

Le Potager du Marais



Entrées et Hors d'œuvres

Vegan Hors d'œuvres and Appetizers

Potage du jour <i>Vegetable Soup of the day</i>	8.00	
Purée de pois chiches <i>Chickpea puree</i>	8.00	
Crème d'artichaut <i>Artichoke cream</i>	8.00	
Salade verte <i>Green salad</i>	6.00	
Assiette de crudités <i>Raw vegetable plate</i>	8.00	
Pâté forestier <i>Mushroom pâté</i>	8.00	
Soupe à l'oignon <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>	9.50	
Tartare d'algues <i>Seaweed tartare</i>	10.00	
Assiette de Tartinades (Purée de pois chiches, Pâté forestier, Crème d'artichaut et Tartare d'algues) <i>Tartinade Plate (Cheak peas purée, Mushrooms Pâté, Artichoke cream and Seaweed Tartar)</i>	15.00	

Salades Composées

Vegan Salad

Salade de crudités <i>Raw vegetable salad</i>	16.50	⊗
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

Crêpe de sarrasin garnie et crudités <i>Buckwheat Pancake stuffed with leek fondu, carrots and mushrooms</i>	14.00	⊗
Blanquette de soja à la citronnelle* <i>Soy protéin blanquette with lemongrass</i>	17.00	⊗
Poêlée de légumes au tofu fumé* <i>Fried vegetable with smoked tofu</i>	17.00	⊗
Lasagnes aux épinards et éclats de noix gratiné au fromage <i>Spinach-walnut lasagna with melted vegan cheese</i>	18.00	
Bourguignon de seitan* <i>Seitan stew with red wine and mushrooms</i>	18.00	
Boulettes de pois chiches sur sauce piquante* <i>Cheak peas balls on spicy sauce with vegetable</i>	18.00	⊗
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 à l'estragon* <i>Rolled lupine bean roast with spinach and mushrooms, tarragon sauce</i>	18.00	⊗

*Accompagnement au choix (sauf pour les lasagnes et la crêpe): riz demi-complet aux amandes ou quinoa ou pomme de terre Served with a choice of half brown rice with almonds or quinoa or Potatoes (except Lasagna and Buckwheat Pancake)

Suppléments

Extras

<i>Assiette d'un accompagnement (riz ou quinoa ou pomme de terre)</i> <i>Plate of half brown rice with almonds or quinoa or potatoes</i>	6.00
<i>Sauce au choix : coulis de poivron rouge, sauce pistou ou sauce à l'estragon</i> <i>Choice of sauce : red sweet pepper coulis, pesto sauce or tarragon sauce</i>	1.00
<i>Olive ou noix</i> <i>Olive or walnuts</i>	1.50

Desserts et Pâtisseries

Vegan desserts and Pastries

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

Notre cuisine est faite maison – House made food

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

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

⊗ *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 50 cl			4.00
<i>Fresh mineral water</i>				
Limonade ou Soda aux plantes 28cl				4.50
<i>Lemonade or Plant Soda</i>				
Pur jus bouteille 25cl		Smoothies bottle 25cl		5.00
Carotte	Carott	Nectar de kiwi	Kiwi nectar	
Pomme	Apple	Smoothie pomme, banane et myrtille	Apple banana and blueberry smoothie	
Raisins rouges	Red grape juice	Smoothie passion et mangue	Passion mango smoothie	
Jus fraîchement pressés 28cl		Homemade fresh juice		6.00
Orange	Orange			
Citron	Lemon			
Pamplemousse	Grapefruit			

Boissons chaudes

Hot vegan drinks

Café expresso	2.50	Chocolat à l'ancienne	Old-fashioned chocolate	6.00		
Café aux céréales	Cereal coffee	2.90	Infusion au choix	5.00		
Café noisette	Expresso with milk	2.90	marjolaine	marjoram, menthe	mint, tilleul	limetree,
Double café	Double expresso	4.00	thym	thyme, eucalyptus, verveine	verbena	
Café crème	Coffee with milk	4.50	Thé au choix	Tea	5.00	
Lait	Milk	3.50	Vert	green, Roiboos rouge	red roiboos	
Cappuccino		5.00	Earl grey, Ceylan			

Apéritifs

<i>Kir vin blanc 12cl</i>	<i>With white wine</i>	5.50
<i>Kir royal 12cl</i>	<i>With Champagne</i>	9.00
<i>Kir Breton 12cl</i>	<i>With cider</i>	5.50
<i>Porto 5cl</i>	<i>Porto</i>	4.50
<i>Pineau 5cl</i>		4.50

Champagne brut

Dry Champagne

<i>La coupe 12cl</i>	<i>Glass</i>	8.50
<i>La bouteille 75cl</i>	<i>Bottle</i>	65.00

Digestifs

Digestives

<i>Calvados, Cognac... 5cl</i>		9.00
--------------------------------	--	------

Vins

Wines

Vin de la maison

<i>12.5cl</i>	5.00
<i>25cl</i>	10.00
<i>50cl</i>	18.00
<i>75cl</i>	25.00

Vin Bio de nos régions

<i>12.5cl</i>	6.00
<i>25cl</i>	12.00
<i>50cl</i>	25.00
<i>75cl</i>	35.00

Voir nos ardoises

See chalkboard

<i>Bières 33cl</i>	<i>Beers</i>	5.50
<i>Cidre fermier brut</i>	<i>Cider</i>	
<i>12.5cl</i>		4.50
<i>25cl</i>		7.50
<i>50cl</i>		13.00
<i>75cl</i>		18.50