

LA CHAISE AU PLAFOND

Les citoyens en droit de savoir

Chers clients,

“C’est trop compliqué”. Combien de fois j’ai pu entendre ces mots, depuis que je défends cette idée toute simple, que les clients d’un restaurant doivent savoir ce qu’ils mangent. Compliqué, vraiment ? Pour moi, la transparence, c’est naturel. Ici, vous le savez, on n’a rien à cacher. Pour un brouillé, on casse des œufs, des œufs bio produits dans le Lot-et-Garonne dans la ferme de Damien Lalardy, livrés chaque semaine, dans leur coquille. Pourquoi me compliquer la vie à dissimuler la provenance des œufs que je casse pour une tarte alors que je peux tout exposer ? Pour un flan, le lait frais cru bio est celui de la ferme de Romain Chapolard à Mézin. Il en est fier, et moi aussi, j’en suis fier ! Pourquoi me priverais-je du plaisir de le dire, de l’écrire et de me répéter ? Et si cette transparence vous rassure, par dessus le marché, eh bien tant mieux.

Dans cette logique, j’ai plaidé auprès des pouvoirs publics pour aider tous les consommateurs à y voir clair. J’ai demandé que soit indiqué la nature des produits (surgelés, conserves, déshydratés...) et que soit également précisé si les plats étaient cuisinés sur place ou simplement réchauffés. Trop compliqué ! Vous l’avez compris : sous couvert de faire simple, les syndicats professionnels tenus par les gros de la restauration ont intoxiqué les politiques dans l’espoir de garder leurs mauvaises habitudes d’opacité. C’est ainsi qu’est né, en juillet 2014, le logo le plus bête depuis l’invention de la tarte tatin. Sous le vocable “Fait maison”, un restaurateur pouvait fourguer à ses clients une pâte feuilletée industrielle couverte de fraises surgelées, avec une crème anglaise réalisée à base d’œufs en bonbonne de 5 litres ! Une escroquerie d’Etat, cuisinée par les lobbies.

J’ai refusé d’appliquer cette règle stupide. Mais je n’ai pas baissé les bras. Ayant digéré ma défaite, j’ai repris le combat. Je suis retourné voir les pouvoirs publics. Et j’ai finalement, avec d’autres, obtenu une nouvelle définition du “fait maison”. Finalement, ce n’était pas si compliqué de faire simple. Depuis le 8 mai, tous les restaurateurs qui cuisinent normalement des produits crus dans leur établissement peuvent afficher le logo officiel représenté par une casserole recouverte d’un toit de maison. À la différence du label d’Etat “Maître Restaurateur” ou de celui de Ducasse “Restaurant de qualité”, le label “fait maison” est gratuit et ne nécessite aucun audit préalable. Les restaurateurs qui cuisinent des produits crus ont donc tout intérêt à l’apposer sur leur devanture ou sur leurs cartes et à se démarquer ainsi de ceux qui ne souhaitent pas répondre à l’attente légitime des consommateurs sur la transparence dans les assiettes.

Cette bataille est un cas d’école. Quand un industriel ou un législateur s’écrie: c’est compliqué, il faut se méfier d’abord, et lutter ensuite sans jamais lâcher le morceau, malgré les sarcasmes. Interdire les pesticides néonéoticoïdes, c’est compliqué ? Bien sûr, mais la mort des abeilles par traitement chimique, c’est aussi compliqué ! Nourrir les enfants avec des produits sains, c’est compliqué ? Oui, mais moins que de leur donner de sales habitudes et de les soigner ensuite tout au long de leur vie.

Bref, après le fait maison, il faut continuer sur cette lancée. Dans mes livres *Et si on se mettait enfin à table?* aux éditions Calmann-Lévy et *Denamur sur le grill* aux éditions In8, j’évoque quelques autres batailles tout aussi compliquées. Pour simplifier la fiscalité, l’entreprise, l’économie.

Citoyen, c’est compliqué. Peut-être. Mais ne pas l’être, ça l’est encore plus, alors à table!

