

# Le Potager du Marais



## Entrées et Hors d'œuvres

### Vegan Hors d'œuvres and Appetizers

Polage du jour <i>Vegetable Soup of the day</i>	8.00	
Purée de pois chiches <i>Chickpea puree</i>	8.00	
Salade verte <i>Green salad</i>	6.50	
Assiette de crudités <i>Raw vegetable plate</i>	8.00	
Pâté forestier <i>Mushroom pâté</i>	8.00	
Soupe à l'oignon gratinée <i>French onion soup</i>	9.50	
Pomme de terre rôtie, tapenade, pistou, graines germées et noisettes <i>Roast potatoe with olive tapenade, sprout and hazelnut pesto</i>	8.50	
Tourte aux légumes <i>Vegetable Pie</i>	13.00	
Crêpe de Sarrasin garnie <i>Buckwheat pancake with mushrooms and leek fondue</i>	12.00	
Tartare d'algues <i>Seaweed tartare</i>	10.00	

*Notre cuisine est faite maison – House made food*

*Nos produits sont naturels et issus de l'agriculture biologique – Our products are natural and organic*








*Sans gluten Gluten-free - Pain sans gluten sur demande Gluten-free bread upon request*

*Prix nets en euros, service inclus – Net prices in euros, service included*

## Salades Composées *Vegan Salad*

Salade de crudités <i>Raw vegetable salad</i>	16.00	
Salade de fromage chaud <i>Hot vegan cheese salad</i>	17.00	
Salade auvergnate tofu fumé, pommes rissolées, crudités, fromage, noix <i>Auvergne salad : smoked tofu, fried potatoes, raw vegetables, vegan cheese, walnuts</i>	18.00	

## Plats *Vegan Main Courses*

Croustillant du Potager à la sauce provençale ou champignons <i>Crusty quinoa burger with tofu and vegetables served with a choice of provençale or mushroom sauce</i>	16.50	
Croustillant du Potager gratiné au fromage et pistou <i>Crusty quinoa burger with melted vegan cheese and pesto</i>	18.00	
Poêlée de légumes au tofu fumé <i>Fried vegetable with smoked tofu</i>	16.50	
Lasagnes aux épinards et éclats de noix gratiné au fromage <i>Spinach-walnut lasagna with melted vegan cheese</i>	17.50	
Bourquignon de seitan <i>Seitan stew with red wine and mushrooms</i>	18.00	
Surprise d'aubergine <i>Stuffed eggplant with tomatoe, vegan cheese and basil</i>	17.50	
Cassoulet de la mer gratiné aux noisettes <i>Pink lentils with smoked tofu, fresh seaweed and fennel grated with hazelnuts</i>	17.00	
Roulé de lupin à la florentine et aux champignons, sauce poivre vert <i>Rolled lupine bean roast with spinach and mushrooms, green pepper sauce</i>	18.00	
Accompagnement au choix (sauf pour les lasagnes) : riz thaï demi complet aux amandes ou sarrasin ou pommes de terre écrasées à l'ail et huile d'olive Served with a choice of half brown rice with almonds or buckwheat or mashed potatoes with garlic and olive oil (except Lasagna)		

*Nos produits sont naturels et issus de l'agriculture biologique – Our products are natural and organic*



*Sans gluten Gluten-free - Pain sans gluten sur demande Gluten-free bread upon request*

*Prix nets en euros, service inclus – Net prices in euros, service included*

## Suppléments Extras

Assiette d'un accompagnement (riz, sarrasin ou pommes de terre) <i>Plate of half brown rice with almonds or buckwheat or mashed potatoes with garlic and olive oil</i>	6.00
Sauce au choix : champignons, provençale, pistou, poivre vert <i>Choice of sauce : mushrooms, tomatoe, pesto, green pepper</i>	1.00
Olives ou Pignons de pin et noix <i>Olive or Pine nuts with walnuts</i>	1.50

## Desserts et Pâtisseries Vegan desserts and Pastries

Tarte Tatin <i>Caramelized upside-down apple tart</i>	8.50	
Mousse au chocolat <i>Chocolate mousse</i>	7.00	
Crème brûlée aux abricots <i>Crème brûlée with apricot</i>	8.50	
Gâteau aux carottes et aux noix <i>Carrot cake with walnuts</i>	8.50	
Crumble aux fruits rouges <i>Red berry crumble with chestnut flour</i>	8.50	
Moelleux au chocolat <i>Chocolate cake with chestnut flour and vanilla custard</i>	8.50	

*Notre cuisine est faite maison depuis 2003 – House made food since 2003*

*Nous n'utilisons aucun produit d'origine animale – We don't used any animal product*

*Nos produits sont naturels et issus de l'agriculture biologique – Our products are natural and organic*



*Sans gluten Gluten-free - Pain sans gluten sur demande Gluten-free bread upon request*

*Prix nets en euros, service inclus – Net prices in euros, service included*



## Boissons fraîches *Fresh Vegan drinks*

Eau plate 50cl Eau gazeuse 50cl <i>Fresh mineral water 50cl</i>	4.00
<b>Cocktails fraîchement pressés 28cl</b> <i>Homemade fresh cocktails</i>	7.00
Cocktail de fruits Agrume, pomme <i>Citrus fruits and apple</i>	
Cocktail pomme carotte <i>Apple carrot</i>	
Cocktail de légumes carotte, betterave céleri <i>Carrot, beet, celery</i>	
Cocktail vital yaourt parfumé, orange, carotte <i>Flavoured yogurt, orange, carrot</i>	
Cocktail tonique gingembre, pomme, carotte <i>Ginger, apple, carrot</i>	
Cocktail dynamique gingembre, orange, carotte <i>Ginger, orange, carrot</i>	
<b>Jus fraîchement pressés 28cl</b> <i>Homemade fresh juice</i>	6.00
Orange orange, Carotte carrot, Pomme apple, Citron lemon, Pamplemousse or grapefruit	
Limonade ou Soda aux plantes 28cl <i>Lemonade or Plant soda 28cl</i>	4.00

## Boissons chaudes *Hot Vegan drinks*

Café Espresso	2.50	Chocolat à l'ancienne	6.00
Café aux céréales <i>Cereal coffee</i>	2.60	Old-fashioned hot chocolate	
Café noisette <i>Espresso with milk</i>	2.90	Infusion au choix :	5.00
Double café <i>Double Espresso</i>	4.00	marjolaine <i>marjoram</i> , menthe <i>mint</i> , tilleul <i>limetree</i>	
Café crème <i>Coffee with milk</i>	4.50	thym <i>thyme</i> , eucalyptus <i>eucalyptus</i> , verveine <i>verbena</i>	
Lait <i>Milk</i>	3.50	Thé au choix	5.00
Cappuccino	5.00	Vert Green , Roiboos rouge <i>red Roiboos</i> ,	
		Darjeeling, Earl grey, Ceylan	

*Notre cuisine est faite maison depuis 2003 – House made food since 2003*

*Nous n'utilisons aucun produit d'origine animale – We don't used any animal product*

*Nos produits sont naturels et issus de l'agriculture biologique – Our products are natural and organic*



*Sans gluten Gluten-free - Pain sans gluten sur demande Gluten-free bread upon request*

*Prix nets en euros, service inclus – Net prices in euros, service included*

