

# CAPE TOWN FISH MARKET

## MENÚES FIJOS

### PRIMER PLATO / ENTRADAS

GAMBAS (LANGOSTINOS) TEMPURA (empanados y fritos en abundante aceite)

CINTAS DE CALAMARES

BANDEJA DE SUSHI

VERDURAS TEMPURA (verdura empanada y frita en abundante aceite)

ARROLLADITOS PRIMAVERA DE POLLO

### POSTRES

PÚDING DE CARAMELO

CHOCOLATE BROWNIES (PASTELITO DE CHOCOLATE Y NUECES)

TORTA DE QUESO

POSTRE DE CHOCOLATE CON MENTA

HELADO Y SALSA DE CHOCOLATE CALIENTE

### MENÚ 1 (2- PLATOS)

70

### MENÚ 1 (3- PLATOS)

90

CAJA BENTO CON PESCADO GOUJONS (pedacitos de pescado)

CAJA BENTO CON PESCADO HANBAGU

CAJA BENTO DE VERDURA

CAJA BENTOP DE CARNE

CAJA BENTO DE POLLO

FUENTE SUSHI CAMP BAY

### MENÚ 2 (3-PLATOS)

105

CINTAS DE CALAMARES FRITAS

MERLUZA Y PATATAS FRITAS

FILETE DE PESCADO Y CINTAS DE CALAMARES

FUENTE DE SUSHI ENA

CAJA BENTO COMBO DE VERDURAS

POLLO CON CURRY

SOLOMILLO (LOMO) (200g)

### MENÚ 3

155

GAMBAS (LANGOSTINOS) Y CINTAS DE CALAMARES FRITAS

KINGKLIP (PESCADO SUDAFRICANO MUY ESTIMADO POR SU CARNE) (280g)

SURF & TURF(plato combinado de mariscos y carne)

FUENTE DE SUSHI KOBE

TOFÚ Y VERDURA TEMPURA( verdura empanada y frita en abundante aceite)

POLLO CON CURRY Y GAMBAS (LANGOSTINOS)

SOLOMILLO (LOMO) (300g)

Todos estos platos principales se sirven con ensalada de la casa (CTFM) y patatas pequeñas.

---

### ENTRADAS

OSTRAS medianas

16

OSTRAS grandes

24

CROQUETAS DE PESCADO servidas con salsa tártara cremosa

26

ARROLLADITOS PRIMAVERA DE VERDURA servidos con salsa dulce de ají

26

ARROLLADITOS PRIMAVERA DE POLLO servidos con salsa dulce de ají

32

CINTAS DE CALAMARES enharinadas con 7 especias y fritas en abundante aceite

34

CARACOLES al horno con manteca de ajo y queso pParmesano

38

MEJILLONES en salsa de ajo cremosa, servido con pan

38

GAMBAS TEMPURA (empanados y fritos en abundante aceite) servidos con salsa dulce de ají

39

TUBOS DE CALAMARES a la parrilla con nuestra salsa secreta Robata

42

ENSALADAS	
ENSALADA GRIEGA	52
ENSALADA DE GAMBAS (LANGOSTINOS) Y PALTA rociada con aderezo Ponzu	62

[V] Comidas vegetarianas

[H] Comidas saludables – estas comidas pueden ser preparadas como una opción saludable.

Algunas comidas pueden contener semillas de sésamo o nueces. Los pescados pueden tener espinas y todos los pesos son aproximados antes de cocinar. Procuramos asegurarnos de que nuestros ingredientes estén libres de productos genéticamente modificados. Desafortunadamente no aceptamos cheques, a menos previo arreglo con la gerencia. Se aceptan las principales tarjetas de crédito. Los precios incluyen IVA. No se incluye laudo, aunque se incluirá un 10% más para grupos de 8 personas o grupos más grandes. CTFM provee productos Halaal. Todas las sucursales de CTFM sirven carne y aves compradas de un proveedor de productos Halaal certificados. Note que no usamos ningún tipo de alcohol en la preparación de nuestros platos, pero se sirven bebidas alcohólicas en el local.

#### CAJAS BENTO

Una Caja Bento consiste de una comida ligera que incluye ensalada CTFM , verduras Kake Age y una selección de arroz cocido al vapor, o patatas fritas .

PESCADO GOUJONS (pedazos de pescado) frito en abundante aceite con un rebozado con sabor de curry, servido con salsa tártara	46
POLLO Pollo servido con pasta	46
CARNE Tiras de carne servida con pasta	50
KINGKLIP (PESCADO SUDAFRICANO MUY ESTIMADO POR SU CARNE) empanado y frito con abundante aceite, servido con mayonesa japonesa	62
MARISCOS Gambas ( langostinos),trozos de pescado, mejillones,y calamares servidos con pasta	62

#### CAJAS BENTO HANBŪGU

Una Caja Bento Hanbūgu contiene una hamburguesa al estilo japonés sin panecillo.

