

# CAP WEST

## Nos suggestions du moment

 **Crème prise d'asperges vertes, huile**  
Aux Agrumes et crumble noisettes 10€

**Croque-Monsieur à la truffe et**  
Son mesclun de salade 10€

**Salade Lyonnaise 9€ (plat 18€)**  
(mesclun, lardons, croûtons et œuf poché)

**Saumon gravlax, céleri,**  
Pomme Granny et blinis 10€(plat 20€)

**Salade Végé 9€ (plat 18€)**  
(nouilles ramen, légumes croquants, oignons rouges, vinaigrette thaï, cacahuètes)

**Rôti de lotte aux épices Cajun,**  
Mousseline de patates douces 25€

**Pavé de merlu poêlé,**  
Risotto au pesto roquette et pistache 23€



**Poulpe snacké, houmous,**  
Chorizo et sauce vierge 27€

**Onglet de bœuf Angus, émulsion d'une**  
Béarnaise et potatoes maison 26€

**Pavé de gigot d'agneau pané moutarde et**  
Herbes fraîches, légumes du moment 26€

**Tartare de bœuf Charolais cru ou « César »**  
Pommes sautées 22€

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

**Assortiment de fromages 9€**

**Fromage blanc 7€**

**Mille-feuille désorganisé**  
En Transparence 9€

**Tartelette mangue/passion**  
Et praliné noix de pécan 9€

**Le « Choco-pop »**  
(crèmeux chocolat, ganache pop-corn,  
gavottes) 9€

**Glaces et Sorbets 2€ la boule**  
(chocolat, vanille, citron, fraise, café,  
caramel, poire, menthe-chocolat)

**Café ou Thé gourmand 9€**  
(mousse au chocolat, mille-feuille, tartelette)

## NOS ENGAGEMENTS

Notre chef, Sylvain Gerboud saura s'adapter à votre régime alimentaire qu'il soit végétan, végétarien ou encore intolérance à un produit. Nos plats sont élaborés à partir de produits frais et de qualité. Liste des allergènes sur demande

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

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



Recette Rebelle, Plat 100% végétal à base d'un légume de saison



Le coup du cœur du Chef

## 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 29€

Entrée + Plat ou Plat + Dessert 25€

Plat seul 19€

Entrée ou Dessert 8€

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

## LES TENDANCES DE LA SEMAINE

**Tartare de crevettes au citron vert**  
Et petits légumes

**Salade d'endives, Comté, jambon,**  
Pommes et noix

---

**Paleron de bœuf braisé aux oignons**  
Caramélisés, écrasé de pommes de terre

**Poisson de la criée, sauce vierge,**  
Poêlée de courgettes aux noisettes

---

**Le fromage du moment**

**Ananas poché aux épices douces,**  
Sorbet citron

**Coupe glacée chocolat,**  
Brownie maison, chantilly carambar