

# NOS TAPAS GOURMANDS

*Des assiettes à partager... ou pas !*

**Le foie gras de canard «IGP Sud Ouest»**  
(25gr) Mi-cuit, au torchon, melon et muscat.  
**12€**

**Le Thon rouge**  
(100gr) en tataki, 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 Karaage**  
"Poulet frit japonais à partager"  
**11€**

**L'Encornet**  
En céviche, coriandre et combava  
**12€**



## NOTRE MENU À 33€90

### **Le foie gras de canard «IGP Sud Ouest»**

Mi-cuit, au torchon, melon et muscat.

### **Le Thon Rouge**

En tartare, aubergine, tomate, olives noires.

### **Les 6 Huîtres n°3**

Famille Causse «Bouzigues».

\* \* \*

### **Nos poisson et crustacés**

au choix.

### **Nos viandes sélectionnées**

au choix.

### **Nos Burgers "signature"**

Au choix.

### **Nos Pads Thai**

Au choix.

\* \* \*

**Chèvre fermier ou dessert au choix.**



## NOS POISSONS ET CRUSTACÉS

### L'Encornet

Tentacules grillées, wok de légumes croquants,  
crème de piquillos.

**25€**

### La Lotte

Snackée, curry coco, Dahl de lentilles corail,  
condiment rouille.

**28€**

### Le Homard vivant (+20€ menu)

au beurre de corail, garniture au choix.

**58€**



## 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

## **L'Araignée de porc**

Grillée, jus thym/olives, pomme tapée,  
légumes grillés.

**21€**

## **Le Canard "IGP Sud Ouest"**

Aiguillette et cœur servi rosé, houmous Tarbais,  
condiment amandes/abricot, frites maison

**25€**

## **Le Taureau "AOP Camargue"**

En tataki, condiment tigre qui pleure,  
wok de légumes et frites maison.

**26€**

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

### **Le filet (+6€ menu)**

Rossini, légumes et frites maison.

**35€**

### **La côte de Boeuf (+10€ menu)**

(≈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

**Poulet mariné aux agrumes**  
**18€**

**Thon rouge "Tataki"**  
**24€**



## NOS BURGERS "SIGNATURE"

*Made in Rabelais, la fusion d'un burger et d'un tacos*

**Le Bur-cos «Cévenol»**

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

**20€**

**Love Cheddar**

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

**20€**



## NOS BOWLS

Riz rouge de Camargue, pousses de soja, carottes, oignons rouges, concombres, betteraves chioggia, radis, avocat, cranberries, amandes éfilées, pommes nashi, chutney de mangue et vinaigrette gourmande.



**Buddha bowl au thon rouge**

**22€**



**Poké bowl au poulet mariné aux agrûmes**

**18€**



## NOS GRANDES SALADES

### **Cévenole**

Tacos chèvre / châtaignes, miel de châtaigners, caillettes tièdes, châtaignes grillées et salade composée de saison.

**17€**

### **La César "Karaage"**

Poulet «Français» "Karaage", parmesan, bacon, oeuf dur, vinaigrette Goma.

**18€**





## NOS DESSERTS «MAISON»

**Le dessert du jour**

**6€**

**Les fraises**

Comme une île flottante

**8€**

**Le chocolat**

croquant, crémeux, fondant,  
soupon de fruits rouges

**8€**

**La châtaigne de nos Cévennes AOP**

Déclinaison de texture.

**8€**

**Le millefeuille**

Abricot / tonka

**8€**

**Café, thé ou Get gourmand**

Assortiment de desserts.

**9€**

**Fromage de chèvre fermier**

**4€**

# NOS GLACES

## 7€

### Cévenole

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

### Mojito

3 boules sorbet mojito, Rhûm ambré.

### Fraise Melba

2 boules sorbet fraise, 1 boule vanille, fraise et chantilly.

### Glaces et Sorbets

**2€ la boule**

Glaces : vanille, chocolat, noisette, menthe.

Sorbet : fraise, citron, mangue, ananas, mojito.



Retrouvez-nous sur



@lerabelais



@rabelais.ales