



L'Interpals Eco Resort és més que un lloc de vacances, és una filosofia de vida. Al nostre restaurant El Blau, creiem en la sostenibilitat i en la importància de cuidar el planeta per a les generacions futures. Per això, seguim l'Agenda 2030 de les Nacions Unides i ens alineem amb els seus objectius de desenvolupament sostenible.

Per començar, treballem amb productes i proveïdors de proximitat per reduir la nostra empremta de carboni i promoure l'economia local. Utilitzem ingredients de qualitat, com el vi de la casa del celler Mas Geli de Pals, l'arròs de Pals de Mas Pla situat al parc natural del Montgrí i les carns AngusCat i porc raça Duroc criats a la província de Girona. També oferim el deliciós Recuit de Drap de Fonteta.

A més, utilitzem pràctiques sostenibles a la cuina com la reducció de residus.

Per tot això, el nostre restaurant El Blau no és només una experiència gastronòmica, sinó una oportunitat per fer un canvi positiu en el món.

El Interpals Eco Resort es más que un lugar de vacaciones, es una filosofía de vida. En nuestro restaurante El Blau, creemos en la sostenibilidad y en la importancia de cuidar el planeta para las generaciones futuras. Por ello, seguimos la Agenda 2030 de las Naciones Unidas y nos alineamos con sus objetivos de desarrollo sostenible.

Para empezar, trabajamos con productos y proveedores de proximidad para reducir nuestra huella de carbono y promover la economía local. Utilizamos ingredientes de calidad, como el vino de la casa del bodega Mas Geli de Pals, el arroz de Pals de Mas Pla situado en el parque natural del Montgrí y las carnes AngusCat y cerdo raza Duroc criados en la provincia de Girona. También ofrecemos el delicioso Recuit de Drap de Fonteta.

Además, utilizamos prácticas sostenibles en la cocina como la reducción de residuos.

Por todo ello, nuestro restaurante El Blau no es solo una experiencia gastronómica, sino una oportunidad para hacer un cambio positivo en el mundo.



Aperitius

Aperitivos



Negroni	5,50€
---------	-------

Aperol Spritz	6,00€
---------------	-------

Martini Fiero & Tonic	6,00€
-----------------------	-------

Tom Collins	7,50€
-------------	-------

Dry Martini	6,00€
-------------	-------

Copa de cava	3,50€
--------------	-------

Copa de sangria	5,50€
-----------------	-------

Tisana de cava	6,50€
----------------	-------

Menú Especial 35€

Mínim 2 persones, preu per persona

Amanida fresca de temporada
Graellada de marisc
Postres de la carta a escollir

Ampolla de cava Brut Nature

Menú de proximitat 25€

Mínim 2 persones, preu per persona

Amanida del cop de puny, tomàquet
i olives negres
Coca de vidre amb anxoves
i pebrots vermells
Musclos del Delta al forn de carbó

Entrecot suplement de 2€
Arròs de Pals amb marisc
Llobarro al forn de carbó

Xuixo de Girona a la brasa
Crema Catalana
Recuit de Fonteta amb mermelada
de figues

Pa torrat amb tomàquet
Aigua, copa de vi o cava, refrescs o cervesa

Menú Especial 35€

Mínimo 2 personas, precio por persona

Ensalada fresca de temporada
Parrillada de marisco
Postre de la carta a libre eleccion

Botella de cava Brut Nature

Menú de proximidad 25€

Mínimo 2 personas, precio por persona

Ensalada con cebolla, tomate
y aceitunas negras
Pan de cristal con anchoas
y pimientos rojos
Mejillones del Delta al horno de carbón

Entrecot suplemento de 2€
Arroz de Pals con mariscos
Lubina al horno de carbón

"Xuixo" de Gerona a la brasa
Crema Catalana
Recuit de Fonteta con mermelada
de higos

Pan tostado con tomate
Agua, copa de vino o cava, refrescos o cerveza

Per compartir

Para compartir



Musclos a la donostiarra
o al forn de carbó 8,00€

Mejillones a la donostiarra
o al horno de carbón

Cloïsses en salsa verda 11,00€

Almejas en salsa verde

Calamars a l'andalusa 14,50€

Calamares a la andaluza

Nachos amb guacamole 9,75€

Nachos con guacamole

Nachos Tex-Mex 12,50€

Nachos Tex-Mex

Les braves del Blau 6,00€

Las bravas del Blau

Coca de vidre amb 15,00€

pernil ibèric

Coca de vidrio con jamón ibérico

Cruixents de pollastre 13,00€

"El Blau"