CARNE, PESCADO O POLLO servido con una de las siguientes salsas a su elección: salsa de hongos, de pimienta, de queso, de ají dulce, de mayonesa de ají dulce, peri-peri, y salsa tártara.	48
--	----

#### CAJAS BENTO COMBO

GAMBAS (LANGOSTINOS) Y POLLO gambas (langostinos) tempura (empanados y fritos en abundante aceite) y arrolladitos primavera de pollo, servidos con salsa dulce de ají	62
VERDURAS setas (hongos) kushiage y verduras tempura (verduras empanadas y fritas en abundante aceite), servidos con salsa dulce de ají	62
MARISCOS gambas (langostinos) tempura (empanados y fritos en abundante aceite) y tubos de calamares Robata, servidos con salsa dulce de ají	72

#### PLATOS PRINCIPALES – AVES, CARNE Y CORDERO

Servido con su elección de patatas o arroz.

PECHUGA DE POLLO empanada con migas de pan japonés, servido con la salsa de su elección	62
BIFTEC (BIFE) DE SOLOMILLO (LOMO) a la parrilla a la llama y rehogado en salsa de asado (BBQ)	88
CHULETAS DE CORDERO a la parrilla a la llama y rehogadas en salsa de asado (BBQ)	102

#### TEPPANYAKI

Pida el menú Teppanyaki al camarero (mozo). (Sólo disponible en algunos restaurantes selectos).

#### GUIISO CON CURRY

Un guiso tradicional sudafricano hecho en una olla de hierro fundido de tres patas al fuego vivo. Todos los guisos son servidos con arroz cocido al vapor.

POLLO CON CURRY	58
GAMBAS (LANGOSTINOS) CON CURRY	79
MARISCOS CON CURRY	85

## PLATO PRINCIPAL – MARISCOS

Servido con su arroz o patatas de elección.

MERLUZA a la parrilla con manteca con limón, servida con verduras de la estación	50
CROQUETAS DE PESCADO empanadas con migas de pan japonés, servidas con salsa tártara	52
CALAMARES Y CALAMAR	
- Cintas – fritas con abundante aceite, servidas con salsa tártara	59
- Dúo – tubos de calamares a la parrilla y cintas de calamares fritas con abundante aceite	69
- Calamar – a la parrilla con nuestra salsa secreta Rabata	82
GAMBAS (LANGOSTINOS) gambas abiertas por la mitad a la parrilla servida con nuestra salsa asiática única	124
SALMÓN glaseado en una salsa de jengibre Teriyaki	118
ATÚN flameado y rociado con aderezo YUZU	79
DORADO Junto con gambas (langostinos), espinaca, queso feta, tomates secados al sol y pasta de aceitunas	94
KINGKLIP (pescado sudafricano muy estimado por su carne) marinado y a la parrilla en aderezo dulce Miso	102
LENGUADO SPAGATO lenguado a la parrilla con gambas ( langostinos) encima y salsa cremosa de ajo.	109

## MOSTRADOR DE PESCADO FRESCO

Precios de Mercado / venta por gramos

Invente su propia fuente de mariscos con pescado fresco, calamares, gambas (langostinos), mejillones, langosta de roca, y otros mariscos disponibles, o compre de esta variada selección para llevar a su casa y cocinarlos usted mismo.

## PLATO PRINCIPAL – COMBOS Y FUENTES

Servido con su arroz o patatas de elección.

NOTE: si prefiere calamares Robata pequeños en cintas, se agrega

### FILETE DE PESCADO Y CALAMAR

Filete de pescado seleccionado por el chef y calamar pequeño a la parrilla servido con nuestra secreta salsa Robata. 75

### GAMBAS ( LANGOSTINOS) Y CALAMARES

Gambas ( langostinos)a la parrilla con nuestra salsa asiática única y cintas de calamares fritas en abundante aceite servidas con salsa tártara 90

### SIZZLER

cintas de calamares, gambas (langostinos), mejillones y trozos de pescado guisado con salsa de peri-peri 98

### SURF & TURF

bistec (bife) de solomillo (lomo) (200gr), y cintas de calamares fritas en abundante aceite servido con salsa tártara 86

### SURF & TURF EJECUTIVO

Bistec (bife) de solomillo (lomo) (200gr), gambas (langostinos)y calamar pequeño Rabata 129

### FUENTE DE PESCADO FISH HOEK

(para una persona) gambas (langostinos), mejillones, croquetas de pescado y cintas de calamares fritas en abundante aceite 94

### FUENTE DE LA BAHÍA KALK

- (para una persona) gambas(langostinos),mejillones, filete de pescado seleccionado por el chef, y cintas de calamares fritas en abundante aceite 134

- (para dos personas)Agregado de una porción extra de filete de pescado seleccionado por el chef, y calamar pequeño Robata 195

### FUENTE DE LA BAHÍA HOUT

(para dos personas) langosta de roca, gambas (langostinos), mejillones, filete de pescado seleccionado por el chef, croquetas de pescado, y dúo de calamares 359

