



Bienvenue !

Nous achetons seulement du poisson frais, en priorité aux pêcheurs locaux ou des criées toutes proches.

Notre carte change au fil des semaines, suivant les arrivages, les produits de saison et les envies du Chef.

Les quantités sont limitées. Merci de votre compréhension lors que l'un de nos plats n'est plus disponible.

Nos plats et desserts sont SANS GLUTEN. Il peut y avoir quelques exceptions, notamment le pain servi à table préparé par notre boulanger local Alain Bernard. Nous proposons du pain sans gluten fait maison à 1€50 sur demande.

Veuillez nous signaler lors de la commande les intolérances ou allergies. Nos recettes sont complexes et peuvent contenir des aliments ou épices allergènes non cités. Voir liste.

Au plaisir de vous recevoir !



Prix TTC- Service Compris. Moyens de paiement acceptés : Visa, Master Card, American Express, ANCV, Espèces. Les Chèques bancaires ne sont pas acceptés. Titres restaurant cartes uniquement.



Nos Menus.

Les samedis soirs, dimanches midis et jours fériés : nous travaillons exclusivement les menus en 2 temps, 3 temps et le Menu Dégustation.

Menu « Du Midi » (les déjeuners, hors dimanches midis).	22€+tc
Menu « En semaine » (hors samedis soir et dimanches midis).	35€+tc
Menu en 2 temps : Entrée + plat	40€+tc
Menu en 3 temps : Entrée + plat + dessert	55€+tc
Menu Dégustation en 5 temps. (Pour l'ensemble de la table)	67€+tc

Enfants :

Petits enfants -8 ans :	12€
Filet de 50gr viande ou 50gr poisson, pommes de terre grenailles (fr)	
Enfants 9-12 ans :	17€
Filet de 100gr poisson ou Viande grillée (fr) 100gr et pommes de terre grenailles	
Glaces enfants (optionnel) :	
Vanille, fraise, chocolat	3€/la boule

Service de beurre 40gr : 0.50€

Supplément sauces : 1.00€

Pain sans gluten fait maison : 1.50€

Veuillez nous signaler lors de la commande les intolérances ou allergies. Nos recettes sont complexes et peuvent contenir des allergènes. Voir liste. Nos Plats et desserts sont SANS GLUTEN. A l'exception du pain de boulanger servi à table. Nous proposons du pain sans gluten fait maison à 1€ sur demande. Lors des repas partagés, la direction pourrait demander une participation de 5€/ convive supplémentaire. PRIX TTC - SERVICE COMPRIS. *surgelé.

Menu en 3 temps 55€

Entrée + plat + dessert.

ENTREES au choix.

ou

Ceviche de poisson selon arrivage, crémeux d'asperges, jaunes d'œufs au citron d'Okinawa.

Ou

3 Coquilles St Jacques (fr) snackées au verjus, feuilles printanières (moutarde, mizuna)

ou

Huitres spéciales n°2 crues

Ou

Huitres gratinées à la crème d'anguilles de Gruissan.

PLATS au choix.

Pavé de Barbu (atl) cuit à l'arête, sauce hollandaise aux œufs de poisson et algue dulse.

ou

Filet de Bœuf (fr) 180gr, sauce poivrade et pommes de terre mitrilles

DESSERTS MAISON au choix.

Colonel au Sorbet citron façon Grog (citrons locaux non traités, gingembre, verveine, rhum).
Arrosé de 2cl. de vodka de Montpellier distillation de marc de raisin.

Baba aux mures sauvages. Gâteau sans gluten imbibé, mures infusées au sirop alcoolisé

Carotte cake épicé cannelle, gingembre, glace maison vanille de Madagascar, confiture pommes de terre douce aux agrumes et crème fouetté au thé vert matcha.

Fromages de Laiterie Marzac. Artisan Fromager. Occitanie. Vache, chèvre, brebis.

Veillez nous signaler lors de la commande les intolérances ou allergies. Nos recettes sont complexes et peuvent contenir des allergènes. Voir liste. Nos Plats et desserts sont SANS GLUTEN. A l'exception du pain de boulanger servi à table. Nous proposons du pain sans gluten fait maison à 1€ sur demande. Lors des repas partagés, la direction pourrait demander une participation de 5€/ convive supplémentaire. PRIX TTC - SERVICE COMPRIS. *surgelé.

Menu «En semaine » 35€

Menu servi selon disponibilités.

Hors samedis soir et dimanches midis.

Entrées au choix :

Couteaux grillés à la plancha, condiment au gomasio (tournesol, courge).

Ou

Escargots Petits Gris (fr) sauce aioli aux amandes, chair à saucisse et veau haché.

Ou

Focaccia et mousse de fromage de chèvre, salade d'herbes.

