

MARÉA

BISTRO & BAR





THREE WOMEN.
ONE SHARED TABLE.
A STORY IN EVERY DISH.



BREAKFAST

TRADITIONAL ISLEÑO

\$11

Eggs your way, beans, sweet plantain, fresh cheese, Honduran style cream, handmade tortillas, tomato sauce & avocado.

Huevos al gusto, frijoles volteados, plátano maduro, queso fresco, mantequilla, tortillas artesanales, salsa de tomate y aguacate.

CARIBBEAN OMELETTE

\$10

Omelette filled with ham, scallions, bell pepper, tomato, onion & mozzarella, served with toasted baguette and tomato sauce.

Omelette relleno de jamón, cebollín, chile pimiento, tomate, cebolla y mozzarella acompañado de tostadas de baguette y salsa de tomate.

STEAK AND EGGS

\$12

House-made coconut bread topped with a poached egg, beef, radishes, sliced jalapeño, grated Parmesan cheese, hollandaise sauce, and microgreens.

Pan artesana de coco, huevo pochado, res, rábanos, chile jalapeño en hojuelas, queso parmesano rallado complementado con salsa holandesa y microgreens.

AVOCADO TOAST

\$12

Coconut bread, guacamole, feta cheese, cherry tomato & pickled radish topped with poached eggs, chili flakes & microgreens.

Pan isleño de coco, guacamole, queso feta, tomate cherry y rábanos encurtidos, con huevos pochados, chile en hojuela y brotes.

MARÉA FRENCH TOAST

\$12

Coconut milk -soaked brioche with toasted coconut, local honey, powdered sugar, fresh mint & seasonal fruit.

Pan brioche marinado con leche de coco, coco tostado, miel local, azúcar glas, menta y frutas de temporada.

MARÉA WAFFLES

\$10

Served with Nutella, seasonal berries & banana.

Servidos con Nutella, frutos rojos de temporada y banano.

TROPICAL YOGURT BOWL

\$12

Yogurt, granola, tropical fruit, chia seeds, honey & mint.

Yogurt, granola, frutas tropicales, chía, miel y menta.

STARTERS

BEEF CARPACCIO

\$16

Thinly sliced beef, aioli, capers, olive oil, parmesan, cherry tomato, red onion & lemon, with toasted baguette.

Alioli de cebolla, alcaparras, aceite de oliva, parmesano, tomate cherry, cebolla morada, limón, con tostadas de baguette.

CONCH CARPACCIO

\$16

Thinly sliced conch, aioli, capers, olive oil, parmesan, avocado, red onion & lemon, with toasted baguette.

Alioli de cebolla, alcaparras, aceite de oliva, parmesano, aguacate, cebolla morada, limón, con tostadas de baguette.

TUNA TARTARE

\$18

Fresh tuna, avocado, and pineapple marinated in sesame oil, complemented with sesame seeds, Jamaican hibiscus pearls, and Perry sauce, served with soy sauce and crispy tostones.

Tuna fresca, aguacate y piña marinados en aceite de sésamo, realzados con semillas de sésamo, falso caviar de Jamaica y salsa Perry, servidos con soya y tostones crujientes.

TUNA TATAKI

\$18

Seared tuna over a bed of avocado, served with passion fruit sauce, chili dressing, toasted almonds, black sesame seeds, and Jamaican hibiscus pearls, accompanied by crispy wonton chips and soy sauce.

Tuna sellada sobre una base de aguacate, acompañada de salsa de maracuyá, aderezo de chile, almendras tostadas, sésamo negro y caviar de Jamaica, servida con crujientes tostadas de wonton y soya.

TRADITIONAL HUMMUS

\$10

Chickpea spread, accompanied by crispy tempura eggplant croutons and fresh radishes, served with carrot and celery sticks and toasted baguette slices.

Pasta de garbanzo, acompañada de crujientes crutones de berenjena en tempura y rábanos frescos, servida con bastones de zanahoria, apio y tostadas de baguette.

OCTOPUS CORAL

\$18

Octopus marinated in sesame and lime, complemented with cilantro and Tabasco sauce, served with pico de gallo, avocado, and crispy tostones.

