



www.restaurantlestran.com  
facebook.com/restaurantlestran

## Plats à Emporter

55 rue de saint Jean  
85 690 Notre Dame de Monts

02 51 58 86 48

## L'ENTRÉE : 9 €



- Terrine de saison voir ardoise
- Assiette de moules de Bouchot à la marinière (avec frites en formule)  
*selon arrivage en saison de la moules de Bouchot*
- Salade de Gésiers de dinde confits maison dans la graisse de canard
- Salade Vendéenne de Gralaïe & Jambon de Vendée grillé  
ou double Gralaïe sans jambon 
- 6 huîtres Vendée-Atlantique
- 6 langoustines (nombre exact selon taille) mayonnaise
- L'assiette de Bulots mayonnaise & « May' aioli »
- 1/2 crabe (tourteau ou araignée selon arrivage) mayonnaise
- + 5€ - 12 huîtres Vendée-Atlantique
- + 5€ - 12 langoustines (nombre exact selon taille) mayonnaise
- + 5€ - 1/2 crabe & 6 langoustines mayonnaise
- + 3€ - Assiette de Saumon Gravlax marinade sèche et confit maison,  
beurre & crème ciboulette
- + 4€ - 6 Huîtres chaudes « façon du Chef »
- + 4€ - Crevettes sauvages flambées au Whisky
- + 4€ - Œuf Cocotte au Foie Gras mi-cuit « au torchon »,  
crème aux cèpes & mouillettes à l'huile de noix
- + 5€ - Foie Gras mi-cuit « au torchon »  
Chutney d'oignons à la grenadine & confiture
- + 5€ - Salade du Gourmet Foie Gras mi-cuit « au torchon »  
& gésiers de dinde confits maison dans la graisse de canard
- + 5€ - Tandem de Saumon Gravlax & Foie Gras mi-cuit « au torchon »

## Menu Enfant (jusqu'à 10 ans)

à 10 €...plat + dessert à 13 € ....entrée + plat + dessert

\*\*\*\*\*

Petite terrine ou Salade de tomates ou crudités

\*\*\*\*\*

Steak Haché ou Filet de Poisson au beurre Blanc

ou 5 Pépites\* de filet de Poulet panées

Accompagné de légumes, frites, riz ou pâtes

\*\*\*\*\*

Petite Ile Flottante ou 1 boule de glace\* ou petit fondant au chocolat

ou Fromage blanc nature, coulis de framboises ou miel

## Menu Ado 18 € (jusqu'à 16 ans)

entrée + plat ou plat + dessert ou entrée + dessert

**Au choix dans la carte (suppléments) avec possibilités :**


7 Pépites\* de filet de poulet panées ou moules/frites\* ou double steak haché  
Servi à tous les services uniquement pour les enfants et les ados.

## FORMULE DU MIDI

Au choix dans la carte





20 € Entrée + Plat ou Plat + fromage ou dessert

sauf week-end & jours fériés

Tarif de base  aux suppléments



## LE PLAT : 15 €

- Assiette de légumes et /ou frites composez votre assiette 
- Aile de Raie au beurre câpres ou beurre blanc 
- Waterzooï bouillon de légumes crémé & filets de poissons pochés
- + 2€ - Filet de Sandre au beurre blanc
- + 2€ - Marmite du Pêcheur & sa mayoli -  
pot au feu de la Mer : légumes, coquillages & poissons
- + 5€ - Choucroute de la Mer au lieu fumé\*
- + 5€ - Fricassée de cuisses de Grenouilles en persillade 
- + 7€ - Brochette de St-Jacques crème aux cèpes au beurre blanc
- + 8€ - Sole Meunière
- Jarret de porc rôti à la bière 
- Mijoté de Lapin Chasseur
- + 5€ - Ris de Veau Braisé crème aux cèpes
- Pièce du Boucher grillée...voir ardoise
- + 4€ - Entrecôte grillée 200 - 250 gr
- + 8€ - Entrecôte XXL grillée 350 - 400 gr  
(sauce viande au choix servie à part : poivre, roquefort, échalotes ou cèpes)  
*Tous nos poissons sont servis garnis & nos viandes de frites\*  
ou d'un assortiment de légumes.*