Plats au choix:

Moules à la Cataplane pour 2 pers, pommes de terre grenailles frites. (700gr de moules (es), 6 mini ribs de cochon (fr) fumés BBQ, crevettes sauvages de méditerranée, coriandre, oignons, ail, poivrons).

Ou

Cassoulet de Seiche, Poulpe de Gruissan et saucisses de Toulouse, haricots mogettes.

Ou

Tripes à l'inspiration « pieds et paquets à la marseillaise » : tranche grillée de panse de brebis farcie à l'agneau haché, sauce provençale.

Desserts au choix :

Omelette Norvégienne sorbet maison à l'orange vulcania (hybride cédrat/orange amère).

Ou

Assortiment de fromages.

Veuillez nous signaler lors de la commande les intolérances ou allergies. Nos recettes sont complexes et peuvent contenir des allergènes. Voir liste. Nos Plats et desserts sont SANS GLUTEN. A l'exception du pain de boulanger servi à table. Nous proposons du pain sans gluten fait maison à 1€ sur demande. Lors des repas partagés, la direction pourrait demander une participation de 5€/ convive supplémentaire. PRIX TTC - SERVICE COMPRIS. *surgelé.

Menu en 2 temps 40€

Entrée + plat

ENTREES au choix.

Couteaux grillés à la plancha, arrosés d'un bouillon de cochon à la coriandre vietnamienne, parsemé de quelques haricots mogette.

ou

2 Coquilles St Jacques (fr) snackées au verjus, feuilles printanières (moutarde, mizuna

ou

Escargots Petits Gris (fr) sauce aioli aux amandes, chair à saucisse et veau haché.

Plats au choix:

Filet de Muge de Gruissan sauce poutargue et riz à l'encre de seiche, épices boisées.

Ou

Seiche de Gruissan, sautée à la plancha et wok de choux braisés, aillet, cébettes, ciboulette, ail.

Ou

Rouille de Poissons pour 2 pers : Baudroie de Méditerranée, Grondin, moules cuits à l'étouffé. Accompagné de pommes de terre.

Desserts en supplément 10€

Veillez nous signaler lors de la commande les intolérances ou allergies. Nos recettes sont complexes et peuvent contenir des allergènes. Voir liste. Nos Plats et desserts sont SANS GLUTEN. A l'exception du pain de boulanger servi à table. Nous proposons du pain sans gluten fait maison à 1€ sur demande. Lors des repas partagés, la direction pourrait demander une participation de 5€/ convive supplémentaire. PRIX TTC - SERVICE COMPRIS. *surgelé.

LA CARTE ENTREES.

- Couteaux grillés à la plancha, arrosés d'un bouillon de cochon à la coriandre vietnamienne, parsemé de quelques haricots mogette. 17€
- Ceviche de poisson selon arrivage, crémeux d'asperges, jaunes d'œufs au citron d'Okinawa. 17€
- 6 Huitres spéciales Camargue n°2. 18€
- 4 Huitres spéciales Camargue n°2. gratinées à la crème d'anguilles 18€
- 3 Coquilles St Jacques (fr) snackées au verjus, feuilles printanières (moutarde, mizuna) 21€
- Escargots Petits Gris (fr) sauce aioli aux amandes, chair à saucisse et veau haché. 17€
- Inspiration « pieds et paquets à la marseillaise » : tranche de panse de brebis farcie à l'agneau haché et aux pieds d'agneau, sauce provençale. 16€

PLATS.

Plats en direct 30 min minimum de préparation.

Autres poissons d'arrivage sur ardoise.

- Filet de Muge de Gruissan sauce poutargue et riz à l'encre de seiche, épices boisées. 27€
- Pavé de Barbu (atl) cuit à l'arête, sauce hollandaise aux œufs de poisson et algue dulse. 30€
- Seiche de Gruissan, sautée à la plancha et wok de choux braisés, aillet, cébettes, ciboulette, ail. 28€
- Filet de Bœuf (fr) 180gr, sauce poivrée et pommes de terre mitrilles. 32€

DESSERTS MAISON.

- Colonel au Sorbet citron façon Grog (citrons locaux non traités, gingembre, verveine, rhum).
Arrosé de 2cl. de vodka de Montpellier distillation de marc de raisin. 12€
- Baba aux mures sauvages. Gâteau sans gluten imbibé, mures infusées au sirop alcoolisé 12€.
- Carotte cake épicé cannelle, gingembre, glace maison vanille de Madagascar, confiture pommes de terre douce aux agrumes et crème fouetté au thé vert matcha. 12€
- Fromages de Laiterie Marzac. Artisan Fromager. Occitanie. Vache, chèvre, brebis. 12€