

# LO QUE HAY PA' COMER!

COMIDA QUE HABLA DE PANAMA

@fondaloquehay

LO  
QUE  
HAY!

## ENTRADAS FRÍAS!

### ENSALADA TROPICAL \$ 10

Repollo - Mango verde - Papaya verde  
Cebolla morada - Cilantro y menta con  
Aderezo tropical a base de maracuyá y  
tahini

AGREGAR: Pan (+\$5)

### WRAP VEGGIE \$ 12

Wrap de Lechuga - Encurtidos - Mantequilla  
de pepita de marañón - aderezo de sésamo

### COCTELITO SEXY DE CAMARON \$ 15

Camarón - Pasta de ají trompito -  
Aguacate

### YUCA TOSTADA DE ATÚN \$ 18

Yuca Tostada - Carpaccio de Atún y Ceviche  
de Cebollas

### POKE DE CEVICHE CARIBEÑO \$ 17

Pescado - Leche de tigre de Coco  
Arroz de Sushi - Maíz Crujiente

### TARTAR DE RES \$18

Tartar de res ahumado con ajo negro -  
emulsión de ajo - Parmesano - Bouquet de  
hojas frescas - hierba de la buena

CANTIDADES LIMITADAS

## ENTRADAS CALIENTES!

### CALDITO PHO \$ 7

Caldo de Pollo - Limón y Picante aparte

### OG EMPANADAS DE PESCADO \$ 8

2 Empanadas - Pescado al Curry - Queso  
Amarillo - Chimichurri - Salsa LQH

### TORTILLA DE MAÍZ \$ 16

Queso fundido - chorizo tableño - cebolla  
rostizada y chimichurri

### BOLLO PREÑAO \$ 14

Maíz nuevo - Relleno de Pulpo - Sofrito  
Criollo - Suero

### MONDONGO A LA CULONA \$ 15

Mondongo a- Patita, Chorizo y Rabo de  
Cerdo acompañado de arroz con coco

### ALMEJITAS SEXY \$ 18

Almejas - Ajillo - Zapallo - Chili Crunch  
Pepitas de Marañón

AGREGAR: Arroz con coco (+\$6) o Pan (+\$5)

OPCIÓN VEGGIE: Hongos en vez de Almejas

Amablemente declinamos cualquier modificación  
en nuestro menu :)

## PRINCIPALES!

### A.P.C (PARA 2-3 PAX)

Arroz Poroto y Carne

Elige Corte de Carne a la Leña - Salsa Sexy  
de Frijoles y Tuétano - Arroz Blanco con  
Concoloncito - Ensalada Fresca de temporada  
y Plátano en tentación

ENTRAÑA (12oz) \$ 55

### EMPAREDADO DE PERNIL \$ 16

Pernil - Encurtido de Chayote - Alioli  
de Ají Trompito - Hummus de Guandu

### GUACHO DE RES FRITA \$ 18

Estofado de arroz con frijoles - Guiso  
criollo - Huevo pochado - y yucas sexy

### POLLO FRITO LQH \$ 19

Muslo y Encuentro Frito - Puré con Gravy  
Salsa Buffalo - Kimchi

### CACIO E PEPE LQH \$ 24

Pasta Penne - Trozos de Lengua de Res  
Wonton Frito - Plátano dulce

### MEDIO PULPO ZARANDEADO \$ 38

Pulpo y Vegetales a la Brasa - Curry  
Verde - Arroz con coco

ORDEN COMPLETA: (\$68)

### LANGOSTINOS A LA CARIBEÑA \$ 36

Langostinos Enteros - Marinado y  
Salsa con Flow Caribeño

ELEGIR: Arroz con coco o Tajadas

### PESCA ENTERA (20/40MINS) M/P

Pesca entera - Marinado de Tasajo -  
Ensalada Fresca

ELEGIR: Arroz con coco o Patacones

### ONE POT CON LANGOSTA \$ 58

Langosta del Pacífico - Arroz Caribeño  
con camarones, Pulpo, bacalao y Rabito,  
Con Salsita Mística de sus jugos

## LO QUE HAY DULCE!

### FLAN \$ 11

Flan - Crema de Batir Ahumada

AGREGAR: Ron Pedro Mandinga Geisha (+\$3)

### RASPAO' EN PAILA \$ 11

Sirope (Elige tu sabor) - Malteada - Leche  
Condensada.

AGREGAR: Sabor Extra o Miel de Cana (+\$2)

### RUM CAKE \$ 15

Brioche embebido de ron con especias -  
Helado de vainilla de madagascar

# LO QUE HAY TO EAT!

OUR FOOD TALKS ABOUT PANAMA!

@fondaloquehay

LO  
QUE  
HAY!

## COLD ENTREES!

- TROPICAL SALAD** \$ 10  
Cabbage - Green mango - Green papaya - Red onion - Cilantro and mint with a tropical dressing of passion fruit and tahini  
**ADD-ON:** Bread (+5)
- VEGGIE WRAP** \$ 12  
House Pickles - Cashew Butter Sesame Dressing
- SEXY SHRIMP COCKTAIL** \$ 15  
Shrimp - Cachucha Pepper Paste - Avocado
- TUNA CASSAVA TOSTADA** \$ 18  
Cassava Tostada - Tuna Carpaccio - Onion Ceviche
- CARIBBEAN CEVICHE POKE** \$ 17  
Fish - Coconut Leche de Tigre  
Sushi Rice - Crispy Corn
- BEEF TARTARE** \$18  
Smoked beef tenderloin tartare with black garlic - Garlic emulsion - Parmesano - fresh leaf bouquet - aromatics  
**LIMITED QUANTITIES**