Crujientes de pollo "El Blau"



Pa
Pan

2,00€

Coca de vidre amb tomàquet 2,75€

Coca de vidrio con tomate

Amanides i entrants

Ensaladas y entrantes



Amanida de temporada 8,50€
Ensalada de temporada

Amanida de formatge de cabra amb vinagreta de mel i mostassa 10,00€
Ensalada de queso de cabra con vinagreta de miel y mostaza

Amanida de pollastre 9,90€
Ensalada de pollo

Carpaccio de vedella Angus 15,00€
Carpacho de ternera Angus

Tàrtar de salmó amb alvocat i wakame 13,00€
Tartar de salmón con aguacate y wakame

Coca d'anxoves amb pebrots vermells 10,75€
Coca de anchoas con pimientos rojos

Gamba mitjana a la planxa 17,50€
Gamba mediana a la plancha

Carpaccio de gambes amb oli aromatitzat 16,50€
Carpaccio de gambas con aceite aromatizado



Pastes i arrossos



Pastas y arroces

Mínim 2 persones, preu per persona

Mínimo 2 personas, precio por persona

Ravioli de salmó	11,50€
Ravioli de salmón	

Tortellini d'espínacs i ricotta	10,50€
Tortellini de espinacas y ricotta	

Gnocchi	9,75€
Gnocchi	

La paella de Pals amb fruits del mar	16,50€
La paella de Pals con frutos del mar	

La paella de carn amb salsitxa i costella	16,00€
La paella con salchicha, costillón y algo más del huerto	

Fideuà	13,00€
Fideuá	

Va d'ous

Va de huevos



Ous trencats amb pernil ibèric Huevos rotos con jamón ibérico	8,90€
Ous trencats amb xistorra Huevos rotos con chistorra	8,70€
Ous trencats amb morcilla Huevos rotos con morcilla	8,70€
Ous del diable (ben picants) Huevos del diablo (bien picantes)	8,70€

Va de mar

Va de mar



Orada o llobarro a la brasa de carbó 500 g 17,50€

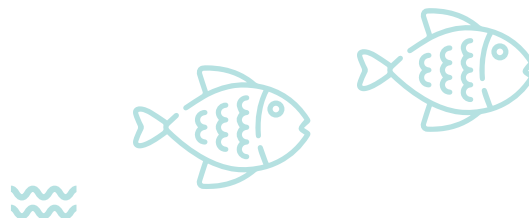
Dorada o lubina a la brasa de carbón 500 gr

Llobarro o orada al forn amb patata, ceba i tomàquet 19,00€

Lubina o dorada al horno con patata, cebolla y tomate

Bacallà confitat amb parmentier de patata 16,50€

Bacalao confitado con un parmentier de patata



Va de terra

Va de terra



Secret de porc ibèric amb salsa de mel i mostassa Secreto de cerdo ibérico con salsa de miel y mostaza	19,00€
Ribs barbacoa Costillas a la barbacoa	19,00€
Botifarra enfilada i mongetes blanques saltejades amb pernil Butifarra y judías blancas salteadas con jamón	12,50€
Pollastre a la brasa Pollo a la brasa	15,00€
Entrecot de vedella Angus KM0 350 g Entrecote de ternera Angus KM0 350 gr	19,50€
Hamburguesa Angus KM0 200 g Hamburguesa Angus KM0 200 gr	12,00€

Va de postres

Va de postres



Brownie amb gelat de vainilla Brownie con helado de vainilla	6,50€
Crema catalana Crema catalana	5,00€
Sgropí Sgropino	5,50€
Gelat de torró amb ratafia Helado de turrón con ratafía	6,50€
Xuixo de crema a la brasa Xuixo de crema a la brasa	5,25€
Coulant de xocolata Coulant de chocolate	6,00€
Copa de nata, nous i mel Copa de nata, nueces y miel	6,50€





The Interpals Eco Resort is more than just a holiday destination, it's a philosophy of life. At our restaurant, El Blau, we believe in sustainability and the importance of taking care of the planet for future generations. That's why we follow the United Nations' Agenda 2030 and align ourselves with its sustainable development goals.

