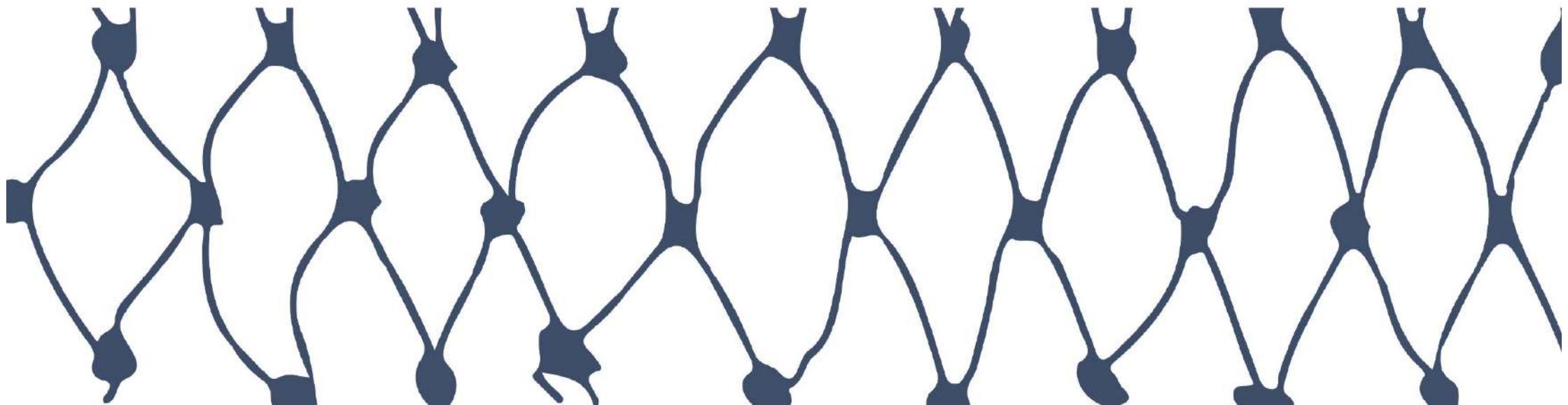


*Monasterio de Urdax. 49 Bajo. Pamplona  
Telf. 948 597 742*

*El Ronqueo*  
*Gastro Bar*

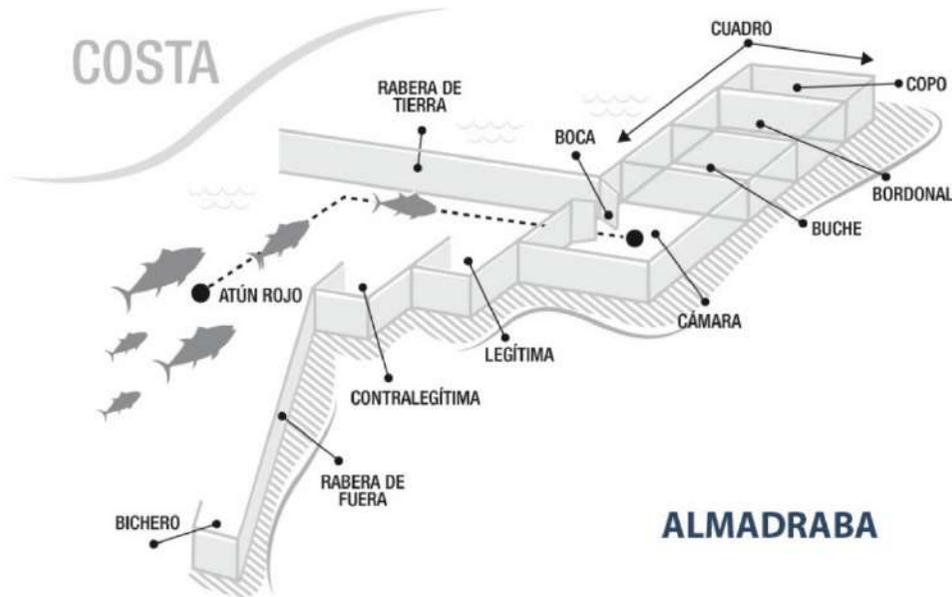


## La Almadraba y el atún rojo salvaje

La almadraba es un arte de pesca artesanal, milenaria y sostenible. Se utiliza en el litoral sur de España, en lugares como Barbate, pueblo pesquero considerado la cuna del atún. Se cree que fueron los fenicios los primeros en utilizarlo.

La captura del atún rojo salvaje se produce aprovechando su migración, que, tras haber permanecido durante todo el invierno en el Círculo Polar Ártico y en las costas noruegas, emprende un largo viaje hacia el Mar Mediterráneo donde busca sus altas temperaturas, sus corrientes marinas y su elevada salinidad, todo lo cual favorece la movilidad del esperma durante el proceso de fertilización de los huevos y la reproducción.