## PARA ACOMPAÑAR

Por persona Pan con pasta de anchoas y manteca 5

Ensalada de tomate y cebolla 16

Verduras de estación 16

Ensalada francesa 18

Setas (hongos) saltados 26

Ensalada griega 28

<b>ARROCES O PATATAS</b>	
Arroz cocido al vapor	12
Arroz con ajo	12
Patatas fritas	12
Puré de patatas	12
Patatas nuevas	12
Arroz frito	16
<b>SALSAS</b>	
Salsa tártara, manteca con limón, manteca con ajo pimiento, hongos, peri-peri, queso	9 16
<b>POSTRES</b>	
HELADO con salsa de chocolate caliente	27
PÚDING DE CARAMELO	30
POSTRE DE CHOCOLATE CON MENTA	34
CHOCOLATE BROWNIES	34
TORTA DE DULCE DE CHOCOLATE	34
<b>MENÚ INFANTIL</b>	
Sólo niños menores de 12 años	
<b>CROQUETAS DE PESCADO Y PATATAS FRITAS</b>	26
<b>HANBŪGU BENTO DE CARNE Y PATATAS FRITAS</b>	27
<b>CALAMARES Y PATATAS FRITAS</b>	27
<b>PESCADO Y PATATAS FRITAS</b>	36
<b>BIFTEC (BIFE) Y PATATAS FRITAS</b>	42
<b>HELADO Y SALSA DE CHOCOLATE CALIENTE</b>	22
<b>CHOCOLATE BROWNIES</b>	24
<b>TORTA DE DULCE DE CHOCOLATE</b>	24
<b>SUSHI</b>	
Blanco	20
Verde	24
Azul	28
Rojo	31
Amarillo	34
Negro	38
<b>VEGETARIANOS Y SOPAS</b>	
Sopa Miso	20
Palta Maki (4 piezas)	20
Edamame	20
Tofú y Wakame	20
Arrollado vegetariano (4 piezas)	20
Omelette dulce (2 piezas)	20
Seta (Hongo) Shiitake marinada	20
<b>NIGIRI (2 piezas)</b>	
Gamba (Langostino)	28
Tofú	31
Atún	31
Anguila	31
Salmón	34

<b>SANDWICHES DE MODA (2 piezas)</b>	
Gambas (langostinos) y palta	24
Salmón y palta	28
<b>SASHIMI(5 piezas)</b>	
Salmón	38
Atún	38
Atún a la parrilla con fuego fuerte y cocción rápida	38
Salmón y Atún Combo	38
<b>ENSALADAS</b>	
Calamares marinados	24
Palillos de carne de cangrejo	31
Salmón (a la parrilla con fuego fuerte y cocción rápida)	34
Gambas (langostinos) y palta	38
<b>ESPECIALIDADES</b>	
Chirashi	34
Salmón envuelto (2 piezas)	34
<b>MAKIMONO</b>	
Palillos de carne de cangrejo	24
Gambas (langostinos)	24
Salmón	28
Atún picante	28
<b>SELECCIÓN DEL CHEF</b>	
Paquetes Wasabi (3 piezas)	38
Rosas de Salmón	38
Huevas de salmón	38
<b>ARROLLADOS HACIA AFUERA (4 piezas)</b>	
California	28
Gambas (langostinos) y palta	28
Filadelfia	31
Atún picante y palta	31
<b>ARROLLADO GRANDE (2 PIEZAS)</b>	
Bambú	28
Arco iris	31
Gamba (langostino), pimienta roja y queso	34
<b>ARROLLADO DE MANO</b>	
Gambas (langostinos) y palta	31
Anguila y palta	34
Salmón y palta	34
Atún picante y palta	34
<b>POSTRES</b>	
Ensaladas de frutas variadas	24
Chocolate Brownies	24
Torta de dulce de chocolate	24
Torta de queso	24

## FUENTES DE SUSHI

ENA	72
Edamame	
Un arrollado picante de atún y palta	
Dos trozos de atún Sashimi	
Unarosa de salmón	
Una gamba ( langostino) Nigiri	
Un Tufú Nigiri	
Dos trozos de salmón Sashimi	
Un arrollado California	
ENA DELUXE	82
Edamame	
Un arrollado picante de atún y palta	
Dos trozos de atún Sashimi	
Una rosa de salmón	
Una gamba ( langostino) Nigiri	
Un Tufú Nigiri	
Dos trozos de salmón Sashimi	
Un arrollado California	
Una anguila Nigiri	
Un paquete Wasabi	
OSAKA	109
Dos Tufú Nigiri	
Dos Omelette dulce Nigiri Edamame	
Cuatro pepinos Makimono	
Cuatro arrollados vegetarianos	
KOBE	154
Cinco piezas Nigiri	
Seis piezas Sashimi	
Dos arrollados arcoiris	
KOBE DELUXE	285
Tres rosas de salmón	
Dos piezas de salmón envueltos	
Cuatro salmón Makimono	
Una ensalada de palillos de carne de cangrejo	
Seis piezas Sushimi	
Cinco piezas Nigiri	
Dos arrollados arcoiris	