Xavier Denamur

Sur www.cafeine.com lisez les premières pages des livres et visionnez gratuitement le film République de la Malbouffe en HD.

**Achetez ces livres ici et demandez
une dédicace au patron.
S'ils ne vous plaisent pas, ramenez-les,
vous serez remboursé.**



Tous nos plats cuisinés sont élaborés sur place essentiellement à base de produits bruts et frais.

Nous tenons à votre disposition la liste des allergènes présent dans notre carte.

En fonction des saisons, une partie de nos légumes et fruits frais bio provient de la ferme Les Plaisirs du Jardin située à 30 km de Paris. • Nos poissons frais sont issus de pêche durable sauf le saumon bio d'Ecosse. • Du mercredi au dimanche, pour nos préparations culinaires et nos boissons, nous utilisons du lait frais cru entier bio de la ferme Les Flots Blancs située à Mézin. • Tous nos fonds de tarte sont réalisés par nos soins à partir d'œufs bio de la Ferme Borde Haute située à Saint Jean de Thurac. • Chaque semaine, nous recevons deux palettes de fruits et légumes bio essentiellement du Lot et Garonne via la plateforme Biogaronne. • Retrouvez les adresses de nos fournisseurs au dos du menu ou sur www.cafeine.com. • Cette démarche éco-responsable permet de réduire au mieux notre empreinte écologique mais peut engendrer des ruptures de stock. Veuillez nous en excuser. •

Afin de limiter notre empreinte écologique, nous n'offrons que des bières bio en fûts brassées en France et aucune bière en bouteille. Si à l'heure actuelle nous sommes les seuls à avoir initié cette démarche, nous espérons bien faire école.

Si vous avez une intolérance alimentaire, n'hésitez pas à nous la signaler. Tous nos plats étant réalisés sur place, nous savons exactement ce qu'ils contiennent et nous tenons à votre disposition une liste des allergènes.

Suite à la diffusion le 13 septembre 2016 de Cash Investigation " Industrie agroalimentaire : business contre santé", nous avons demandé à nos paysans charcutiers de ne plus utiliser de sel nitré dans nos charcuteries. Si à l'avenir notre jambon est moins rose, c'est pour vous permettre de voir l'avenir en rose plus longtemps et de vous éviter de l'avoir un jour ou l'autre dans l'os.

Chef de cuisine **Masatsugu Takahashi**

SUGGESTION DU JOUR À €28

L'entrée du jour *ou* la soupe du jour

le plat du jour *ou* l'assiette maraîchère végétarienne *ou* la complète végétarienne

le dessert du jour *ou* le fromage de chèvre bio affiné de Marie avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord (selon la saison) *ou* Crozefond tome au lait cru bio de vache avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord

SUGGESTION DU JOUR À €20

L'entrée *ou* soupe du jour et le plat du jour *ou* l'assiette maraîchère végétarienne *ou* la complète végétarienne
ou

le plat du jour *ou* l'assiette maraîchère végétarienne *ou* la complète végétarienne et le dessert du jour
ou le fromage de chèvre bio affiné de Marie avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord (selon la saison) *ou*
Crozefond tome au lait cru bio de vache avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord

LE MENU À €35

Entrée du jour ♦ Soupe du jour ♦ Soupe gratinée au comté et aux oignons bio ♦ Tarte Tatin de tomates (selon la saison) ♦ Salade de crudités ♦ Salade asiatique au poulet de la ferme du Cabier à la coriandre ♦ Tartare de betteraves bio et son œuf bio mollet (selon la saison) ♦ Salade de foies de volaille de la ferme du Cabier ♦ Tomato bio, Mozzarella de bufflonne, basilic frais (selon la saison) ♦ La vraie terrine de foie gras maison mi-cuit, 1 tranche (+€3)

Petite assiette dégustation de jambon Pata Negra Bellota Grande Reserve 36 mois d'affinage (+€3)

Demi melon du Lot et Garonne au porto bio Quinta do Infantado (selon la saison)

et

Filet de bœuf d'Aubrac grillé sauce béarnaise *ou* poivre (+€5) ♦ Steak tartare d'Aubrac haché à la commande