To start with, we work with local products and suppliers to reduce our carbon footprint and promote the local economy. We use quality ingredients, such as the house wine from Mas Geli de Pals winery, rice from Mas Pla in the Montgrí Natural Park, and AngusCat meats and Duroc pork raised in the province of Girona. We also offer the delicious Recuit de Drap de Fonteta cheese.

Additionally, we use sustainable kitchen practices such as waste reduction.

Therefore, our restaurant, El Blau, is not only a gastronomic experience but also an opportunity to make a positive change in the world.

L'Interpals Eco Resort est plus qu'un lieu de vacances, c'est une philosophie de vie. Dans notre restaurant El Blau, nous croyons en la durabilité et en l'importance de prendre soin de la planète pour les générations futures. C'est pourquoi nous suivons l'Agenda 2030 des Nations unies et nous nous alignons sur ses objectifs de développement durable.

Pour commencer, nous travaillons avec des produits et des fournisseurs locaux pour réduire notre empreinte carbone et promouvoir l'économie locale. Nous utilisons des ingrédients de qualité, tels que le vin de la maison du vignoble Mas Geli de Pals, le riz de Pals de Mas Pla situé dans le parc naturel du Montgrí et les viandes AngusCat et le porc de race Duroc élevés dans la province de Gérone. Nous offrons également le délicieux Recuit de Drap de Fonteta.

De plus, nous utilisons des pratiques durables en cuisine telles que la réduction des déchets.

Pour toutes ces raisons, notre restaurant El Blau n'est pas seulement une expérience gastronomique, mais aussi une occasion de faire un changement positif dans le monde.





Aperitif

Apéritifs

Negroni	5,50€
---------	-------

Aperol Spritz	6,00€
---------------	-------

Martini Fiero & Tonic	6,00€
-----------------------	-------

Tom Collins	7,50€
-------------	-------

Dry Martini	6,00€
-------------	-------

Glass of cava	3,50€
---------------	-------

Glass of sangria	5,50€
------------------	-------

Tisana de cava	6,50€
----------------	-------

Special menu 35€

Minimum 2 people, price per person

Fresh seasonal salad
Seafood barbecue
Dessert from the à la carte menu
Bottle of cava Brut Nature

Proximity menu 25€

Minimum 2 people, price per person

Salad with onion, tomato
and black olives
Coca bread with anchovies
and red peppers
Mussels from the Delta
in charcoal oven

Entrecôte supplement of 2€
Rice from Pals with seafood
Charcoal baked sea bass

Grilled "xuixo" de Girona
Crema Catalana
Recuit de Fonteta with fig jam
Toasted bread with tomato
Water, glass of wine or cava, soft drinks or beer

Menu Spécial 35€

Minimum 2 personnes, prix par personne

Salade fraîche de saison
Grillade de fruits de mer
Dessert au choix à la carte
Bouteille de cava Brut Nature

Menú de proximitat 25€

Minimum 2 personnes, prix par personne

Salade avec oignons, tomate
et olives noires
Pain de cristal aux anchois
et poivrons rouges
Moules du Delta au four à charbon

Entrecôte supplément 2€
Riz de Pals aux fruits de mer
Bar au four à charbon

Roussette de Gérone grillée
Crème catalane
Recuit de Fonteta avec confiture
de figues
Pain grillé avec de la tomate
Eau, verre de vin ou cava, boissons non
alcoolisées ou bière

To share

À partager



Mussels Donostia style 8,00€
cooked over charcoal

Moules à la donostiarra
ou au four à charbon de bois

Cockles in Green sauce 11,00€

Palourdes en sauce verte

Andalusian style Squid 14,50€

Calamars à l'andalouse

Nachos with Guacamole 9,75€

Nachos au guacamole

Tex-Mex nachos 12,50€

Nachos Tex-Mex

Patatas Bravas "El Blau" 6,00€

Les braves "El Blau"

Coca bread with 15,00€

Iberian ham

Verre de coca au jambon ibérique

Crispy Chicken 13,00€

"El Blau"

Croustillant de poulet "El Blau"