Pulpo marinado en sésamo y limón, acompañado de cilantro y salsa de Tabasco, servido con pico de gallo, aguacate y crujientes tostones.

STARTERS

BAHÍA CEVICHE \$14 FISH OR SHRIMP

Fresh fish or shrimp marinated in lime and coconut milk, with cilantro and yellow chili pepper, served with sweet potato, pico de gallo, avocado, and crispy tostones.

Pescado fresco o camarón marinado en limón y leche de coco, con cilantro y ají amarillo, acompañado de camote, pico de gallo y aguacate, servido con crujientes tostones.

SHRIMP TOSTONES \$15

Sautéed shrimp with sesame and lime, cilantro, and Tabasco sauce, served over a bed of guacamole and accompanied by pico de gallo, crispy tostones, and pickled jalapeños.

Camarones salteados en sésamo y limón, con cilantro y salsa de Tabasco, servidos sobre una cama de guacamole y acompañados de pico de gallo, crujientes tostones y jalapeños encurtidos.

TUNA TOSTONES \$15

Fresh tuna marinated in sesame and lime, enhanced with cilantro and Tabasco sauce, served over a bed of guacamole with pico de gallo, crispy tostones, and pickled onions.

Tuna fresca marinada en sésamo y limón, realizada con cilantro y salsa de Tabasco, sobre una cama de guacamole, acompañada de pico de gallo, crujientes tostones y cebolla encurtida.

CLASSIC HONDURAN ANAFRE \$8

Refried beans gratinéed with string cheese and shredded cheese, served with crispy corn tortilla chips.

Frijoles gratinados con quesillo y queso rallado complementado con chips de tortilla de maíz.

HONDURAN MIXED ANAFRE \$10

Refried beans gratinéed with string cheese, chorizo, and shredded cheese, served with crispy corn tortilla chips.

Frijoles gratinados con quesillo, chorizo y queso rallado complementado con chips de tortilla de maíz.

WINGS/BONELESS/TENDERS \$14

Served with fries and your choice of sauce: Buffalo, passion fruit, hot honey or BBQ. Add two sauces: chipotle, ranch, garlic, honey mustard, ketchup or jalapeño.

Acompañadas de papas fritas y salsa de elección: Buffalo, maracuyá, hot honey o BBQ más dos salsas: chipotle, ranch, ketchup, ajo, mostaza miel o jalapeño.

GARÍFUNA'S SIGNATURE

Sabores de Nuestra Costa

SEAFOOD SOUP

\$21

Fresh clams, mussels, fish, shrimp, and conch simmered in a fragrant coconut milk sauce, accompanied by creamy cassava purée, seasonal vegetables, crispy tostones, and steamed white rice.

Mariscos frescos — almejas, mejillones, pescado, camarones y caracol — preparados en una cremosa salsa de leche de coco, acompañados de puré de yuca y vegetales de temporada, servidos con crujientes tostones y arroz blanco.

STEAK HUDUTU

\$25

Beef tenderloin medallion served over creamy sweet plantain purée, accompanied by a tamarind and chipotle sauce, pickled onions, and seasonal vegetables.

Medallón de res sobre un cremoso puré de plátano maduro, acompañado de una salsa de tamarindo y chipotle, cebolla curtida y vegetales de temporada.

CARIBBEAN LOBSTER

\$30

Fresh lobster sautéed in garlic butter and capers, gratinated with cheddar cheese, served over creamy cassava purée and accompanied by seasonal vegetables.

Langosta fresca salteada en mantequilla de ajo y alcaparras, gratinada con queso cheddar y servida sobre un cremoso puré de yuca, acompañada de vegetales de temporada.

CONCH SOUP

\$20

Conch marinated in a delicate coconut milk preparation, served with creamy cassava purée and seasonal vegetables, accompanied by crispy tostones and white rice.

Caracol marinado en una delicada preparación de leche de coco, acompañado de cremoso puré de yuca y vegetales de temporada, servido con crujientes tostones y arroz blanco.

FISH TACOS

\$15

Crispy tempura-battered fish fillet, served with tropical slaw, fresh pico de gallo with onion and cilantro, jalapeño aioli, pickled radishes and jalapeños, finished with a fragrant cilantro dressing.