Dos de cabillaud sauvage grillé sauce curry au lait de coco et citron vert ♦ Poisson selon arrivage

Escalope de saumon bio d'Ecosse tapenade de tomates séchées à l'huile d'olive bio

Filet de lotte sauvage au jus de bouillabaisse à l'aneth ♦ Andouillette Royale de Troyes

Noisettes d'agneau grillées aux herbes bio de Provence ♦ Boeuf bourguignon d'Aubrac

La vraie cuisse de canard maigre confite comme autrefois (+€3)

et

Assortiment de fromages ♦ Assiette de Roquefort Papillon Noir et noix du Périgord ♦ Dessert du jour

Salade de fruits frais de saison ♦ Coupe Colonel ♦ Coupe de fruits frais de saison avec glace vanille

La vraie île flottante aux œufs bio ♦ Mousse au chocolat Valrhona ♦ Fromage blanc bio aux fruits frais et au miel

Glaces *ou* sorbets à l'ancienne Philippe Démoulin ♦ Cheesecake ♦ Compote normande ♦ Crème brûlée

Coupe Yiddish ♦ Gâteau expresso ♦ Coupe Affogata ♦ La vraie tarte tatin crème fraîche

Tarte Tatin avec glace vanille (+€3) ♦ le fromage de chèvre bio affiné de Marie avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord (selon la saison) ♦ Crozefond tome au lait cru bio de vache avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord

LA SUGGESTION DU MENU À €27

Une entrée du menu et un plat du menu *ou* un plat du menu et un dessert du menu

LE BRUNCH À €21

Servi au choix avec double café, café crème, thé, Authentic Chai, chocolat, lait frais cru entier bio *ou* pasteurisé chaud

Oranges *ou* fruits bio de saison pressés à la commande ♦ Fromage blanc bio et fruits frais ♦ La corbeille du

boulangier Thierry Rabineau, beurre, confiture bio et miel artisanal du Lot et Garonne ♦ Œufs bio brouillés natures

A LA CARTE

ENTRÉES

Entrée du jour <i>ou</i> soupe du jour	€9.00	Petite assiette de jambon Pata Negra Bellota	€13.00
Soupe gratinée au comté <i>et</i> aux oignons bio	€10.00	Grande assiette de jambon Pata Negra Bellota	€25.00
Salade de crudités	€9.00	Assiette de jambon cuit supérieur Thierry Schweitzer	€8.00
Salade asiatique au poulet de la ferme du Cabier	€10,00	Assiette de saucisson sec de la famille Chapolard	€7.00
Le vrai foie gras mi-cuit maison, 1 tranche	€14.00	Assiette de rillettes <i>ou</i> de pâté Thierry Schweitzer	€7.00
Le vrai foie gras mi-cuit maison, 2 tranches	€24.00	Avocat vinaigrette	€6.00
Salade de foies de volaille de la ferme du Cabier	€12.00	Salade de tomates bio <i>ou</i> mixte (selon la saison)	€6.00
Grande salade de foies de volaille de la ferme du Cabier	€18.00	Tomate bio, mozzarella de bufflonne (selon la saison)	€13.00
Tartare de betteraves bio, œuf bio mollet (selon la saison)	€8.00	Tarte Tatin de tomates (selon la saison)	€13.00
Assiette de saumon fumé bio d'Ecosse	€20.00	Demi melon du Lot <i>et</i> Garonne (selon la saison)	€6.00
Grande assiette de charcuteries	€16.00	Demi melon du Lot <i>et</i> Garonne au porto bio	€12.00
Grande assiette paysanne	€19.00	Quinta do Infantado (selon la saison)	€12.00

POISSONS

Dos de cabillaud sauvage grillé sauce curry au lait de coco <i>et</i> citron vert	€22.00	Escalope de saumon bio d'Ecosse tapenade de tomates séchées à l'huile d'olive bio	€22.00
Filet de lotte sauvage au jus de bouillabaisse à l'aneth	€23.00	Poisson selon arrivage	€22.00