Bread
Pain

2,00€

Coca bread with rubbed tomato 2,75€

Verre de coca avec de la tomate

Salads and starters

Salades et entrées



Seasonal salad 8,50€
Salade de saison

Goat's cheese salad with
a honey and mustard
dressing 10,00€
Salade de fromage de chèvre avec
vinaigrette au miel et à la moutarde

Chicken salad 9,90€
Salade de poulet

Angus beef Carpaccio 15,00€
Carpaccio de bœuf Angus

Salmon tartare with
avocado and wakame kelp 13,00€
Tartare de saumon à l'avocat
et wakame

Coca bread with anchovies and red pepper 10,75€
Coca d'anchois aux poivrons rouges

Grilled medium red Prawns 17,50€
Crevettes grillées à point

Prawn Carpaccio with aromatic oil 16,50€
Carpaccio de crevettes
à l'huile parfumée



Pastas and rice

Pâtes et riz

Minimum 2 people, price per person

Minimum 2 personnes, prix par personne



Salmon Ravioli Raviolis au saumon	11,50€
Tortellini with spinach and ricotta Tortellini aux épinards et à la ricotta	10,50€
Gnocchi Gnocchi	9,75€
Seafood paella with Pals rice Paella de Pals aux fruits de mer	16,50€
Pork ribs and sausage paella with vegetables Paella à la viande avec saucisse et côtelettes	16,00€
Fideua Fideua	13,00€

Eggs

OEufs



Scrambled eggs with Iberian ham Eufs brouillés au jambon ibérique	8,90€
Scrambled eggs with Chistorra sausage Eufs brouillés à la saucisse de chistorra	8,70€
Scrambled eggs with Black pudding Eufs brouillés au boudin noir	8,70€
Scrambled eggs from the Devil (spicy) Eufs à la diable (très piquant)	8,70€

From the sea

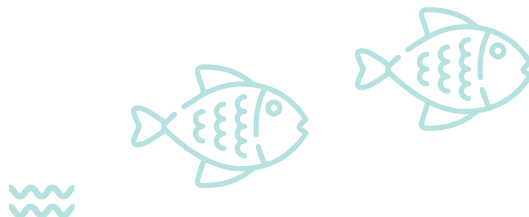
Va de la mer



sea bream or Sea bass grilled on charcoal 500 g 17,50€
Dorada ou lubine de mer grillé sur charbon de bois 500 g

Sea bass or Sea bream baked with potatoes, onion and tomato 19,00€
Lubine au four avec pommes de terre, oignons et tomates

Cod confit with parmentier potatoes 16,50€
Cabillaud confit au parmentier de pomme de terre



From the land

Va de la terre



Iberian pork with honey and mustard sauce Porc ibérique avec sauce au miel et à la moutarde	19,00€
BBQ Spare Ribs Côtes de porc au barbecue	19,00€
Traditional Catalan sausage with sauteed white beans and ham Saucisse Catalan et haricots blancs sautés au jambon	12,50€
Grilled chicken Poulet grillé	15,00€
Angus Boneless Rib-eye Steak 350 g Entrecôte de bœuf 350 g	19,50€
Angus Burger KM0 200 g Angus hamburger KM0 200 g	12,00€

Desserts

Desserts



Chocolate brownie with vanilla ice cream Brownie avec glace à la vanille	6,50€
Crema Catalana Crème catalane	5,00€
Sgroppino Sgropino	5,50€
Nougat ice cream with Ratafia Glace nougat au Ratafia	6,50€
Grilled "xuixo" "Xuixo" à la crème grillée	5,25€
Chocolate Coulant Coulant au chocolat	6,00€
Whipped Cream with nuts and honey Dessert aux noix, crème et mielasse de noix, de crème et de miel	6,50€





2030 der Vereinten Nationen und stellen uns hinter deren Zielen für nachhaltige Entwicklung. Zunächst arbeiten wir mit lokalen Produkten und Lieferanten zusammen, um unseren Kohlenstoff-Fußabdruck zu reduzieren und die lokale Wirtschaft zu fördern.

Wir verwenden hochwertige Zutaten wie den Hauswein vom Weingut Mas Geli in Pals, den Pals-Reis von Mas Pla im Naturpark Montgrí und AngusCat-Fleisch sowie Duroc-Schweinefleisch aus der Provinz Girona. Wir bieten auch den köstlichen Recuit de Drap de Fonteta an.

