



NOS TAPAS GOURMANDS

Des assiettes à partager... ou pas !

Le foie gras de canard «IGP Sud Ouest»
(20gr) Mi-cuit, au torchon, fraise et petits pois.
8€

Le Saumon fumé par nos soins
(50gr), tarte fine aux asperges.
10€

Le Tataki
Thon rouge (100gr), chutney de mangue.
12€

L'huître n°3 "Bouzigues"
Famille Caussel.
2€50 la pièce / 12€50 les 6 / 20€ les 12

Le Chèvre
Chaud, croustillant et châtaignes.
5€

Les Caillettes
Tièdes, pain croustillant.
5€

Chorizo Ibérique Bellota
(50gr) Nourri aux glands.
6€

Le Poulet Français
Mariné au tandori, pané, mayonnaise au saté
11€



NOTRE MENU À 32€90

Le foie gras de canard «IGP Sud Ouest»

Mi-cuit, au torchon, fraise et petits pois.

Le Saumon fumé par nos soins

Tarte fine aux asperges.

Les 6 Huîtres n°3

Famille Causse «Bouzigues».

* * *

Nos poissons sauvages

au choix (voir la carte).

Nos viandes sélectionnées

au choix (voir la carte)

Le filet de boeuf de Lozère race «Aubrac» BIO (+6€)

Rossini, légumes et frites maison.

La côte de Boeuf "Lozère Aubrac" BIO (+10€)

(~500g) Grillée, condiment moutarde / échalotte / estragon, légumes et frites maison.

Nos Burgers

Au choix (voir la carte).

Nos Pad Thai

Au choix (voir la carte).

Le Homard

(sur commande - supplément selon prix du marché)

Breton ou canadien.

* * *

Chèvre fermier ou dessert au choix

(voir la carte).



NOS POISSONS SAUVAGES

La Brandade maison

Croustillante, légumes printaniers, basilic / citron.

23€

Le Poulpe fondant et Gambas

Risotto parmigiano, chorizo doux / olives noires.

28€

Le Thon rouge

Servit saignant, légumes wok et frites maison,
mayonnaise au saté.

24€

Le Homard (sur commande) supplément selon prix du marché

Breton ou canadien.



LE MENU ENFANT

1 plat au choix + 1 dessert au choix (1 sirop offert)

13€

Hâché de boeuf de Lozère race «Aubrac» (100gr)
ou Nuggets de poulet Français (100gr)
ou Cheeseburger (100gr)
Accompagné de frites maison.

2 boules de glace / Compote de pommes «Pom'potes»



NOS VIANDES SÉLECTIONNÉES

Le Boudin noir "Lozère"

Aux pommes, pomme tapée.

23€

Le Mignon de porc "Aveyron"

Roquefort, noix, poire rôtie, frites maison.

24€

Le Boeuf incroyable de Boris et Nadège "Lozère Aubrac" BIO :

Le tartare

Préparé façon César, frites maison.

23€

Le filet

Rossini, légumes et frites maison.

35€

La côte de Boeuf

(≈500g) Grillée, condiment moutarde / échalotte /
estragon, légumes et frites maison.

39€





NOS PADS THAÏ

Nouilles de riz sautées aux légumes wok,
coriandre, cacahuètes, cebettes, combava, soja gourmand

Filet de poulet "Français"

Basse température puis grillé par nos soins.

18€

Thon rouge "Tataki"

24€

Poulpe fondant et Gambas

28€

Filet de Boeuf "Lozère"

31€ (+5€ menu)



NOS BURGERS

Avec ou sans pain... et pourquoi pas ?

Love Cheddar

Haché de boeuf de Lozère race «Aubrac» BIO,
bacon grillé, oignons frits, cheddar, cheddar, cheddar...,
frites maison et salade verte.

19€

Le Bur-cos «Cévenol»

Hâché de boeuf de Lozère race «Aubrac» BIO,
mayonnaise aux cèpes, roquette et châtaignes,
tacos chèvre / miel, frites maison et salade verte.

19€

Le Tataki

Tataki de thon rouge au sésame, wok de légumes,
mayonnaise au saté, frites maison et salade verte.

24€

Le Bollywood

Poulet «Français» croustillant mariné Tandoori,
ketchup de mangue aux cacahuètes, wok de légumes,
frites maison et salade verte.

18€



NOS GRANDES SALADES

Cévenole

Tacos chèvre / miel, caillettes tièdes,
châtaignes et salade composée.

17€

Tataki

Tataki de thon rouge au sésame, salade croquante
et wok de légumes, vinaigrette au saté.

22€

Bollywood

Poulet «Français» croustillant mariné Tandoori,
chutney de mangue, brioche, cacahuètes,
menthe, vinaigrette au curry.

18€



NOS POKÉS BOWL

Sur base de quinoa rouge, pousses de soja, carottes, oignons rouges, concombres, betteraves chuigga, radis, avocat, cranberries, amandes éfilées, pommes nashi, chutney de mangue et vinaigrette gourmande.



Filet de poulet français

Basse température puis grillé par nos soins.

18€



Saumon fumé par nos soins

20€



Thon rouge "Tataki"

22€



Poulpe fondant et Gambas

28€





NOS DESSERTS «MAISON»

Le dessert du jour

5€

Les fraises

Comme une île flottante

7€

La tarte citron meringuée

Maison, comme le reste...

7€

La châtaigne de nos Cévennes AOP

Déclinaison de texture.

7€

Millefeuille chocolat / pistache

7€

Café, thé ou Get gourmand

Assortiment de desserts.

8€

Fromage de chèvre fermier

4€



NOS GLACES

6,50€

Cévenole

3 boules de vanille, crème de marron «Valade», chantilly.

Limoncello

3 boules sorbet citron, Limoncello.

Bounty

3 boules coco, chocolat chaud, chantilly.

After Eight

3 Boules de menthe aux copeaux de chocolat, chocolat chaud, chantilly.

Boule de glace

Nos parfums : Vanille, chocolat, noisette, coco, menthe, fraise, citron, mangue, ananas.

2€

Retrouvez-nous sur



@lerabelais



@rabelais.ales