



# APEGO

*cozinha do tempo, da terra  
e das pessoas*

Cozinhamos o que a estação nos dá — e o que nos liga. O Apego nasce do respeito pelo Tempo, pela Terra e pelas Pessoas que trabalham cada ingrediente. O nosso menu é uma expressão da nossa cozinha afetiva: feita de memórias, de influências e das histórias das pessoas que produzem e o constroem todos os dias.

A Chef Aurora Goy, luso-francesa, e a nossa equipa de mulheres cozinheiras, jovem e multicultural, encontra na partilha e na diversidade novas formas de olhar para a cozinha - com respeito, curiosidade e emoção.

No Apego, tudo é pensado para ser vivido sem pressa. Com presença. Com TEMPO.

Obrigada por nos escolherem!

**AURORA GOY** | *FR/PT* | Chef  
**JOANA SOUSA** | *PT* | Cozinha  
**DANIELA MORAIS** | *MZ* | Cozinha  
**MILENA TEODORO** | *BR* | Cozinha

**MARINETE PAIVA** | *BR* | Cozinha  
**VICTOR COELHO** | *BR* | Sala  
**BRUNO ESQUÁRCIO** | *BR* | Sala  
**CARLA BRITES SANTOS** | *PT* | Manager

TRABALHAMOS COM FORNECEDORES PEQUENOS, LOCAIS E MAIORITARIAMENTE BIOLÓGICOS. SÃO A NOSSA INSPIRAÇÃO!

LEGUMES, FRUTAS, PÃO & CAFÉ: Formiga Gloriosa | H2Douro | Bio Olga, Mercado Matosinhos | Trindade Pão Artesanal | Terra Roasting & Coffee

PROTEÍNAS: Nutrifresco | Talho Europa | Talho das Manas

VINHO: Cave Bombarda | Temple | Terroir | Vigneron

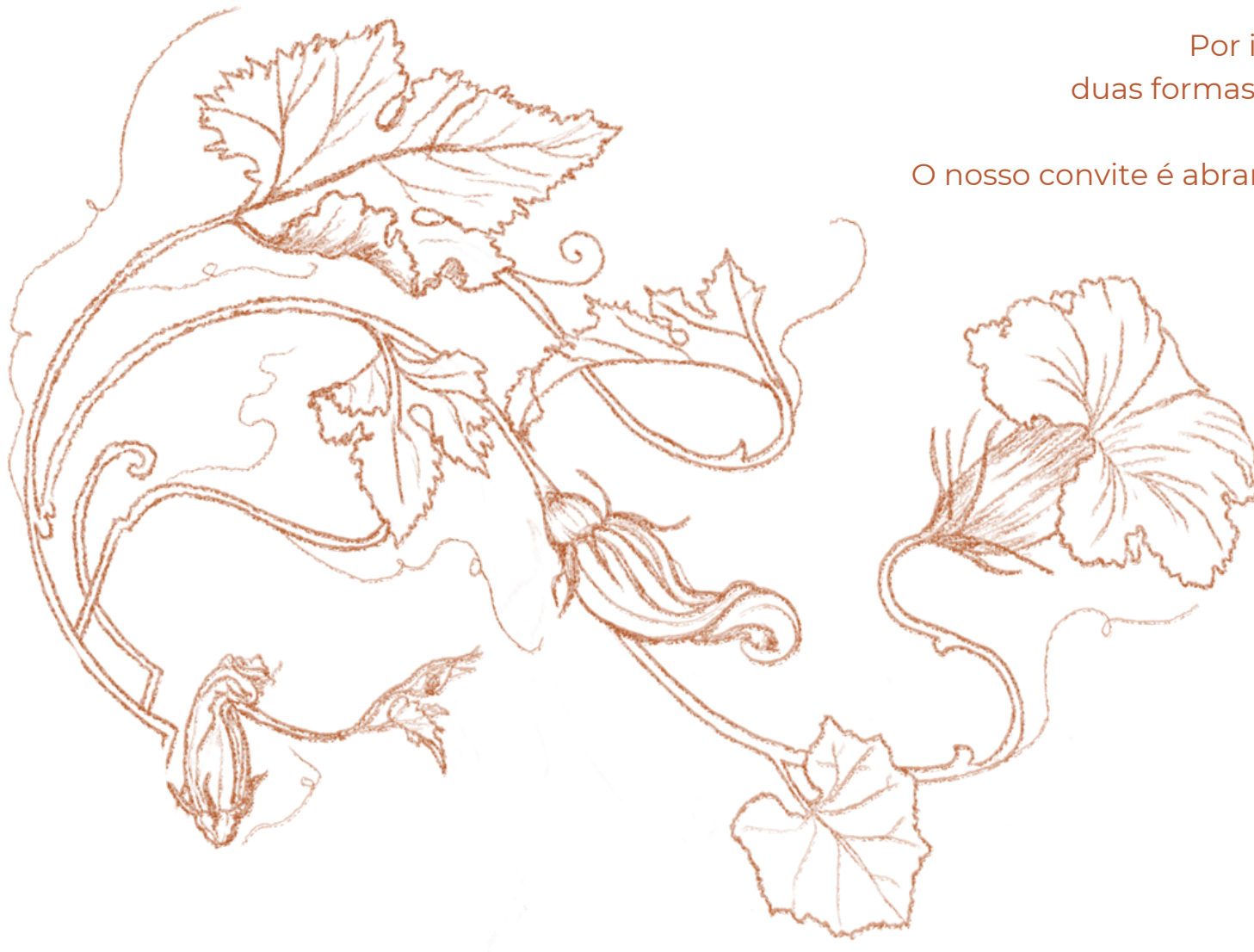
---

## Tempo para sentir

A nossa cozinha muda com o tempo — tal como as estações e as pessoas.

Por isso, criámos duas viagens: duas formas de viver o TEMPO à mesa.

O nosso convite é abrandar para saborear, estar e criar memórias.



### **APEGO**

5 tempos — 70€ | Harmonização de Vinhos — 50€

#### ***A celebração do essencial.***

Pratos que nascem da memória, do cuidado e do respeito.

Um momento mais íntimo, onde cada ingrediente é tratado com carinho.

Um convite a abrandar — a estar, a conversar, a saborear com tempo.



### **DESAPEGO**

7 tempos — 90€ | Harmonização de Vinhos — 60€

#### ***A viagem de descoberta.***

Mais livre e com mais tempo.

Mais espaço para a surpresa, para o instinto.

Uma experiência mais sensorial, pelas memórias das viagens, pelas influências da equipa, pelos encontros entre culturas e sabores.

#### **OPÇÕES ADICIONAIS, PARA AMBOS OS MENUS. SUJEITAS A DISPONIBILIDADE:**

 PESCATERIANO

 VEGETARIANO