça-feira

TIRO NO PRATO

Rua Miguel Pacheco Azevedo, 7, Antas
253 871 242

Bacalhau à Casa

38,50€ 2 pax

segunda-feira

ZÉ DOS LEITÕES

Av. Marcelino Queirós, 130/140, Forjães
253 876 074

Bacalhau à Casa

39,50€ 2 pax

terça-feira ao jantar e quarta-feira

MÓNICA, RESTAURANTE E PIZZARIA

Av. 25 de Abril, EN13, Antas
253 872 509

Robalo Grelhado com batata a murro e legumes

40,50€ kg

segunda-feira e terça-feira ao jantar

PROVAR





PÃO & DOCES

DE LILI & Cª GOURMET

Rua 1º de Dezembro, 57, Esposende
253 968 268

PÃO Pão 100% Integral com Sementes bio

DOCES Pastéis de Lili | Cavacas de Fão

RIO DOCE

Praça da Matriz, 7/9, Esposende
253 962 240

DOCES Vieira de Santiago | Catraia de Esposende

MARBELA

Rua 1º de Dezembro, 71, Esposende
253 963 274

PÃO Pão de Batata

DOCES Trilogia de Chocolate | Pastel de Nata

MORENA

Rua dos Bombeiros, 23, Esposende
914 525 140

PÃO Pão de Azeitona | Pão de Cenoura

DOCES Quindins | Jesuítas

CONFEITARIA CHIK & DOCE

Avenida 19 de Agosto, 1556, Esposende
253 967 492

PÃO Pão de Centeio | Pão de Água

DOCES Pão de Ló de Chocolate e Nozes | Bolo Rei de Pistacho

CAFÉ LINO'S

Avª 19 de Agosto, 2395 (EN 13), Marinhas
253 987 077 / 965 870 795

PÃO Pão de Cereais | Pão de Mistura

DOCES Mil Folhas | Esquimós

PAU DE CANELA

Rua Adriano Vieira, 5, Esposende
253 964 136

PÃO Pão de Fibra | Pão "Breakfast"

