



RESTAURANT AT GAIA HOTEL AND NATURE RESERVE

---

## **MENÚ ESPECIAL DE TRES TIEMPOS**

---

### **SOPAS Y ENSALADAS**

A Elegir Entre:

---

#### **Sopa de Vegetales Costarricense**

Combinación perfecta de vegetales cultivados y fideos cocinados suavemente en un caldo de pollo

#### **Sopa Fría de Pepino del Viejo Mundo**

Refrescante sopa fría, elaborada con una reducción de pepino, crema, leche y aderezada con hierbas típicas de la zona, acompañada con dados tostados de pan de la casa

#### **Ensalada Verde al Estilo Costarricense**

Deliciosa mezcla de lechugas, frescos tomates maduros, pepino, aguacate, el tradicional queso Turrialba cortado en cubos, dados tostados de pan, pasas, acompañados con aderezo a base de cebolla, ajo, miel y vinagre balsámico

#### **Ensalada Campestre Gaia**

Lechuga, remolacha, shaving de queso parmesano, papaya, almendras, plátano verde, rulos de pepino, acompañados con un aderezo elaborado a base de romero, hierba buena y albahaca

#### **Calamares al Estilo del Pacífico Costarricense**

Aros de calamar, rebosados con especias aromáticas de la zona, mantequilla con limón y miel de abeja, servidos en una canasta de papel de arroz con lechuga y tomate

---

## ENTRADAS

A Elegir Entre:

---

### **Tartaleta de Queso Gorgonzola y Tomate seco**

Se elabora con pasta de hojaldre, rellena de tomates secos y queso gorgonzola, horneadas a perfección coronada con cebolla caramelizada, y servida sobre una cama de hongos

### **Atún “Blackened” Caribeño**

Frescos medallones de atún sellados “blackened” y acompañados con un escabeche de rábano, chile dulce, pepino y coco, colocados sobre una base de plátano frito

### **Trio de Picadillos Tradicionales Costarricenses**

Picadillo ajiaco y chorizo, picadillo de plátano verde y pollo, picadillo de chayote, acompañado con tortillas de maíz

### **Torta de Plátano Maduro**

Tradicional receta costarricense, se prepara con majado de plátano maduro, rellena con frijoles, alcaparras, culantro y queso, servida sobre hojas de espinacas, acompañada de rulos de pepino, con una salsa de natilla con ajo

### **Ceviche Vegetariano**

Nuestra versión de una deliciosa receta de la tradición afrocaribeña costarricense, elaborada con lentejas y una mezcla preparada con jugo de limón, jengibre fresco, cebolla morada, ajo y apio, servido en medio aguacate, con yuca y un alioli hecho a base chile picante del caribe sur

---

## PLATOS FUERTES

A Elegir Entre:

---

### **Dorado Cocido en Hojas de Plátano**

Se hornea el pescado con hierbas aromáticas, tomate fresco, y hongos, envueltos en hojas de plátano, se acompaña de patacones, frijoles majados y una salsa elaborada a base de leche de coco, chile, y tomate

### **Filete de Dorado al Estilo Caribeño**

Delicioso y fresco filete de dorado local, frito y horneado, con una cobertura de plátano tostado y coco, acompañado de puré de yuca, rulos de vegetales en una salsa de mango con anís

### **Crujientemente Rebozado con Jengibre y Hojuelas de Pan**

Se reboza el filete de Atún local, con una mezcla de jengibre fresco y hojuelas de pan, luego se cocina levemente y se acompaña con puré de papa y zanahoria, vegetales y una vinagreta de ajonjolí

### **Pasta con Salsa de Pejibaye**

Nuestra versión de un delicioso plato tradicional de la zona central de Costa Rica, elaborado con pasta, bañada con una salsa elaborada a base de pejibaye y queso Turrialba