## Le Chariot de Fromages servi à discrétion : 7 €

## Le Dessert : 7 €



- Coupe de Fromage Blanc nature, coulis de framboises ou au miel
- Ile Flottante crème anglaise à la gousse de vanille Bourbon
- Carpaccio d'Ananas frais mariné au sirop de gingembre - miel & sorbet\*passion
- Tarte Tatin sauce caramel au beurre salé & glace\*vanille
- Crème Brûlée à la gousse de vanille Bourbon
- + 2€ - Fondant au Chocolat crème anglaise à la gousse de vanille Bourbon
- + 2€ - Crème Brûlée arrosée à la liqueur de Cognac à l'orange
- + 2€ - Croquant aux Pommes sauce caramel au beurre salé & glace\*vanille
- + 2€ - Profiteroles 2 coques\* à choux, glace\*vanille & sauce chocolat ou caramel au beurre salé
- + 3€ - Nougat glacé au coulis de framboises
- + 3€ - Thé, Infusion ou Café « Gourmand » 1 boisson chaude + crème fouettée  
+1 p'tit bout de fondant au chocolat + 1 glace\*vanille +...(selon période)+ 5
- + 2€ - Dame Blanche 2 glaces\*vanille - sauce chocolat - crème fouettée
- + 2€ - Liégeois Café ou Chocolat 2 glaces\*- sauce - crème fouettée
- + 2€ - Estivale 1 sorbet\*passion - 1 sorbet\*pomme - coulis de framboises - crème fouettée
- + 2€ - Rocher 1 glace\*chocolat - 1 glace\*vanille - sauce caramel au beurre salé - crème fouettée
- + 2€ - Trou Normand 1 glace\* ou sorbet\* + 2 cl d'alcool
- + 2€ - Coupe arrosée 2 glace\* ou sorbet\* + 4 cl d'alcool  
Alcool au choix : Vodka, Calva, Champagne, Get 27, Kamok, Rhum blanc ou ambré,...
- Coupe de glace\*** la boule 3€50 + crème fouettée 2€ + sauce 2€  
Crème glacée\* : vanille, café, chocolat, rhum raisins, menthe, fraise  
Sorbet\* : pomme, passion, citron sorbet maison : framboise

Un couvert ou un plat partagé entraîne un supplément de 3 € 60. Tarifs TTC. Service compris.

## MENU MIDI & SOIR

Au choix dans la carte

Tarifs de base  aux suppléments

25 € Entrée + Plat + fromage ou dessert

30 € Entrée + Plat + fromage + dessert



# La Marée

Nos fruits de mer sont issus de l'élevage marin français.  
Ils ont aussi une saison !

Nous la respectons donc renseignez-vous avant de commander.

## Les Moules de Bouchot (Vendée ou Grand-Ouest)

→ La saison de la moule de bouchot française commence à la fin du printemps.

avec des Frites\* , riz ou légumes.....+ 2 €

- Moules Marinières au vin blanc ..... 10 €
- Moules à la Crème ..... 11 €
- Moules au Curry au lait de noix de coco et légumes ..... 11 €
- Moules Maraîchines à la crème et aux lardons ..... 12 €
- Moules au Roquefort ..... 13 €

## - Assiette Océane ..... 20 €

vinaigre échalotes - mayonnaise - beurre

3 Huîtres - 3 langoustines -  
crevettes marinées aux huiles parfumées - saumon gravlax

## - Assiette de L'Estran ..... 22 €

vinaigre échalotes - mayonnaise - « Mayo'li » - beurre

3 Huîtres - 3 langoustines - crevettes - coquillages  
- bulots - bigorneaux

## - Plateau de Fruits de Mer par personne ..... 32 €


vinaigre échalotes - mayonnaise - « Mayo'li » - beurre

5 huîtres - 5 langoustines - ½ crabe  
- crevettes - coquillages - bulots - bigorneaux


## - Uniquement sur commande : Homard

« à la Parisienne » ou grillé provenance et tarif à définir avec le Chef.

## Apéritifs avec alcool

Cocktail ..... 7 € 

- Américano Maison ( 10 cl ) (100 % teneur en alcool)
- Long Drink ( 10 cl ) Whisky Coca ou Vodka Orange (4 cl alcool)
- Rouge Baiser ( 10 cl ) pétillant /crème de griotte /amaretto (100 % teneur en alcool)
- Flamme Vendéenne (10 cl) pétillant /crème de pêche /liqueur de Cognac à l'orange (100 % teneur en alcool)
- Lisbeth ( 10 cl ) champagne /cocktail de jus de fruits /sirop de pamplemousse (5 cl alcool)
- Mojito ( 12 cl ) rhum /menthe fraîche /citron vert /sucre roux /eau gazeuse (5 cl alcool)
- Planteur ( 12 cl ) rhum /jus d'orange /sirop de sucre de canne (3 cl alcool)

Cocktail ..... 6 € 

- Apéritif maison ( 10 cl ) pétillant /jus de citron /sirop de sucre de canne /triple sec (6 cl alcool)
- Ti-Punch ( 7 cl ) rhum /citron vert /sirop de sucre de canne (5 cl alcool)