Darüber hinaus nutzen wir in der Küche nachhaltige Praktiken wie Abfallreduzierung.

Deshalb ist unser Restaurant El Blau nicht nur ein gastronomisches Erlebnis, sondern auch eine Gelegenheit, eine positive Veränderung in der Welt zu bewirken.

Het Interpals Eco Resort is meer dan alleen een vakantieplek, het is een levensfilosofie. In ons restaurant El Blau geloven we in duurzaamheid en het belang van zorg dragen voor de planeet voor toekomstige generaties. Daarom volgen we de Agenda 2030 van de Verenigde Naties en aligneren we ons met hun doelstellingen voor duurzame ontwikkeling.

Om te beginnen werken we met lokale producten en leveranciers om onze koolstofvoetafdruk te verminderen en de lokale economie te promoten. We gebruiken kwaliteitsingrediënten, zoals de huiswijn van Mas Geli wijnkelder in Pals, de Pals-rijst van Mas Pla in het natuurpark van Montgrí en het AngusCat-vlees en Duroc-varkensvlees dat wordt gekweekt in de provincie Girona. We bieden ook de heerlijke Recuit de Drap de Fonteta aan.

Bovendien maken we gebruik van duurzame praktijken in de keuken, zoals het verminderen van afval.

Om al deze redenen is ons restaurant El Blau niet alleen een gastronomische ervaring, maar ook een kans om een positieve verandering in de wereld te maken.





Aperitif Getränk

Voorgerecht drankje

Negroni	5,50€
---------	-------

Aperol Spritz	6,00€
---------------	-------

Martini Fiero & Tonic	6,00€
-----------------------	-------

Tom Collins	7,50€
-------------	-------

Dry Martini	6,00€
-------------	-------

Glas cava	3,50€
-----------	-------

Glas sangria	5,50€
--------------	-------

Tisana de cava	6,50€
----------------	-------

Menü-Special 35€

Mindestens 2 Personen, Preis pro Person

Frischer Salat der Saison
Meeresfrüchte a la Plancha
Dessert aus der À-la-carte-Karte

Flasche Cava Brut Nature

Proximity-Menü 25€

Mindestens 2 Personen, Preis pro Person

Salat mit Zwiebeln, Tomaten und
schwarzen Oliven
Coca-Brot mit Sardellen und roten Paprika
Im Holzkohleofen gebackene Deltamuscheln

Entrecôte-Zuschlag von 2€
Pals-Reis mit Meeresfrüchten
Auf Holzkohle gebackener Wolfsbarsch

Gegrillter "Xuixo" aus Girona
Crema Catalana
Recuit de Fonteta mit
Feigenmarmelade

Geröstetes Brot mit Tomate
Wasser, ein Glas Wein oder Sekt,
Erfrischungsgetränk oder Bier

Menu speciaal 35€

Minimum 2 personen, prijs per persoon

Verse seizoen salade
Zeevruchten a la placha
Dessert van het à la carte menu
Fles cava Brut Nature

Nabijheid Menu 25€

Minimum 2 personen, prijs per persoon

Salade met ui, tomaat
en zwarte olijven
Coca brood met Ansjovis en rode pepers
Deltamossele gebakken
in een houtskooloven

Entrecôte supplement van 2€
Rijst van Pals met zeevruchten
Op houtskool gebakken zeebaars

Gegrilde "Xuixo" de Girona
Crema Catalana
Recuit de Fonteta met vijgenjam

Geroosterd brood met tomaat
Water, glas wijn of cava, frisdrank of bier

Teilen

Om te delen



Muscheln nach Donostiarra-Art 8,00€
oder Kohleofen-Art Muscheln
in grüner Sosse

Mosselen Donostia-stijl op
houtskool gebakken

Andalusischer Tintenfisch 11,00€
Kokkels in groene saus

Calamars a l'andalusa 14,50€
Inktvissen in "Andaluza"-stijl

Nachos mit Guacamole 9,75€
Nacho's met guacamole

Tex-Mex-Nachos 12,50€
Tex-Mex nacho's

Patata Bravas "El Blau" 6,00€
Patatas Bravas "El Blau"

