

# Cowert

R\$ 39,90

Escolha 3 sabores

Sardela	Pasta de Azeitona
Trutela	Pasta de Manjeriçã
Pasta de Truta	Pasta de Mostarda
Pasta de Salmão	Patê de Tomate Seco
Pasta de Bacalhau	Berinjela à Primavera
Patê Funghi	

Cesta extra de mini torradas: R\$7,90

# Porções

Torresmo Crocante	R\$ 49,90
Anéis de Cebola Empanados	R\$ 39,90
Linguiça Pura, Cebola, Pão e Molho Barbecue	R\$ 44,90
Batata Frita 	
Opcional: Queijo Parmesão, Alho e Bacon	R\$ 32,90
Polenta Palito 	
Opcional: Queijo Parmesão	R\$ 32,90
Queijo Branco, Azeite  e Azeitonas Pretos	R\$ 36,90

# Risottos

para 1 pessoa

Risotto de Gorgonzola e Nozes ou Damasco	R\$ 72,90
Risotto de Queijo com Limão Siciliano	R\$ 72,90
Risotto de Funghi	R\$ 72,90

 = Opção Vegana  
 = Feito com Leite  
de Vaca Jersey

# Entradas

Queijo Grelhado ao Pesto de Tomate Seco 	R\$ 39,90
Casquinhas   Bacalhau, Salmão Defumado e Truta Defumada	R\$ 35,90
Queijo Curado com Geleia de Pimenta 	R\$ 39,90
Alho Assado no Azeite	R\$ 30,90

# Saladas

Acompanha:

Molho de Mostarda e Mel ou Alcaparras  
Mix de Sementes Tostadas

Rúcula, Tomate Seco e Queijo Branco 	R\$ 42,90
Salada Verde 	
Alface, Rúcula, Cebola Roxa, Tomate e Palmito	R\$ 41,90
Salada Essencial   Rúcula, Palmito, Brócolis e Queijo Gorgonzola	R\$ 59,90

Risotto 4 Queijos e Crispies de Alho Poró	R\$ 72,90
Risotto Vegano de Rúcula com Tomate Seco 	R\$ 70,90
Risotto de Cogumelos com Arroz Negro 	R\$ 76,90

  
essência do vale  


# Carnes e Peixes Grelhados

Os pesos das carnes referem-se ao produto in natura, por pessoa.

ESCOLHA 1 MOLHO + 2 ACOMPANHAMENTOS...

VOCÊ MONTA SEU PRATO!

## Frenched Rack 300g

Carré de cordeiro grelhado

1 peessoa  
R\$ 151,90

2 peessoas  
R\$ 289,90

### Escolha seu molho

Pesto de Hortelã com Pinhão

Chutney de Damasco

O Chutney é um condimento de paladar agri-doce e levemente picante. Originário da Índia.

## Filé Mignon 280g

1 peessoa  
R\$ 138,90

2 peessoas  
R\$ 264,90

### Escolha seu molho

Mostarda e Ervas

Creme de Gorgonzola

Madeira com Champgnon

Alho no Azeite

Molho de Queijo

Molho Funghi

## Contra Filé 300g

O Bife Chorizo perde a suculência se servido bem passado.

1 peessoa  
R\$ 116,90

2 peessoas  
R\$ 221,90

### Escolha seu molho

Alho no Azeite | Barbecue

Chimichurri

## Linguiça Pura 200g

Linguiça artesanal pura de porco. Acompanha queijo meia cura derretido por cima e vinagrete.

1 peessoa  
R\$ 74,90

2 peessoas  
R\$ 141,90

## Lombo de Bacalhau Grelhado 250g

Podem ser encontradas poucas espinhas

1 peessoa  
R\$ 155,90

2 peessoas  
R\$ 295,90

### Escolha seu molho

Azeitonas, Alho e Cebola no Azeite

Alho Frito

## Filé de Salmão com Pele 180g

1 peessoa  
R\$ 108,90

2 peessoas  
R\$ 207,90

### Escolha seu molho

Molho de

Maracujá

Molho de Queijo

Molho de

Alcaparras

## Filé de Truta com Pele 240g

Podem ser encontradas poucas espinhas

1 peessoa  
R\$ 97,90

2 peessoas  
R\$ 186,90

### Escolha seu molho

Amêndoas

Creme de

Gorgonzola

Molho de Laranja

Molho de

Alcaparras

Molho de Queijo

## Sobrecoxa de Frango Dessossada 180g

1 peessoa  
R\$ 63,90

2 peessoas  
R\$ 122,90

### Escolha seu molho

Alho no Azeite

Molho Curry no

Azeite

Mostarda

e Ervas

# Acompanhamento para Grelhados

Escolha duas opções

Arroz Branco   
Arroz com Brócolis   
(acompanha Alho Frito)  
Arroz com Castanhas  
(Nozes, Castanhas do Pará e  
de Cajú, Uva Passa,  
Amendoim e Manteiga  
Temperada)  
Spaghetti na Manteiga  
Temperada e Alho Frito

Batata Souté  
Purê de Mandioquinha  
(Batata Salsa)  
Baked Potato  
(Batata assada ao Creme  
de Gorgonzola ou  
Molho de Queijo)  
Batata Frita   
(opcional: Bacon e Alho Frito)

Polenta Palito   
Legumes na  
Manteiga  
Brócolis com  
Alho   
Tutu de Feijão  
Anel de Cebola  
Empanado 

**Valor do Acompanhamento Extra: consulte a atendente**

Se forem escolhidos **quatro** acompanhamentos em pratos para duas pessoas, serão cobrados **dois pratos para uma pessoa.**

## Pratos Executivos

Porções individuais. Os pesos das carnes referem-se ao produto in natura.

