

Pour commencer ...

La roquette : En salade, artichaut, asperges, tomates séchées, féta et bacon rôti 10€

Le thon: En tataki, marmelade à la tomate, roquette et parmesan 11€

La tomate: En gaspacho, guacamole et sorbet tomate basilic 9€

L'artichaut: A la brousse de brebis aux herbes, jeunes pousses, roquette et tomate séchée 10€

Le bœuf: En carpaccio, vinaigrette aux condiments, roquette et parmesan 9€

...l'assiette estivale du Bocal... 14€ (sup 3€ dans le menu-carte)

Déclinaison de nos entrées : Roquette et asperges, melon au jambon, artichaut à la brousse, gaspacho de tomate et guacamole, tataki de thon

... les poissons...

La lotte: En brochette, bacon, jus de viande acidulé, ratatouille aux agrumes, bok choy 21€

La gambas: En brochette, jus de passion réduit, ratatouille aux agrumes, taboulé de quinoa 18€

... la parillada... 25€ (sup 3€ dans le menu-carte)

Assortiment de poissons : thon, gambas, lotte, saumon, juste snackés, ratatouille aux agrumes, taboulé de quinoa

... les pâtes...

Les ravioles: De Royan, légèrement crévés, copeaux de parmesan
13€

... les viandes...

Le magret: Rôti, hoy sauce, nem de pomme de terre, bok choy
18€

Le bœuf: Taillé dans le faux-filet, réduction de porto à l'échalote, écrasée de pomme de terre à l'huile d'olive et noisette, ratatouille orientale
21€

... l'assiette de fromage...

Fromage du pays, chutney de figues et roquette
6€

... pour terminer en douceur. 8€

La banane: En crème brûlée, sorbet chocolat

La framboise: Comme un tiramisu, cocktail à la framboise

Le chocolat: En 3 façons: moelleux, mikado, glace chocolat

Le melon: En gaspacho aux épices, sorbet melon

La pomme: En tarte tatin, émulsion à la pomme, glace vanille

Le Menu du moment 22€

La tomate : en gaspacho, taboulé de kinoa

Ou

Le bœuf : en carpaccio, roquette et parmesan

Le saumon : en pavé, jus de passion réduit, ratatouille aux agrumes

Ou

Le bœuf : taillé dans le rumsteack, sauce aux cèpes, écrasé de pomme de terre à l'huile d'olive et noisettes

Le chocolat : cuit moelleux, glace vanille

Ou

La banane : en crème brûlée, glace chocolat

Prix taxes et service inclus