Coca-Brot mit
iberischem Schinken 15,00€
Coca brood met Iberico ham

Knuspriges Hähnchen 13,00€
"El Blau"
Krokante kip "El Blau"



Brot
Brood

2,00€

Coca-Brot mit Tomate
Coca brood met tomaat

2,75€

Salate und Vorspeisen

Salades en Voorgerechten



Salat der Saison 8,50€
Seizoen salade

Ziegenkäsesalat mit
Honig-Senf-Vinaigrette 10,00€
Geitenkaas salade met
honing-mosterd vinaigrette

Hähnchensalat 9,90€
Kipsalade

Carpaccio vom Angus-Rind 15,00€
Angus rundvlees carpaccio

Lachstatar mit
Avocado und Wakame 13,00€
Zalmtartaar met advocado
en wakame

Coca-Brot Sardellen
mit Paprika 10,75€
Coca brood met Ansjovis
en rode peper

Gegrillte mittelrote Garnele 17,50€
Medium gegrilde rode garnalen

Garnelen-Carpaccio
mit aromatisiertem Öl 16,50€
Garnalencarpaccio
met gearomatiseerde olie



Nudeln und Reis

Pasta's en Rijst



Mindestens 2 Personen, Preis pro Person

Minimum 2 personen, prijs per persoon

Lachsravioli Zalm Ravioli	11,50€
-------------------------------------	--------

Spinat-Ricotta-Tortellini Tortellini van spinazie en ricotta	10,50€
--	--------

Gnocchi Gnocchi	9,75€
---------------------------	-------

Die Paella von Pals mit Meeresfrüchte Paella met zeevruchten en rijst van Pals	16,50€
--	--------

Paella mit Wurst und Gemüse Paella met worst, ribbetjes en groenten	16,00€
---	--------

Fideua Fideua	13,00€
-------------------------	--------

Eier

Eieren



Zerbrochene Eier mit iberischem Schinken	8,90€
Roerei met Iberische ham	

Zerbrochene Eier mit Chistorra	8,70€
Roerei met Chistorra worst	

Zerbrochene Eier mit Blutwurst	8,70€
Roerei met bloedworst	

Eier des Teufels (sehr scharf)	8,70€
Roerei del Diablo pikant	

Geht aus dem Meer

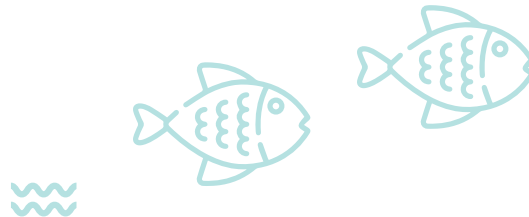
Van de Zee



Dorade oder Wolfsbarsch auf Holzkohle gegrillt 500 g 17,50€
Op houtskool gegrilde Zeebrasem of Zeebaars 500 g

Gebackener Wolfsbarsch mit Kartoffeln, Zwiebeln und Tomaten 19,00€
Gebakken zeebaars met aardappelen, ui en tomaat

Kandierter Kabeljau mit Kartoffelecken 16,50€
Gekonfijte kabeljauw met aardappelparmentier



Von der Erde

Van het land



Iberisches Schweinefleisch-Secreto mit Honig-Senf-Sauce Iberische varkensschouder met honing-mosterdsaus	19,00€
Grillrippchen BBQ Spare Ribs	19,00€
Streichwurst und weiße Bohnen mit Schinken sautiert Traditionele Catalaanse worst met witte bonen gesauteerd met ham	12,50€
Gegrilltes Hähnchen Gegrilde kip	15,00€
Rindersteak 350 g Entrecote van rundvlees 350 g	19,50€
Angus-Hamburger KM0 200 g Angus burger KM0 200 g	12,00€

Nachtisch

Desserts



Brownie mit Vanilleeis Brownie met vanille-ijs	6,50€
Katalanische Creme Crema catalana	5,00€
Scrooge Sgropino	5,50€
Nougat-Eiscreme mit Ratafia Ijs met Ratafia	6,50€
Gegrillte Sahnesauce Gegrilde "Xuixo"	5,25€
Schokoladen-Coulant Coulant de chocolate	6,00€
Tasse Sahne, Nüsse und Honig Slagroom met walnoot en honing	6,50€