Filé Mignon Grelhado 280g	<b>R\$ 105,90</b>
Contra File Grelhado 300g	<b>R\$ 99,90</b>
Filé Mignon à Parmegiana 140g	<b>R\$ 93,90</b>
Filé Mignon à Parmegiana (para 2 pessoas)	<b>R\$ 178,90</b>
Salmão Grelhado 180g	<b>R\$ 84,90</b>
Truta Grelhada 240g	<b>R\$ 82,90</b>
Sobrecoxa de Frango Desossada 180g	<b>R\$ 56,90</b>

Acompanhados de Arroz Branco, Tutu de Feijão, Salada de Alface e Tomate e um acompanhamento à sua escolha.

**Escolha seu acompanhamento**

Ovo Frito  
Polenta Frita  
Batata Souté

Batata Frita  
com Alho Frito  
e Bacon

## Pratos Combinados

Para 1 pessoa

### Contra Filé 300g

com Risotto	<b>R\$ 113,90</b>
com Linguine	<b>R\$ 107,90</b>
com Salada Verde	<b>R\$ 103,90</b>

### Filé Mignon 280g

com Risotto	<b>R\$ 120,90</b>
com Linguine	<b>R\$ 115,90</b>
com Salada Verde	<b>R\$ 111,90</b>

### Filé de Salmão 180g

com Risotto	<b>R\$ 100,90</b>
com Linguine	<b>R\$ 96,90</b>
com Salada Verde	<b>R\$ 92,90</b>

### Filé de Truta 240g

com Risotto	<b>R\$ 89,90</b>
com Linguine	<b>R\$ 85,90</b>
com Salada Verde	<b>R\$ 81,90</b>

Opções de Risotto:

Funghi  
4 Queijos  
Gorgonzola e Nozes  
Rúcula com Tomate  
Seco

Opções de Molho  
para o Linguine:

Molho Sugo  
Molho Bolonhesa  
Molho 4 Queijos

# Massas

Lasanha Gratinada  
| Bolonhesa  
| ou Quatro Queijos **R\$ 69,90**

Nhoque Vegano **R\$ 59,90**

Linguine  
| di Semola Grano Duro **R\$ 59,90**

## Escolha seu Molho

Bolonhesa  
Sugo  
| Tomate e Temperos

Pesto de Manjericão  
| Manjericão,  
| Nozes, Azeite,  
| Alho e Parmesão

Branco  
| Requeijão,  
| Creme de Leite  
| e Temperos

Funghi  
| Funghi, Vinho  
| Branco e Creme  
| de Leite

Quatro Queijos  
| Provolone,  
| Parmesão,  
| Gorgonzola  
| e Muçarela

Rosè Branco + Sugo  
Pesto de Tomate Seco

Molho ou Acompanhamento Extra

*Consulte as atendentes*

# Cervejas

Cerveja Garrafa (600ml)  
Original, Serramalte **R\$ 18,90**

Cerveja Long Neck  
Bohemia, Budweiser,  
Becks, Brahma Zero,  
Tipo Malzbier **R\$ 11,90**

Cerveja Long Neck  
Stella Artois **R\$ 12,90**

Cerveja Colorado  
Appia **R\$ 22,90**

# Lanches Quentes

Pão com Linguiça  
| Acompanha Queijo Meia  
| Cura Derretido, Alface,  
| Tomate e Vinagrete  **R\$ 39,90**

Lanche de Truta  
Defumada **R\$ 39,90**  
| Acompanha: Rúcula  
| Tomate Seco ou  
| Pasta de Azeitona

Especial Pesto  **R\$ 29,90**  
| Queijo Branco  
| Pesto de Manjericão  
| e Tomate

Queijo Branco  
e Tomate Seco  **R\$ 29,90**  
no Pão Francês

Queijo Branco  
Quente no Pão  
Francês  **R\$ 25,90**

Pão Francês com Ovo  
Caipira **R\$ 19,90**

Pão Francês na Chapa  
com Manteiga Ghee **R\$ 12,90**

# Drinks

O canudo de inox não é brinde e está disponível para compra no caixa

Caipirinha de Limão **R\$ 29,90**

Batida de Maracujá **R\$ 29,90**

Drink de Frutas

Frutas Vermelhas **R\$ 31,90**  
(Morango e Amora)

Morango, Amora ou Abacaxi **R\$ 31,90**

*Escolha*

Vodka, Gin, Saquê  
| ou Cachaça Artesanal  
| Envelhecida

*Acréscete*

Leite condensado,  
| Gengibre, Hortelã  
| ou Manjericão

Vinhos: carta no final do cardápio

# Sucos Naturais

Não utilizamos polpa. Servidos no copo de 500ml, exceto Chás Gelados e Suco de Uva Integral (taça).

