

## ***MENU DU DEJEUNER***

*(Menu servi uniquement à midi – pour les moines, les convers et tous les autres ...)*

ENTREE + PLAT OU PLAT + DESSERT	25,00 €
ENTREE + PLAT + DESSERT	29,00 €
ENTREE + PLAT + FROMAGE + DESSERT	35,00 €

Fraîcheur d'asperges et courgettes, chèvre frais aux herbes de la ferme de Montagut,  
pois chiches grillés, vinaigrette aneth-coco

OU

Maquereau confit à l'anis, panna cotta de fenouil, toast de pain et huile au café

---

Suprême de poulet grillé, risotto de quinoa à la provençale,  
jus citron confit et gingembre \*\*

OU

Croustillant de lieu noir, riz vénéré au chorizo, calamars et safran,  
coulis de poivron rouge grillé

---

Assiette de fromages, confit de vin blanc à la badiane \*\*

---

Fraises marinées au poivre de Timut, chantilly mascarpone,  
sorbet fraise, tuile de meringue et gel citron vert \*\*

OU

Crèmeux chocolat noir, biscuit streusel amandes cacao,  
copeaux chocolat blanc aux pignons caramélisés

**\*\* sans gluten**

## **MENU DU PERE ABBE**

*(Même pendant le Carême...)*

ENTREE + PLAT + DESSERT 38,00 €

ENTREE + PLAT + FROMAGE + DESSERT 44,00 €

Tartare de daurade aux fraises,  
pomme granny smith et citron vert, coulis d'oseille \*\*

OU

Tiradito de bœuf (*fines tranches de bœuf marinées*),  
faisselle aux herbes et wasabi, légumes croquants

---

Gigot d'agneau confit 20h à basse température, croûte de Nori (*algues séchées*),  
gratin de blette au parmesan, jus au basilic

OU

Merlu grillé et sa marinière de coques, printanière de légumes,  
coulis d'épinard, flan d'artichaut Camus \*\*

---

Assiette de fromages, confit de vin blanc à la badiane \*\*

---

Rhubarbe confite, espuma chocolat blanc, biscuit sablé,  
tuile nougatine aux graines de sésame, vierge gingembre coriandre

OU

Mousse mangue et biscuit cuillère, sorbet noix de coco,  
perles du japon à la fève tonka, croustillant de fruits de la passion

**\*\* sans gluten**

**POUR LES NOVICES** (Menu « enfant » servi jusqu'à 12 ans)

13,50 €

Jambon Serrano

\*\*\*

Filet de poulet, purée de patates douces

OU

Filet de poisson, purée de patates douces

\*\*\*

1 boule de glace

**CARTE**

**ENTREES**

- Fraîcheur d'asperges et courgettes, chèvre frais aux herbes de la ferme de Montagut, pois chiches grillés, vinaigrette aneth-coco 11 €
- Maquereau confit à l'anis, pana cotta de fenouil, toast de pain et huile au café 12€
- Tartare de daurade aux fraises, pomme granny smith et citron vert, coulis d'oseille\*\* 17 €
- Tiradito de bœuf (*finas tranches de bœuf marinées*), faisselle aux herbes et wasabi, légumes croquants 17 €

## CARTE

### POISSONS (pour les jours maigres)

- Croustillant de lieu noir, riz vénéré au chorizo, calamars et safran,  
coulis de poivron rouge grillé 19 €
- Merlu grillé, printanière de légumes, coulis d'épinard,  
flan d'artichaut Camus, marinière de coques \*\* 21 €

### VIANDES (pour les jours gras)

- Suprême de poulet grillé, risotto de quinoa à la provençale,  
jus au citron confit et gingembre 19 €
- Gigot d'agneau confit 20h à basse température, croûte de Nori (*algues séchées*),  
gratin de blette au parmesan, jus au basilic \*\* 21 €

### FROMAGES & DESSERTS (Pour les jours de Fêtes...)

- Assiette de fromages, confit de vin blanc à la badiane \*\* 9 €
- Fraises marinées au poivre de Timut, chantilly mascarpone,  
sorbet fraise, tuile de meringue et gel citron vert \*\* 8 €
- Crèmeux chocolat noir, biscuit streusel amandes cacao,  
copeaux chocolat blanc aux pignons caramélisés 8 €
- Rhubarbe confite, espuma chocolat blanc, biscuit sablé,  
tuile nougatine aux graines de sésame, vierge gingembre coriandre 10 €
- Mousse mangue et biscuit cuillère, sorbet noix de coco,  
perles du japon à la fève tonka, croustillant de fruits de la passion 10 €

**\*\* sans gluten**