

100% GLUTEN-FREE

-  lactose  peixe  frutos de casca rija  vegan
 ovos  crustáceos  sésamo  soja

EMPANADAS



FUNGI 
Cogumelos, cenoura, chalota, tomate seco, alho, paprika

GOA 
Caril de vegetais

ATLÂNTICA 
Bacalhau, tomate, cebola, pimento vermelho, azeitonas, açafrão

AVÓ LUÍSA
Frango do campo, pimento, cerveja (s/glúten), especiarias

S&S (SWEET & SALTY) 
Queijo de vaca curado, goiabada

AREPAS



ABACATELLA  
Abacate, mozzarella, molho pesto

DO MAR 
Atum, cebola, tomate, salsa

GUACAMOLE 
Abacate, tomate, coentros, lima

TUGA 
Ovos biológicos, linguça

IBÉRICA 
Presunto, queijo flamengo

SOY BUENA 
Cubos de soja, tomate, pimento vermelho, chipotle

*estarão disponíveis quatro das opções apresentadas

MOLHOS



MOLHO PICANTE DE ABACATE 
Lima, coentros, natas vegetais

PESTO DE PIMENTOS  
Queijo da Ilha, frutos secos, vinagre balsâmico, pimenta

CÔCO E AMENDOIM 

SOPA DO DIA*



CREME VERDE 
Ervilha, couve-flor, batata

CREME DO SOL 
Batata-doce, cenoura, abóbora

CREME DA FLORESTA 
Cogumelos portobello, castanha, alho francês, tomate seco

*estará disponível uma das opções apresentadas

DOCES



WILD BROWNIE  
Noz, chocolate negro, frutos vermelhos

SALAME DE PISTACHIO
Chocolate negro, pistachio, amendoim

BOLINHA DE CÔCO  
Amêndoa, xarope de agave

BOLO DE BANANA E MEL 
Aveia, banana da Madeira, mel



@gansos.empanadas

gansos.pt



GANSO's
empanadas & etc.