

# CAP WEST

## Nos suggestions du moment

**A**sperges vertes, voile de Comté,  
Crème de morilles émulsionnée  
10€ (plat 20€)


**T**ataki de thon, graines de sésame et pavot,  
Algues wakamé et quinoa 11€ (plat 22€)

**S**alade de chèvre chaud, carottes croquantes,  
Vinaigrette au miel 9€ (plat 18€)

**O**euf bio poché, émulsion au Saint Marcellin,  
Jambon séché et croûtons 10€

**G**aspacho d'avocat, concombres,  
Pommes, graines bio et pickles (Vegan)  
9€ (plat 18€)

**F**ilet de lieu jaune poêlé, vierge de légumes  
Linguine au pesto 23€

**R**is de veau braisé au citron vert et gingembre,  
Légumes du moment 30€ 

**F**ilet de cabillaud poêlé, épinards tombés au  
Beurre et gnocchi maison 24€

**O**nglet de bœuf grillé, condiment chimichurri  
Pressé de pommes de terre snackées 25€

**F**aux-filet de veau cuit à basse température,  
Mousseline de carottes au cumin 24€

**T**artare de bœuf cru ou « César »  
Pommes sautées 21€

**A**ssiette de légumes de saison.(Vegan) 20€

**A**ssortiment de fromages 9€

**F**romage blanc  
« Maison Casa Baronessa » 7€

**P**avlova aux agrumes 9€

**T**artelette à la vanille de Madagascar,  
Noix de Pécan torréfiées 9€

**E**spuma au chocolat, opaline,  
Streusel cacao et cacahuètes 9€

**G**laces et **S**orbets 2€ la boule  
(chocolat, vanille, citron, fraise, pistache,  
caramel, passion)

**C**afé ou **T**hé gourmand  
3 Macarons « Bouillet » 9€

## NOS ENGAGEMENTS

Nos plats sont élaborés à partir de produits frais et de qualité.

Nous avons banni les produits issus d'espèces menacées, nous favorisons les produits écolabellisés, biologiques ou encore locaux.

Notre chef, Sylvain Gerboud saura s'adapter à votre régime alimentaire qu'il soit végétan, végétarien ou encore intolérance à un produit.

Tous nos déchets alimentaires sont triés, collectés et compostés localement grâce aux ALCHIMISTES

## LA FORMULE TENDANCE

La formule « **Les Tendances de la Semaine** » est élaborée par notre chef, Sylvain GERBOUD. Nous sélectionnons des produits frais et de qualité pour régaler vos papilles

Entrée + Plat + Dessert 28€      Entrée + Plat ou Plat + Dessert 24€

Plat seul 18€      Entrée ou Dessert 8€

**Menu des Juniors** (jusqu'à 12 ans) : Un plat + un dessert 13€

## LES TENDANCES DE LA SEMAINE

**F**ocaccia au pesto de roquette,  
Tomates et ricotta

**M**esclun de salade au saumon fumé,  
Radis, avocats et oranges

---

**F**ilet mignon de porc rôti à la sauge, crème de  
Champignons et gratin Dauphinois

**F**ilet de lieu noir poêlé, pamplemousse et  
Crevettes, julienne de légumes

---

**L**e fromage du moment

**P**anna cotta vanille, coulis de fraises à  
La menthe et crumble

**M**ousse au chocolat, chantilly et Spéculoos