Filete de pescado crujiente en tempura, acompañado de repollo tropical, pico de gallo fresco con cebolla y cilantro, alioli de jalapeño y encurtidos de rábano y jalapeño, servido con un aromático aderezo de cilantro.

GREEK SALAD

\$15

Fresh cucumber salad with cherry tomatoes, olives, and feta cheese, served with grilled chicken and finished with a fragrant herb and lemon vinaigrette.

Fresca ensalada de pepino, tomates cherry, aceitunas y queso feta, acompañada de pollo a la parrilla y realizada con una vinagreta de hierbas aromáticas y limón.

SIGNATURE PLATES

CATCH OF THE DAY

\$22

Whole fried fish, served with crispy tostones, rice and beans, and a fresh tropical salad.

Pescado entero frito, acompañado de crujientes tostones, arroz con frijoles y una fresca ensalada tropical.

CHEF'S SEAFOOD TEMPTATION

\$18

Grilled octopus tentacles over sweet potato purée, served with seasonal vegetables, rosemary butter sauce, and garlic dressing.

Tentáculos de pulpo al grill sobre puré de camote, con vegetales de temporada, salsa de mantequilla y romero, y aderezo de ajo.

MARÉA BOWL

\$18

Sautéed garlic shrimp served over creamy sweet plantain purée, accompanied by seasonal vegetables and a butter and caper sauce.

Camarones salteados al ajillo, sobre un cremoso puré de plátano maduro, acompañados de vegetales de temporada y salsa de mantequilla y alcaparras.

COCONUT SHRIMP

\$18

Crispy coconut-crusted shrimp, served with crispy tostones, rice and beans, tropical salad, and garlic dressing.

Camarones crujientes empanizados con cralladura de coco, acompañados de crujientes tostones, arroz con frijoles, ensalada tropical y aderezo de ajo.

MARÉA BURGER

\$15

Beef burger, grilled bacon, caramelized onion, cheddar cheese, chipotle aioli & pickles, served with fries.

Hamburguesa de res, tocino al grill, cebolla caramelizada, queso cheddar, alioli de chipotle y pepinillos acompañada de papas fritas.

CHICKEN CARBONARA FETTUCCINE

\$14

Fettuccine in a creamy bacon carbonara sauce, served with grilled chicken breast, freshly grated Parmesan cheese, and crispy toasted baguette slices.

Fettuccine en cremosa salsa carbonara de bacon, servido con pechuga de pollo a la parrilla, queso parmesano recién rallado y crujientes tostadas de baguette.

Add ons/ Extras

Camarones a la parrilla \$7

Langosta \$10

DESSERTS

Postres

TRES LECHES DE COCO

\$8

Coconut tres leches cake topped with dulce de leche & seasonal fruit

Servido con dulce de leche y frutos de temporada.

CREPA BOUQUET

\$8

Delicate crepe filled with creamy vanilla or chocolate ice cream, served with fresh berries, seasonal fruit sauce, and Parmesan crisp.

Delicada crepa rellena de cremoso helado de vainilla o chocolate, servida con frutos rojos, salsa de frutas de temporada y un crocante de parmesano.

PANNA COTTA

\$8

Prepared with coconut milk, served with a red berry sauce and crispy Parmesan coral.

Preparado con leche de coco, acompañado de salsa de frutos rojos y crujiente coral de parmesano.

BERRY & CREAM

\$8

Creamy vanilla or chocolate ice cream, served in a cup with a delicate red berry sauce.

Cremoso helado de vainilla o chocolate, servido en copa y acompañado de una delicada salsa de frutos rojos.

SOFT DRINKS & FRESH JUICES

Bebidas y Jugos Naturales

SOFT DRINKS \$2

Pepsi
Pepsi Black
Mirinda Orange
7UP
Link Soda
Link Ginger Ale
Lipton Lemon Iced Tea
Aguazul Life

JUICES \$2

Watermelon Juice
Jugo de Sandía

Pineapple Juice
Jugo de Piña

Hibiscus Iced Tea
Jugo de Jamaica

Tamarind Juice
Jugo de Tamarindo