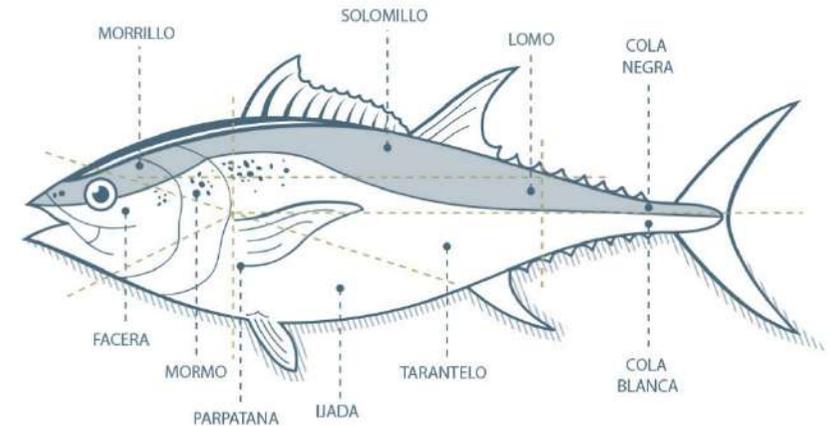
Esta es la mayor migración ocurrida en el planeta, durante los meses de Abril a Agosto pasa por el Estrecho de Gibraltar donde se encuentran las orcas, uno de sus mayores depredadores, para evitarlas, los atunes se acercan a la costa topándose entonces con las almadrabas, situadas a unos tres kilómetros del litoral con una profundidad de 34 metros, estas presentan una complicada estructura formada por un gran esqueleto de cables metálicos, creando un gran laberinto con las redes sujetas al fondo mediante anclas, y a su vez sostenidas por boyas en la parte superior.



## El Ronqueo

El Ronqueo es el despiece tradicional del atún, llamado así por el sonido que hace el cuchillo al rozar el espinazo. Con este corte manual se extraen unas 24 piezas, aprovechando el 100% del atún.

Los mayores ejemplares de atún rojo salvaje pueden alcanzar los 4 metros de longitud y más de 800 kilogramos de peso. La edad de los ejemplares capturados va, normalmente, desde los 15 hasta los 30 años. En su migración recorren más de 7000 km alcanzando los 80 km/h sin parar de nadar. Su alimentación principal se compone de caballas, sardinas, calamares, crustáceos, moluscos y ocasionalmente plancton.



# VINOS

## BLANCOS

Barbadillo Castillo de San Diego 1/2 botella(Cádiz)	7,00€
Barbadillo Castillo de San Diego (Cádiz)	12,00€
Frizzante (Cádiz)	13,00€
Malón de Echaide Chardonnay barrica (Navarra)	13,00€
Inurrieta Orchidea (Navarra)	14,00€
Otazu Chardonnay (Navarra)	15,00€
Blanco de blancos (Cádiz)	16,00€
Albariño Señorío de Sobral (Galicia)	16,00€
Albariño Mar de Frades (Galicia)	24,00€
Manzanilla "Solear" (Cádiz)	15,00€
Fino "Romate" (Cádiz)	15,00€

## ROSADOS

Otazu Rosado (Navarra)	15,00€
------------------------	--------

## TINTOS

Malón de Echaide crianza (Navarra)	12,00€
Quadis (Cádiz)	15,00€
Ramón Bilbao (Rioja)	16,00€
Inurrieta 400 (Navarra)	15,00€
Pago de Cirsus (Navarra)	16,00€
Cómez Cruzado (Rioja)	16,00€
Barbazul (Cádiz)	18,00€
Moncloa (Cádiz)	24,00€

## ESFUMOSOS

Beta sur (Cádiz)	18,00€
Moët Chandon (Francia)	40,00€
Taittinger (Francia)	40,00€



**El Ronqueo**

GastroBar

## ENSALADAS

Lechuga gourmet con ventresca de atún de almadraba	15,00€
Melva de almadraba con pimientos del piquillo de Navarra y vinagre de Módena	15,00€
Caballa del sur en aceite de oliva en base de tomate natural y vinagre de Módena	12,00€
Ensalada de queso de rulo de cabra con panceta y frutos secos	15,00€
Revuelto de ortigas de mar con gambas y ajos tiernos	14,00€

## RACIONES PARA COMPARTIR

	½ Ración	Ración
Gambones a la plancha	7,00€	12,00€
Cazón en adobo	8,50€	15,00€
Calamar frito	9,50€	18,00€
Puntillitas	8,50€	15,00€
Boquerones fritos	8,50€	15,00€
Surtido de salados: mojama, sarda, atún ahumado, atún marinado y hueva de atún	13,00€	24,00€
Surtido de ibéricos: lomo, salchichón, chorizo y jamón	8,50€	15,00€
Acedías		15,00€
Ortigas de mar		15,00€
Gambas al ajillo		12,00€

## ATÚN ROJO SALVAJE DE ALMADRABA

Ventresca a la plancha con judías salteadas	24,00€
Tarantelo a la plancha con judías salteadas	22,00€
Tataki macerado, semicrudo con ensalada gourmet	20,00€
Tartar crudo con salsa tártara	20,00€
Trilogía: tataki, tartar y sashimi	30,00€
Atún mechao "cola blanca" con judías salteadas	24,00€
Atún encebollado "cola blanca" en su salsa	24,00€
Atún plancha al ajillo y aliño de pimientos del piquillo	24,00€
Mormo a la Roteña	30,00€
Costillas de atún al horno con patatas	25,00€
Chuletón de atún con verduras a la plancha	80€/kg

## CARNES

Parrillada ibérica con patatas: pluma, abanico, secreto, lagarto y chorizo criollo	30,00€
Secreto ibérico con patatas al romero y espárragos trigueros	15,00€
Entrecot de retinto con patatas a lo pobre	18,00€
Retinto al toro con patatas panaderas	15,00€

## POSTRES

Queso Payoyo curado con membrillo y frutos secos	5,00€
Cremoso de queso, con mermelada y virutas de chocolate	5,00€
Flan de turrón con helado de turrón y tejas	5,00€
Semiesfera de chocolate con helado, nata y barquillo	5,00€