

# MENÚ



PRECIOS I.V.A. INCLUIDO

*“More than 76 years preparing traditional recipes with love”  
Our team wishes you enjoy!!!*

## **STARTERS**

	<i>Media</i>	<i>Ración</i>
Marinera con anchoa del Cantábrico(1)		
Russian salad with cantabric sea anchovy on toasted bread		1,50
Marinera “El Sol” 3.0		
Our version of tradicional recipe		2,00
Matrimonios (1)		
Anchovies and pickled anchovies		1,50
Coca de sardina marinada (1)		
Homemade toast bread with marinated sardine		2,75
Hueva y mojama con almendras		
Dried fish eggs, dried tuna and almonds	5,50	10,00
Ensaladilla rusa		
Rusian salad	4,00	8,00
Ensaladilla de mariscos		
Seafood salad	7,00	13,00
Ensaladilla de cangrejo		
Crab fish salad	5,00	10,00
Pulpo a la gallega		
Octopus in “Gallega” style with olive oil and paprika	9,00	18,00
Pulpo en vinagreta		
Picked octopus with vegetables	7,00	13,00
Caballitos XL (1)		
Shrimps in yellow tempura		1,50
Calamares a la plancha		
Grill squid with garlic sauce	7,00	13,00
Calamares a la andaluza		
Deep fried squid	5,00	9,00
Sepia a la plancha o andaluza		
Cuttlefish (fried or grilled)	5,50	9,50
Gambas al ajillo		
Shrimp in garlic oil	6,00	12,00
Gambas con gulas al ajillo		
Shrimp and eels in garlic oil	6,00	12,00
Croqueta casera (gamba roja/pulpo/ calamar en tinta) (1)		
Homemade croquette (red prawn or octopus or black ink squid)		1,50
Croqueta casera (pollo y jamón) (1)		
Homemade croquette (chicken and ham)		1,00
Verduricas en tempura		
Vegetables in tempura	4,50	8,00
Jamón Ibérico BEHER Cebo de Campo (100% Raza Ibérica)		
Iberian cured ham BEHER	9,00	16,00
Selección de quesos artesanos “La Lechera de Burdeos”		
Selection of cheeses	7,00	14,00

PRECIOS I.V.A. INCLUIDO

## **TRADITION TASTES** *Tal y como se hacían allá por los años 40*

	<i>Media</i>	<i>Ración</i>
Carne mechada (rodaja) Cooked meat filled with cured and served with olive oil, lemon and pepper		2,00
Empanadillas del Bar Sol (1) Patties in Bar Sol style: fried with tuna, tomato and eggs		1,50
Tortas de bacalao (1) Cod fish fried		1,50
Rin-ran Typical salad made with cod, potatos, pepper, black olives, onion...	3,00	6,00
Salteado de verduras con pulpo a feira Stir-fried vegetables and octopus with paprika oil	6,60	12,20
Alcachofas con foie y Pedro Ximénez Artichokes with our sauce: duck liver and PX wine	6,00	12,00

## **WITH OUR PERSONALITY** *Sabores de siempre, con nuestro toque*

	<i>Media</i>	<i>Ración</i>
Brocheta de pulpo con espuma de patata (1) Octopus skewer with potato foam		3,75
Buñuelo de bacalao con ali oli suave (1) Cod fritter with garlic sauce		1,50
Tosta de pan de cristal con salmón, gulas y ali oli (1) Toasted bread with salmon, eels and garlic sauce		2,50
Tosta de pan de cristal con paleta ibérica (1) Toasted bread with iberian ham		2,75
Berenjenas gratinadas con gambas y jamón Aubergines with cream, ham and gratin cheese	6,00	12,00
Alcachofas con jamón al aroma de trufa Artichokes with ham and truffle oil	5,00	10,00

PRECIOS I.V.A. INCLUIDO

## SALADS

*Aliñadas con el mejor Aceite de Oliva Virgen Extra de la zona*

	<i>Media</i>	<i>Ración</i>
Gazpacho andaluz (en temporada) Cold soup made with vegetables		4,50
Salmorejo Cordobés (en temporada) Cold tomato and garlic soup		4,50
Ensalada de tomate con ventresca Tomato salad with tuna belly	6,00	10,00
Tomate partío, bonito salao y aceitunas Tomato salad, salt dried tuna and black olives	5,50	10,00
Escalibada con sardinas marinadas Ratatouille with marinated sardines	6,00	12,00
Nuestra ensalada de bonito de la casa House salad with home made marinated tuna	7,50	13,50
<i>(Escabechamos con mimo el bonito con vino D.O. Bullas y vinagre para que sea la cima de unas hojas frescas de endivia)</i>		



## SOUPS

Sopa de picadillo de pollo Chicken soup		3,75
Sopa castellana Garlic soup		3,75
Consomé de cocido Stew soup		2,75
Consomé de pescado Fish soup		3,00

PRECIOS I.V.A. INCLUIDO

## MAIN COURSES

### FISH

Nuestros calamares rellenos (desde 1943) Filled squid, recipe of the house (since 1943)	14,25
Atún con tomate y cebolla Tuna with tomato and onion	11,90
Rodaballo a la espalda Turbot with garlic oil	15,50
Rodaballo a la marinera Turbot with "marinera" sauce	18,50
Ventresca de bacalao en tempura Cod belly in tempura	10,90
Bacalao al vapor con puré de puerros boiled cod with leek puree	13,90
Lubina a la espalda Seabass with garlic oil	12,20
Emperador al ajillo Swordfish with garlic oil	12,90
Ventresca de atún al ajillo Tuna belly with garlic oil	13,90
Arroz negro con flores de calamar Black ink rice with squid flowers and ali oli sauce	13,50

### MEATS

Cordero en su jugo (Tal y como lo hacía Francisco) Lamb in olive oil sauce	15,50
Paletilla de cabrito lechal al horno Kid shoulder baked in oven	21,90
Codillo de cerdo al horno Pork shamk in olive oil sauce	11,00
Carrillera ibérica estofada (Con vino D.O. Bullas) Pork cheek in wine sauce	11,50
Chuletitas de cabrito al ajo cabañil Lamb chops with garlic	14,25
Chuletón de vaca Frixona madurado boiled cod with leek puree	39,00 €/Kg.
Secreto ibérico con emulsión de cebolla caramelizada Iberian pork with caramelized onion	13,60
Solomillo ibérico Iberian pork sirloin	12,00
Solomillo de ternera Grilled fillet	17,50
Entrecot de ternera Grilled entrecot	17,50
Risotto de trigo con foie y huevo poché Wheat grain cooked with cream, boiled egg and duck liver	14,00

PRECIOS I.V.A. INCLUIDO