VIANDES Nos steaks tartares sont hâchés à la commande

Plat du jour	€13.00	Andouillette Royale de Troyes	€20.00
Bœuf bourguignon d'Aubrac	€20.00	Filet de bœuf grillé d'Aubrac sauce béarnaise <i>ou</i> poivre	€29.00
La vraie cuisse de canard maigre confite	€25.00	Steak tartare d'Aubrac, pommes sautées <i>ou</i> salade mixte	€20.00
Noisettes d'agneau grillées aux herbes bio de Provence	€24.00	Steak tartare d'Aubrac préparé <i>et</i> sa garniture au choix	€20.00

GARNITURES EN SUPPLÉMENT

Salade verte <i>ou</i> Pommes sautées	€5.00	Haricots verts frais bio (selon la saison)	€8.00
---------------------------------------	-------	--	-------

FROMAGES

Assortiment	€12.00	Un fromage	€5.00
Assiette de Roquefort Papillon Noir <i>et</i> noix du Périgord	€8.00	Fromage de chèvre bio affiné de Marie, miel <i>et</i> noix du Périgord (selon la saison)	€8.00
Crozefond tome au lait cru bio de vache avec miel du Lot <i>et</i> Garonne <i>et</i> noix du Périgord	€8.00		

GLACES ET SORBETS PHILIPPE DÉMOULIN GARANTIS SANS STABILISATEUR, CONSERVATEUR, ÉMULSIFIANT, COLORANT

Coupe composée de 2 boules	€9.00	Coupe de fruits frais <i>et</i> glace vanille	€9.00
Coupe Colonel (Une boule de sorbet citron <i>et</i> vodka)	€9.00	Coupe Yiddish (compote de poire, pomme <i>et</i> raisins parfumée à la cannelle agrémentée d'une glace vanille Philippe Démoulin)	€9.00
Coupe Affogata (Une boule de glace vanille, Kahlua <i>et</i> un espresso)	€9.00		

DESSERTS VRAIMENT ÉLABORÉS MAISON AUX ŒUFS BIO ET VANILLE BOURBON GOUSSE BIO DE MADAGASCAR

Crème brûlée <i>ou</i> Cheesecake <i>ou</i> Ile flottante	€9.00	Fromage blanc bio aux fruits frais <i>et</i> au miel artisanal	€8.00
Compote normande <i>ou</i> Mousse au chocolat Valrhona	€8.00	Dessert du jour	€8.00
Salade de fruits frais à la commande (selon la saison)	€9.00	Gâteau espresso (spécialité maison)	€9.00
La vraie tarte Tatin crème fraîche	€9.00	Tranche de cake au citron bio (spécialité maison)	€5.00
La vraie tarte Tatin glace vanille sans additif	€12.00	Tranche de cake au citron bio <i>et</i> boule de glace	€8.00

PETITE RESTAURATION

PETIT DÉJEUNER

Petit déjeuner complet	€15.00	Fromage blanc bio aux fruits frais <i>et</i> au miel artisanal	€8.00
Servi au choix avec thé, double café, café crème, chocolat, Authentic Chai, lait chaud. Oranges <i>ou</i> fruits bio de saison pressés à la commande. Fromage blanc bio <i>et</i> fruits frais, Corbeille du boulanger Thierry Rabineau, beurre, confiture bio, miel artisanal du Lot <i>et</i> Garonne		Œufs bio brouillés natures	€7.00
Tartine, beurre d'Isigny AOP <i>et</i> confiture bio	€3.00	Œufs bio brouillés au fromage	€9.00
Véritable croissant au pur beurre Montaigu AOP	€3.00	Œufs bio brouillés au jambon cuit supérieur Schweitzer	€9.00
		Œufs bio brouillés mixtes	€10.00
		Œufs bio brouillés au saumon bio fumé d'Ecosse	€14.00
		Œuf bio dur la pièce	€1.00

