

# CAP WEST

## Nos suggestions du moment

**Soupe de petits pois et fèves rafraîchis à la Menthe, burrata et pignons (Végétarien)**  
9€ (plat 18€)

**Tartare de thon et courgettes, vinaigre Calamansi, ricotta** 11€ (plat 22€)

**Salade César**  
(romaine, croûtons, poulet, parmesan, vinaigrette anchois)  
9€ (plat 18€)

**Ardoise régionale à partager**  
Petite 10€ Grande 20€

**Salade Végé**  
(nouilles chinoises, sauce thaï, carottes, courgettes, oignons rouges, cacahuètes)  
9€ (plat 18€)

**Filets de rougets poêlés, gel agrumes**  
Mousseline de fenouil 23€

**Gambas snackées, émulsion curry/coco**  
Et risotto parmesan 28€

**Pavé de saumon poêlé, salsa d'herbes fraîches**  
Crumble d'aubergines 24€

**Pavé de rumsteack Angus grillé, sauce tartare**  
Potatoes maison au four 25€

**Côtelettes d'agneau grillées au romarin,**  
Chèvre frais, noisettes et pommes grenailles 25€

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

**Assiette de légumes de saison (Vegan)** 20€

**Assortiment de fromages** 9€

**Fromage blanc**  
« Maison Casa Baronessa » 7€

**Abricots rôtis à la marjolaine,**  
Brioche perdue et crème fouettée 9€

**Sablé aux framboises, mousseline vanille**  
Et caramel beurre salé 9€

**Tartelette chocolat/coco** 9€

**Glaces et Sorbets** 2€ la boule  
(chocolat, vanille, citron, fraise, café, caramel, abricot, coco)

**Café ou Thé 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 ALCHEMISTES

## 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

**Gaspacho Andalou glacé**

**Mesclun de salade, jambon cru, radis,**  
noisettes et tomme de Savoie

**Sauté de veau aux légumes du moment**

**Filet d'églefin vapeur, beurre blanc**  
Mousseline de carottes au cumin

**Le fromage du moment**

**Soupe de melon, espuma à la verveine**

**Mousse au chocolat, streusel cacao et**  
Chantilly carambar