## HOT ENTREES!

- CALDITO PHO(BROTH)** \$ 7  
Chicken Broth - Lemon - Hot Sauce
- OG FISH EMPANADAS** \$ 8  
2 Empanadas - Curried Fish - American Cheese - Chimichurri - LQH S
- CORN PANAMANIAN TORTILLA** \$ 16  
Melted cheese - chorizo - roasted onions - chimichurri
- PREGNANT CORN BOLLO** \$ 14  
Corn bollo - Octopus - Sour Cream - Creole Sofrito
- MONDONGO (TRIBE)** \$ 15  
Tripe - Troter, Tail and Pork Chorizo with a side of Coconut Rice
- SEXY CLAMS** \$ 18  
Clams - Garlic - Squash - Chili Crunch Cashews  
**ADD-ON:** Coconut Rice (+\$6) or Bread (+5)  
**VEGGIE OPTION:** Mushrooms instead of clams

## MAINS!

### A.P.C (FOR 2-3 PAX)

*Panamanian Slang for Rice Beans and Meat*  
**Choose your Steak** - Sexy Beans and Bone Marrow Sauce - White Rice with concolon - Seasonal Salad - Sweet Plantains  
**SKIRT STEAK (12oz)** \$ 55

**LOBSTER ONE POT** \$ 58  
Lobster - Caribbean Rice with Octopus, cod, shripms and Pig Tail - Base Sauce

**PIG LEG SANDWICH** \$ 16  
Pig Leg - Chayote Pickle - Alioli  
Guandu Hummus

**BEEF GUACHO** \$ 18  
Rice and Beans - Criollo Stew - Poached Egg - Cassava

**LQH FRIED CHICKEN** \$ 19  
2 pieces - Mashed potatoes with gravy - Buffalo Sauce - Kimchi

**LQH CACIO E PEPE** \$ 24  
Penne Pasta - Beef Tongue Bites - Fried Wontons - Sweet Plantain

**HALF GRILLED OCTOPUS** \$ 38  
Grilled Octopus and Veggies - Green Curry - Coconut Rice  
**FULL ORDER FOR 2PAX:(\$68)**

**CARIBBEAN PRAWNS** \$ 36  
Whole Prawns - Caribbean Sauce  
**CHOOSE:** Coconut Rice or Tajadas

**ROASTED CATCH OF THE DAY** M/P  
Whole Fish - Tasajo Marinade - Fresh Salad  
**CHOOSE:** Coconut Rice or Patacones  
**TAKES UP TO 20 TO 40 MINUTES**

## LO QUE HAY SWEET!

**FLAN** \$ 11  
Flan - Smoked cream  
**ADD ON:** Pedro Mandinga Rum(+3\$)

**RASPAO' EN PAILA (SHAVE ICE)** \$ 11  
Choose syrup - Powdered Milk - Condensed Milk  
**ADD ON:** Extra Syrup or sugar cane honey (+\$2)

**RUM CAKE** \$ 15  
Brioche embedded in spiced rum - Vanilla ice cream from Madagascar

We kindly deny any changes on the menu :)



# LO QUE HAY PA' BEBER!

BEBIDAS QUE HABLAN DE PANAMA

## LOS TWISTS QUE HAY!

HOUSE COCKTAILS

### CACHETE DE CHOLA \$ 12

Bulleit Bourbon - Ron Añejo -  
Mix cítrico - Jarabe de Saril  
- Hierba Buena

### EL REMEDIO DE BETITO \$ 12

Chivas Regal 12 Años - Jarabe Miel  
- Agua de Jengibre y Romero- Limón

### MARGARITA DE TAMARINDO \$ 14

Patron Silver - Mezcal 7 Misterios  
- Tamarindo y Raspadura - Limón

### APEROL NOMADA \$ 12

Aperol Sacudido (Caribeño) -  
Prosecco - Soda de Mango

### FRESAS CON CREMA \$ 12

Seco Herrerano - Crema de Fresas -  
Jarabe de Fresas - Gota Citricas

### EL COMANDANTE \$ 12

Seco Herrerano - Piña y Cardomomo -  
Jugo de Limón Persa

### DUENDE VERDE \$ 6

Limón - Albahaca - H. Buena y Soda

### ATARDECER EN VENAO \$ 6

Mix Cítrico sacudido en culantro  
H. Buena - Granadina de Saril

### TEPACHE \$ 6

Tamarindo - Piña y Especies

### LIMONADA CON H. BUENA \$ 6

Sin H. Buena (\$ 4)

## MOCKTAILS Y JUGOS

BEBIDAS SIN ALCOHOL

## LQH DRAFT SPECIALS

BEBIDAS CARBONATADAS

### KOMBUCHA ILEGAL \$ 9

Vodka Absolut - Kombucha de  
Naranja y Cúrcuma - Jugo de  
Maracuya

### LO QUE HAY ICED TEA \$ 10

Patrón Silver - Beefeater -  
London Dry - Havana Club -  
Absolut Vodka - Iced Tea

### MARTINI DE LA CHANTS \$ 10

Ketel One Vodka - Lychee - Kalamata

### NEGRONI CAO \$ 10

Tanqueray 10 - Cacao - Vermouth -  
Tropical Campari

### DAIQUIRI DE LA JUNGLA \$ 10

Pedro Mandinga Silver - Limon -  
Banana - S. Salina

### MOJITO \$ 10

Pedro Mandinga Silver - Azucar - H.  
Buena - Limón

### BRAMBLE TROPICAL \$ 10

Beefeater London Dry Gin - Creme de  
Cassis con Maracuya - Limón

## CLASSICS CON TWIST

CLASSICS NEVER DIE