SALADES, TARTES CHAUDES ET PLATS VÉGÉTARIENS

Salade des Utopistes	€12.00	Tarte chaude maison, salade mixte	€11.00
Panaché de crudités assorti de chèvre chaud sur pain au levain		Tarte Tatin de tomates (selon la saison)	€13.00
Salade des Philosophes	€18.00	Grande salade asiatique au poulet de la ferme du Cabier	€15.00
Panaché de crudités agrémenté de magret de canard fumé <i>et</i> chèvre chaud sur pain au levain <i>et</i> jambon Pata Negra Bellota		Salade de saumon fumé bio d'Ecosse	€16.00
Salade de la Chaise au plafond	€15.00	Complète végétarienne	€13.00
Panaché de crudités agrémenté de magret de canard fumé, fromage <i>et</i> jambon cuit supérieur paysan Thierry. Schweitzer, œuf dur bio		Assiette maraîchère végétarienne	€13.00
		Tomate bio, mozzarella de bufflonne, basilic frais	€13.00

SANDWICHES BAGUETTE DE TRADITION FRANÇAISE A LA FARINE LABEL ROUGE DE LA BOULANGERIE MODERNE

Jambon cuit supérieur paysan Thierry Schweitzer	€5.50	Roquefort Papillon Noir, noix du Périgord	€7.00
Pâté de campagne paysan Thierry Schweitzer	€5.50	Mixte <i>ou</i> chèvre frais crudités	€7.00
Rillettes paysannes Thierry Schweitzer	€5.50	Mixte crudités	€8.00
Saucisson sec de la famille Chapolard	€5.50	Jambon Pata Negra Bellota	€10.00
Crozefond tome au lait cru bio de vache	€6.00	Mixte au jambon Pata Negra Bellota	€12.00
Fromage <i>ou</i> crudités <i>ou</i> chèvre artisanal	€5.50		

CERTAINS DE NOS PRODUITS DE FERMES EN CIRCUITS COURTS ET À PRIX ÉQUITABLES SONT EN VENTE LORS DE MINI MARCHÉS DES PHILOSOPHES À LA BELLE HORTENSE. INFOS SUR WWW.PANIERBIOCERGY.COM ET LA PAGE FACEBOOK XAVIER DENAMUR

VINS ET CONSOMMATIONS

BLANCS ET ROSÉS

	verre	bouteille		verre	bouteille
Sancerre Cherrier et Fils	€6.00	€30.00	Bourgogne Pouilly-Fuissé Domaine Auvigüe	€9.00	€51.00
Côteaux du Languedoc Tradition St Martin	€4.00	€21.00	Côtes de Provence rosé La Bastide Neuve	€5.00	€24.00
Bergerac sec bio Château Grande Maison	€5.00	€24.00	Bourgogne Chardonnay La Chablienne	€5.00	€24.00
Gaillac Doux bio Les Gravels A.Rotier	€6.00	€30.00	Bourgogne Chablis bio La Chablienne	€7.00	€36.00
Sauternes Cht du Haut de Pick	€8.00	€45.00	Prosecco Faveri	€7.00	€36.00
Bourgogne Mâcon-Solotrè bio Domaine Auvigüe	€7.00	€36.00	Champagne Pommery Brut Royal	€9.50	€60.00
Monbazillac bio Château Grande Maison	€9.00	€51.00	Champagne Fleury brut bio	€9.50	€60.00
Vin de pays Varois bio			Champagne Cuvée Louise		€125.00
A bouche que veux-tu Domaine des Terres promises	€6.00	€30.00	Champagne Cuvée Dom Perignon		€190.00