Vin 

- verre de Layon (liqueureux) ou Pigmentum (sucré, doux et frais) ( 12 cl ) ..... 6 €
- coupe de Pétillant ( 10 cl ) ..... 5 €
- coupe de Champagne Moutardier ( 10 cl ) ..... 8 €


Kir 

- Vin blanc ou Muscadet ( 7 cl ) ..... 3 € 50
- Breton ( 10 cl ) au cidre artisanal ..... 4 €
- Pétillant ( 10 cl ) ..... 5 € 50
- Royal ( 10 cl ) au champagne Moutardier ..... 8 € 50

→ Crème de mûre - pêche - cassis ou griotte  
→ Peu Alcoolisé avec un sirop :  
cassis - fraise - « gingembre & miel » maison  
cerise - violette - pêche - pamplemousse rose


## Whisky & Apéritif divers

- 2 cl Baby Ballantines ou Chivas ou Tullamor Dew ..... 4 €
- 4 cl Ballantines ou Chivas ou Tullamor Dew ..... 7 €
- Martini, Campari, Porto, Suze, Pineau rouge ou blanc, Guignolet (5 cl) ..... 4 €
- Pastis 51, Ricard ( 2 cl ) ..... 3 € 50
- Kiki Vendéen ( 5 cl ) : vin cuit apéritif épines noires, fruits rouges ou pêche ... 4 €


Bières 

- Warsteiner - blonde pression premium pils (Allemagne) ... 25 cl ... 4 € / ... 50 cl ... 7 €
- Spéciale Abbaye ou du moment ( 25 cl ) (France) ..... 25 cl ... 4 € 50 / ... 50 cl ... 8 €
- Mélusine bière Vendéenne Tradition bio ou Brune (33 cl Bt) ..... 4 € 50

## Apéritifs sans alcool

Mocktail ..... 6 € 


- Maison sans-alcool ( 10 cl ) limonade /pur jus de citron /sirop de triple sec
- Bisou ( 10 cl ) limonade /sirop de cerise /sirop d'amaretto
- Braise (10 cl) pétillant pomme /sirop de pêche /sirop de triple sec
- Bananatomic ( 12 cl ) pur jus d'orange /jus de citron /sirop de kiwi / sirop de banane
- Rose purple ( 12 cl ) pur jus de citron /limonade /sirop de violette / sirop de fraise
- Virgin Mojito ( 12 cl ) eau gazeuse /citron vert /sucre roux /menthe fraîche /sirop de rhum
- Punch aux Fruits ( 12 cl ) assortiments de pur jus de fruits /sirop de grenadine


Kir Armoricaïn 7 cl ..... 3 € 50 

Pétillant à la pomme artisanal Cidrerie « Maman »  
+ sirop au choix : fraise, cerise, pêche, cassis, violette, ...

## Apéritifs sans-alcool divers

- Pacific (2 cl ) ..... 3 €
- Bière sans-alcool (bouteille 25 cl) ..... 3 € 50

Jus & Sodas 

- Jus de Fruits  BIO ( 25 cl ) ..... 4 €  
orange - pomme - ananas - tomate ou multi fruits
- Fruits Pressés ( 20 cl ) ..... 5 € 50  
orange - pamplemousse rose - citron jaune ou vert
- Coupe de Pétillant à la pomme sans-alcool artisanal Cidrerie « Maman » (12 cl) ..... 4 €
- Oasis Tropical ( 25 cl ) ..... 4 €
- Coca-Cola ou Zéro ( 33 cl ) ..... 4 €
- Orangina ( 25 cl ) ..... 4 €
- Schweppes Agrumes ( 25 cl ) ..... 4 €
- Diabolo ( 25 cl ) limonade + sirop ..... 3 €
- Sirop à l'eau ( 25 cl ) ..... 2 € 50
- Perrier (33 cl) ..... 3 € 80
- Thé Glacé (25 cl) ..... 4 €

Sirop : grenadine - menthe - cassis - citron - fraise - pêche - violette - banane - kiwi  
orgeat - cerise - pamplemousse rose - « gingembre & miel » maison

Jus d'agrumes : citron jaune ou vert

Tranche : orange - pamplemousse rose - citron jaune ou vert

## labellisé TOURISME & HANDICAP

depuis 2015 pour les 4 déficiences

La carte est adaptée :

- photos des plats
- police d'écriture élevée
- pictogrammes
- informations
- mise à disposition de lunettes et loupe A4.
- possibilité de plats mouliné ou haché.



REPUBLIQUE FRANÇAISE



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération. Prix TTC. Service compris