Suco de Frutas com Água	R\$ 19,90
Suco de Frutas com Leite   Morango, Maracujá, Morango c/ Amora, Abacaxi c/ Hortelã ou Maçã.	R\$ 19,90
Para 2 sabores de Suco	R\$ 20,90
Suco de Laranja Natural	R\$ 19,90
Limonada Suíça c/ Leite Condensado	R\$ 20,90
Suco de Limão   com Erva Cidreira ou Hortelã	R\$ 18,90
Suco de Framboesa	R\$ 22,90
Suco Antioxidante   Morango, Amora e Suco de Uva Integral	R\$ 22,90
Suco Energético   Laranja, Abacaxi e Erva Cidreira	R\$ 20,90
Suco Zen   Maracujá, Camomila, Gengibre e Mel	R\$ 20,90
Suco de Uva Integral   com Erva Cidreira	R\$ 20,90
Suco de Uva Integral (taça 200ml)	R\$ 19,90
Chás Gelados (300ml)   Chá Mate c/ Limão Chá de Hibisco c/ Limão e Gengibre	R\$ 16,90

# Bebidas

Refrigerante Lata   Guaraná, Guaraná Zero, Pepsi, Tônica e Soda	R\$ 9,90
Refrigerante Garrafa (290ml)   Coca-cola e Coca-cola Zero	R\$ 8,90
Schweppes Citrus	R\$ 9,90
Água Mineral Prata (300ml)	R\$ 6,90
Água Mineral c/ Gás Prata (300ml)	R\$ 8,90
H2Oh! / Limoneto	R\$ 9,90
Milk Shake (300ml)   Finalizados com Chantilly. Sabores: Chocolate, Morango ou Baunilha. Calda: Chocolate ou Frutas Vermelhas	R\$ 20,90
Chá Natural   Camomila, Hortelã ou Hibisco	R\$ 8,00

# Bebidas Alcoólicas

Whiskey Red Label (dose)	R\$ 25,90
Cálice Cointreau (cáçice)	R\$ 11,90
Cachaça Envelhecida (dose)	R\$ 7,00

# Café Espresso

		c/Chantilly
Espresso Gourmet	R\$ 8,90	R\$ 10,20
Café com Leite ☹️ Grande	R\$ 16,90	R\$ 18,20
<b>Chocolate 50% Cacau Quente ou Gelado</b>		
Pequeno	R\$ 8,90	R\$ 10,20
Grande	R\$ 16,90	R\$ 18,20

<b>Cappuccino</b> by Essência do Vale		c/Chantilly
Pequeno	R\$ 8,90	R\$ 10,20
Grande	R\$ 16,90	R\$ 18,20



= Feito com Leite de Vaca Jersey

# Sobremesas

## Petit Gateau de Chocolate

com Sorvete de Creme,  
Chocolate ou Morango.  
Opções de Calda: Frutas  
Vermelhas, Chocolate Meio  
Amargo ou Blueberry

R\$ 39,90

## Brownie de Chocolate

com Sorvete de Creme,  
Chocolate ou Morango.  
Opções de Calda: Frutas  
Vermelhas, Chocolate Meio  
Amargo ou Blueberry

R\$ 39,90

## Merengue de Damasco ao Cointreau com Calda de Chocolate Meio Amargo

R\$ 39,90

## Torta de Maçã c/ Canela e Sorvete (de creme)

R\$ 36,90

## Banana Caramelada com Sorvete (de creme)

R\$ 33,90

## Banana Grelhada com Manteiga Ghee

c/ Canela e Sorvete de creme

R\$ 33,90

c/ Canela (opcional: calda  
de chocolate meio amargo)

R\$ 22,90

## Porção de Doce Caseiro com Queijo

Sabores: Banana, Leite,  
Abóbora ou Goiabada  
Cremosa

 R\$ 22,90

## Taça de Sorvete - 2 bolas

Sabores: Creme, Chocolate  
ou Morango. Opções de  
Calda: Frutas Vermelhas,  
Chocolate Meio Amargo  
ou Blueberry

R\$ 22,90

## Bolo da Casa (consulte os sabores)

Servido com: Calda de  
Chocolate Meio Amargo,  
Calda de Laranja, Calda  
de Frutas Vermelhas ou  
Doce de Leite de Vaca Jersey

 R\$ 16,90

## Pudim de Leite Condensado

R\$ 11,90

## Porção Extra de Chantilly

R\$ 8,90

### Siga a gente nas redes sociais:

  [essenciadovalerestaurante](#)



## Prezado cliente,

O tempo de preparo de alguns pratos pode ser  
**superior a 1 hora** aos domingos e feriados.

**NÃO COBRAMOS TAXA DE SERVIÇO**

Não aceitamos cheques

Aceitamos cartões de crédito