ROUGES

	verre	bouteille		verre	bouteille
Vin du mois	€4.00	€21.00	Saint-Emilion Y. Delol	€8.00	€45.00
Bordeaux supérieur bio Bo-Vin D. Gevaert	€5.00	€24.00	Saint Joseph Jérôme Coursodon	€8.00	€45.00
Côteaux du Languedoc Bronzine St Martin	€5.00	€24.00	Bourgogne Mercurey Domaine de L'Échévè	€8.00	€45.00
Côtes du Rhône Villages bio Domaine David	€5.00	€24.00	Bandol Amourvèdre JC Comor	€8.00	€45.00
Cahors Cht Paillas	€5.00	€24.00	Chianti classico bio Domaine Pacina		€45.00
Morgon Flache Sornay	€5.00	€24.00	Gaillac L'âme Alain Rotier		€48.00
Vin de pays Sainte Baume bio L'antidote JC Comor	€5.00	€24.00	Châteauneuf du Pape bio La Célestière		€48.00
Gaillac bio Les Gravels A.Rotier	€5.00	€24.00	Côte-Rôtie Château d'Ampuis E. Guigal (2010)		€200.00
Gaillac bio Renaissance A.Rotier	€6.00	€30.00	Côte-Rôtie La Londonne E. Guigal (2006)		€300.00
Bordeaux supérieur bio Ch Haut-Lacoste	€6.00	€30.00	Côte-Rôtie La Turque E. Guigal (2001 ou 2002)		€450.00
Côtes de Brouilly Trenel	€6.00	€30.00	Côte-Rôtie La Mouline E. Guigal (2000 ou 2001)		€450.00
Crozes-Hermitage bio Les Chênets	€7.00	€36.00	Côte-Rôtie La Londonne E. Guigal (2000 ou 2001)		€450.00
Chianti bio Il secondo di Pacina	€7.00	€36.00	Côte-Rôtie La Mouline E. Guigal (1998)		€650.00
Coteaux Varois bio Abracadabrantésque JC Comor	€6.00	€30.00			

PICHETS BLANCS ET ROSÉS

	25cl	50cl		25cl	50cl
Bergerac sec bio Château Grande Maison	€8.00	€16.00	Bourgogne Pouilly-Fuissé Auvigüe	€17.00	€34.00
Sauternes Cht du Haut de Pick	€15.00	€30.00	Côteaux du Languedoc Tradition St Martin	€7.00	€14.00
Bourgogne Mâcon-Solotrè Auvigüe	€12.00	€24.00	Sancerre Cherrier et Fils	€10.00	€20.00
Monbazillac bio Château Grande Maison	€17.00	€34.00	Bourgogne Chardonnay La Chablienne	€8.00	€16.00
Bourgogne Chablis bio La Chablienne	€12.00	€24.00	Gaillac Doux bio Les Gravels A.Rotier	€10.00	€20.00
Vin de pays Varois bio			Côtes de Provence rosé La Bastide Neuve	€8.00	€16.00
A bouche que veux-tu Domaine des Terres promises	€10.00	€20.00			

PICHETS ROUGES

	25cl	50cl		25cl	50cl
Vin du mois	€7.00	€14.00	Côtes du Rhône Villages bio Domaine David	€8.00	€16.00
Bordeaux supérieur bio Bo-Vin D. Gevaert	€8.00	€16.00	Crozes Hermitage bio Les Chênets	€12.00	€24.00
Morgon Flache Sornay	€8.00	€16.00	Côtes de Brouilly Trenel	€10.00	€20.00
Cahors Cht Paillas	€8.00	€16.00	Coteaux Varois bio Abracadabrantésque JC Comor	€10.00	€20.00
Gaillac bio Les Gravels A.Rotier,	€8.00	€16.00	Saint-Emilion Y. Delol	€15.00	€30.00
Gaillac bio Renaissance A.Rotier	€10.00	€20.00	Saint Joseph Jérôme Coursodon	€15.00	€30.00
Bordeaux supérieur bio Ch Haut-Lacoste	€10.00	€20.00	Bourgogne Mercurey Domaine de L'Échévè	€15.00	€30.00
Côteaux du Languedoc Bronzine St Martin	€8.00	€16.00	Vin de pays Sainte Baume bio L'antidote JC Comor	€8.00	€16.00
			Bandol Amourvèdre JC Comor	€15.00	€30.00