### **Pollo a la Parrilla, con Jengibre, Miel & Soya**

Con esta deliciosa receta de la tradición chino caribeña costarricense, el pollo se prepara con polvo de jengibre, miel, piña y soya, luego es cocido a la parrilla, acompañado de espinacas fritas y puré de papa con brócoli

### **Costillas en Salsa de Tamarindo**

Con nuestra versión de esta receta precolombina, las costillas son cocidas en su propio jugo con cebolla, pimienta y tomate, acompañada con puré de papa, yuca frita y rulos de vegetales

---

## OPCIONES VEGETARIANAS

---

### ENTRADAS

A Elegir Entre:

---

#### **Tartaleta de Queso Gorgonzola y Tomate Seco**

Se elabora con pasta de hojaldre, rellena de tomates secos y queso gorgonzola, horneadas a perfección coronada con cebolla caramelizada, y servida sobre una cama de hongos

#### **Lasaña de Vegetales Vegana**

Mezcla de láminas de pasta y de vegetales (cebolla, chile dulce, zucchini, berenjena, zanahoria y hongos) bañados con salsa bechamel con leche de soya y nuestra salsa de tomate sazónada con ajo y albahaca

#### **Ceviche Vegetariano**

Nuestra versión de una deliciosa receta de la tradición afrocaribeña costarricense, elaborada con lentejas y una mezcla preparada con jugo de limón, jengibre fresco, cebolla morada, ajo y apio, servido en medio aguacate, con yuca y un alioli hecho a base chile picante del caribe sur

---

## PLATOS FUERTES

A Elegir Entre:

---

#### **Arroz con Champiñones (contiene lactosa)**

Mezcla de hongos portobello, champiñones y arroz, con consomé de vegetales con crema, natilla y queso Turrialba

#### **Torta de Plátano Maduro**

Receta costarricense, se prepara con majado de plátano maduro, rellena con frijoles, alcaparras, culantro y queso, servida sobre hojas de espinacas y rulos de pepino, acompañada con una salsa de natilla con ajo

---

## OPCIONES VEGANAS

---

### ENTRADAS

A Elegir Entre:

---

#### **Sopa de Verduras Con Curry y Jengibre**

Tradicional receta caribeña, elaborada a base de curry, jengibre, leche de coco y fideos de arroz

#### **Antipasto de Vegetales Asados con Aderezo de Chía y Mostaza**

Una deliciosa mezcla de berenjena, chile dulce, papa, zanahoria y zucchini, preparados con aceite de oliva y acompañado con un aderezo de mostaza con semillas de chía

#### **Tartar de Mango con Aguacate**

Una deliciosa receta preparada con mango maduro finamente cortado, aderezado con aguacate, tomate y especias

---

## PLATOS FUERTES

A Elegir Entre:

---

#### **Pasta de Vegetales con Hongos Champiñón y Portobello**

Esta receta tiene mucha influencia de diversas culturas, es preparada con hongos portobello, champiñón, alverjas, zanahoria, brócoli, chile dulce y cebolla morada en una salsa a base de soya

#### **Caneloni Tico de Camote**

Papel de arroz relleno con camote en una cama de antipasto de vegetales con salsa de soya con jengibre y otras hierbas

#### **Chutney de Mango Maduro**

Preparado con mango maduro, cebollas y vino blanco, servido sobre arroz basmati y acompañado de espinaca frita

---

## POSTRES

A Elegir Entre:

---

### **Tarta Gaia de Limón**

Tarta de limón con base galleta de chocolate y escarcha de chocolate

### **Churros perfumados con Canela**

Churros con canela rellenos de salsa de mora, chocolate y dulce de leche

### **Sorbete “Martini”**

Sorbete hecho en casa, disponible en sabores de mora y / o maracuyá, servido en una copa de Martini

### **Helados de la Casa**

Una selección de tres cucharadas de nuestros helados hechos en casa:  
Chocolate, Vainilla, Piña o Mango, 3 cucharadas

---

## BEBIDAS

A Elegir Entre:

---

### **Jugo Natural, Café o Té**