DOCES Doce de Gema | Húngaros

PANIZENDE

Rua de Central, 5 D, Esposende
253 961 102

PÃO Pão Salão | Cacete Vida com Cereais

DOCES Rolo Recheado com Fios de Ovos | Doce Húngaro

ARCO ÍRIS

Rua Senhora da Saúde, Lj. 7, EN 13, Esposende
967 086 597

DOCES Bolas de Berlim | Bolo de Chocolate

ASAS DE MEL

Avª 19 de Agosto, 52, Esposende
963 408 001

PÃO Pão Cereais | Baguete Água

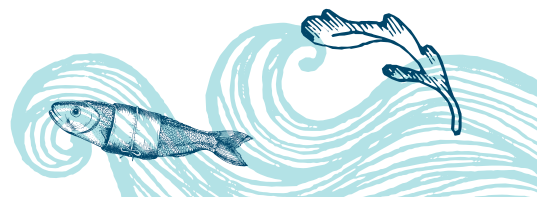
DOCES Panquecas | Waffles

REAL PASTELARIA

Rua 25 de Abril, 131, Palmeira de Faro
925 471 861

PÃO Pão Bijou | Pão de Água

DOCES Pastel de Nata | Croissant semi folhado



VILA PÃO

Rua da Santa, 419, Loja AD, Forjães
253 072 391

PÃO Pão de Água | Bicas

DOCES Folhadinhas da Santa | Pão de Ló de Amêndoa

BELIPÃO

Estrada Nacional 13, 301, Belinho
969 716 571

PÃO Carcaça de Centeio | Pão de Sementes

DOCES Pão de Ló (mini e normal) | Rosca de Pepitas de Chocolate

CLARINHAS

Rua Azevedo Coutinho, 29, Fão
253 982 147

DOCES Clarinhas | Bolo de Amêndoa e Chila

RITA FANGUEIRA

Rua Comendador Correia Leite, 7, Fão
253 981 442

DOCES Morgado do Algarve | Eclair

CASA DOS TRAVESSEIROS

Avenida Visconde São Januário, 104, Fão
917 741 648

DOCES Travesseiros | Pão de Ló

FÃOZENSE

Avenida Visconde São Januário, 9, Fão
253 963 274

DOCES Pasteis de Fão | Folhado de Creme de Ovo

PÃ PÃ

Rua de São João, 2, Fão
253 981 319

PÃO Pão "Pã Pã" | Pão Bijou

DOCES Folhadinhas | Brisas de Ofir

DOCE VILA

Avenida Visconde São Januário, 3C, Fão
965 786 615

PÃO Pão de Girassol | Pão de Alfarrobaroba

DOCES Sardinha de Chila | Almendrados

PASUCA I

Av.º da Praia, 47, Apúlia
253 989 246

PÃO Pão Alentejano | Pão de Água

DOCES Massapães | Doce de Gema

PASUCA II

Rua dos Sargaceiros, Bloco F Loja 19, Apúlia
935 444 451

PÃO Pão de Forma Multicereais | Pão de Hambúrguer de Brioche

DOCES Pão de Ló | Torta de Laranja

PASUCA III

Rua de São José, Fração M Loja 2, Fão
935 444 454

PÃO Pão de Beterraba | Pão de Alfarroba

DOCES Doce de Gema | Pão de Ló

LÁBIOS PÃO

Rua da Casa do Povo, Edifício Vitalina, 1º Esq., Loja "C", Apúlia
253 987 618

PÃO Pão de Centeio | Pão Tigre

DOCES Napoleão | Bispo

BAR D'ÁGUA I

Rua do Facho, Bl. A, r/c Fr."A", Apúlia
253 987 618

PÃO Pão Alentejano | Pão de Cereais

DOCES Folhadinho de Amêndoa | Palmier

BAR D'ÁGUA II

Av. da Colónia, Bl. A, r/c Fr. "A", Apúlia
253 987 618

PÃO Pão de Milho | Pão de Água

DOCES Bolo de Arroz | Tarte de Amêndoa

PRODUTO DE
ESPOSENDE
O QUE É NOSSO É BOM !
Km.0
ESLOCAL



“REDE”

Exposição
1 a 31 | Centro de Informação Turística
de Esposende

“SNACK MAR”

Showcooking
Com Escola Profissional de Esposende
1 | 16h00_17h30
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende

“SABEDORAS: MATRIARCAS DA NOSSA COZINHA”

Tertúlia
4 | 10h00_12h00
Centro de Informação Turística de
Esposende

“STREET FISH FOOD”

Com Docapesca
7 | 10h00_12h00
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende

“MULHERES DE VIDA: HISTÓRIAS QUE NOS INSPIRAM”

Tertúlia e demonstração de cozinha
8 | 16h00_18h00
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende

“STREET FISH FOOD”

Com Docapesca
9 | 14h00_16h00
Escola Básica de Fão

FESTIVAL DAS SOPAS

13 | 19h00_22h00
Escola Básica Integrada de Apúlia
Associação de Pais da Escola Básica
Integrada de Apúlia

“PROJETO SARGAÇUM”

Exposição de Eunice Pais
14 a 31 | Museu do Sargaço, Apúlia

“SARGAÇUM: CIÊNCIA, ARTE E GASTRONOMIA”

Encontro Científico
14 | 10h00_12h00
Museu do Sargaço, Apúlia

“PAISAGENS DO SARGAÇO”

Visita com início no Museu do Sargaço
14 | 14h00_16h00
Apúlia

“ALGAS COMESTÍVEIS”

Projeto “Gata da Mata”
Visita e degustação com início junto ao
“Convés Bar”, Apúlia
14 | 16h00_17h30
Informações e inscrições gratuitas
museu.esposende@cm-esposende.pt

“DESGRACE NA COZINHA”

Convívio gastronómico
Com Graciela Macedo
15 | 15h00_18h00
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende
Informações e inscrições gratuitas
turismo@cm-esposende.pt

“JOVEM GASTRÓNOMO”

Concurso
18 | 10h00_18h00
Escola Profissional, Fão

“SALVAR O PLANETA À MESA”

Showcooking
Com Emídio Concha de Almeida
21 | 10h00_12h00
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende

“FISH CHEFE”

Final do concurso
22 | 15h00_17h00
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende

“JANTAR COM MANUEL DE BOAVENTURA”

Recriação gastronómica
25 | 20h00_22h00
Escola Profissional, Fão
Informações e inscrições
epe@zendensino.pt

“PÁSCOA ESLOCAL”

Feira de produtos endógenos
27 a 29 | Largo Rodrigues Sampaio,
Esposende

“PÃO DE BOLOTA”

Oficina
28 | 15h00_17h00
Centro Interpretativo de São Lourenço,
Vila Chã
Informações e inscrições gratuitas
arqueologia@cm-esposende.pt

“SNACK MAR”

Showcooking
Com LISA/IPCA
29 | 16h00_1h00
Largo Rodrigues Sampaio, Esposende

ESPOSENDE

O RO BALO ESTÁ AQUI

ABRIL `26

ESPOSENDE
»ROBALO
ESTÁ AQUI.



ESPOSENDE
câmara municipal

MARÇO COM
**SABORES
DO MAR**
ESPOSENDE_26

CONTINENTE

DOCAPESCA
PORTOS E LUTAS, S.A.

* **EPE** Escola
Profissional
de Esposende

IPCA INSTITUTO
POLITÉCNICO
DO CÁVADO
E DO AVE

PRODUTOS DE
ESPOSENDE
O QUE É MARÇO E MARÇO I
K.O.
ESLOCAL

N PORTO E
TOURISM
PORTUGAL
ORIGINAL
AND ORIGINAL

**Estação
Náutica**
de Esposende

