

“Son más de 80 los años que llevamos tras los fogones, elaborando platos tradicionales heredados y sin olvidarnos de la nueva cocina. Queremos que viajes por nuestra historia, que descubras otros sabores con nuestro toque más personal y que sientas esta experiencia como algo inolvidable.”

COSICAS TÍPICAS PARA EMPEZAR

Marinera con anchoa del Cantábrico

Marinera “El Sol” 3.0

Matrimonios

Hueva de maruca con almendras

Hueva de mújol con almendras

Mojama de atún con almendras

Ensaladilla rusa

Ensaladilla de mariscos

Ensaladilla de cangrejo

Pulpo a la gallega

Pulpo en vinagreta

Caballitos

Calamar a la plancha

Calamar a la andaluza

Sepia a la plancha o andaluza

Gambas al ajillo

Gambas con gulas al ajillo

Croquetas caseras de gamba roja, pulpo o calamares en tinta

Croquetas caseras (pollo y jamón)

Verduricas en tempura

Jamón Ibérico BEHER Cebo de Campo (100% Raza Ibérica)

Selección de quesos artesanos

APERITIVOS CON HISTORIA *Tal y como se hacían allá por los años 40*

Carne mechada

Empanadillas del Bar Sol

Tortas de bacalao

Rin-ran

Salteado de verduras con pulpo a feira

Alcachofas con foie y Pedro Ximénez

EL GUSTO ES NUESTRO *Sabores de siempre, con nuestro toque*

Lingote de Bacalao MEJOR TAPA DE LA REGIÓN DE MURCIA 2021

Brocheta de pulpo con espuma de patata

Brioche de sardina con crema trufada y manzana

Tosta de pan de cristal con salmón, gulas y ali oli

Tosta de pan de cristal con paleta ibérica

Alcachofas con jamón al aroma de trufa

ENSALADAS CON PRODUCTOS FRESCOS DE LA HUERTA

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

Gazpacho andaluz (en temporada)

Salmorejo Cordobés (en temporada)

Ensalada de tomate con ventresca

Tomate partío, bonito salao y aceitunas

Nuestra ensalada de bonito de la casa

(Escabechamos con mimo el bonito con vino D.O. Bullas y vinagre para que sea la cima de unas hojas frescas de endivia)



CALDOS SABROSOS PARA LOS DÍAS MÁS FRÍOS

Sopa de picadillo de pollo

Sopa castellana

Consomé de cocido

Consomé de pescado

I.V.A. 10 % INCLUIDO

PESCADOS

Nuestros calamares rellenos (desde 1943)

Atún con tomate y cebolla

Rodaballo a la espalda

Rodaballo a la marinera

Ventresca de bacalao en tempura

Lubina a la espalda

Emperador al ajillo

Ventresca de atún al ajillo

Arroz negro con flores de calamar

CARNES

Cordero en su jugo (Tal y como lo hacía Francisco)

Paletilla de cabrito lechal al horno

Codillo de cerdo al horno

Carrillera ibérica estofada (Con vino D.O. Bullas)



Chuletitas de cabrito al ajo cabañil

Secreto ibérico con emulsión de cebolla caramelizada

Solomillo ibérico

Solomillo de ternera

Entrecot de ternera

Risotto de trigo con foie y huevo poché