APÉRITIFS

Cocktail du coin au Champagne Fleury brut bio	€10.00	Champagne la coupe	€9.50
L'apéritif du coin bio de la mère Suzette	€6.00	Americano ou Campari soda ou oranges bio	€8.00
Muscato de Beaumes de Venise réserve Vidal-Fleury 8cl	€8.00	Kir aux crèmes artisanales	€4.50
Campari	€6.00	Kir au Bourgogne Chardonnay	€6.00
Porto Quinta do Infantado – Reserva Bio 8cl	€8.00	Kir royal au Champagne Fleury brut bio	€10.00
Pastis, Picon, Martini, Suze, Lillet ou Cinzano Dry	€4.50		

BIÈRES

	25cl	50cl		25cl	50cl
Bières bio artisanales de la brasserie Mélusine			Félibrée : bière blonde bio 5°	€5.00	9.00
<i>Afin de limiter notre empreinte écologique, nous n'offrons que des bières bio en fûts brassées en France et aucune bière en bouteille. Si à l'heure actuelle nous sommes les seuls à avoir initié cette démarche, nous espérons bien faire école.</i>			Houblonnée a cru, amère elle développe des arômes de type pamplemousse. Accords plats suggérés : apéritif, salades, légumes grillés, fromages.		
Love and flowers : blanche aux fleurs bio 4,2°	€5.00	9.00	Félibrée au sirop Bio Meneau	€5.00	€9.00
Très légère acidulée et non sucrée, elle développe des arômes de rose			Panaché à la Félibrée	€5.00	€9.00
Accords plats suggérés : apéritif, foie gras, complète végétarienne, salades de fruits			Twist, Tango, Monaco à la Félibrée	€5.00	€9.00
Korlène : ambrée bio 5,6°	€5.00	€9.00	Picon bière à la Félibrée	€6.00	€10.00
Marquée par les malts torréfiés, elle est ronde et douce en bouche			Félibrée à la crème de Cassis	€6.00	€10.00
Accords plats suggérés : salade de foies de volaille, confit de canard, poulet au curry, steak tartare, île flottante, fromages doux.			Félibrée à la crème de pêche	€6.00	€10.00

WHISKIES

JB ou Bushmills	€8.00	Oban, 14 ans	€13.00
Jack Daniels	€9.00	Dalwhinnie, 15 ans	€13.00
Lagavulin, 16 ans	€13.00	Talisker North 57°	€15.00

COGNACS NORMANDIN MERCIER Colombard, Ugni blanc, Folle blanche

Grande Champagne XO	€25.00	Petite Champagne VSOP	€10.00
---------------------	--------	-----------------------	--------

LE *Vrai* FAIT MAISON

QUEUES DE COQS

Mojito landais Blanche d'Armagnac bio, citron bio pressé, menthe fraîche, sucre	€9.00	Caïpirinha Citron vert, sucre, cachaça Upióca, glace pilée	€9.00
Margarita landaise Blanche d'Armagnac bio, Cointreau, citron bio pressé, sucre, verre givré au sel	€9.00	Caïpirovska Citron vert, sucre, vodka, glace pilée	€9.00
Black landaise Blanche d'Armagnac bio, kahlua, glace pilée	€9.00	Whisky Coca ou Whisky Sour Margarita	€9.00
Blanche Sunrise Blanche d'Armagnac bio, orange bio pressée, sirop de grenadine bio	€9.00	Vodka pamplemousse bio pressée Black Russian	€11.00
Cocktail du coin, exclusivité mondiale Apéritif coing-poire bio de la mère Suzette des vergers de Titoy, Champagne Fleury brut bio	€10.00	White Russian Kahlua, vodka, glace pilée	€9.00
Mimosa Orange bio pressée, Cointreau, champagne	€9.00	Soho orange bio pressée ou Malibu jus de fruit Vodka tonic ou Vodka orange bio pressée	€9.00
Mojito Citron, sucre, menthe fraîche, rhum blanc, soda, glace pilée	€9.00	Rhum Coca ou Téquila Sunrise ou Téquila tonic Martini Gin ou Gin Fizz ou Gin tonic ou Bloody Mary	€9.00

DIGESTIFS

Calvados Serge Desfrieches	€10.00	Alcool de poire bio "L48" Les vergers de Titoy	€10.00
Calvados prestige Serge Desfrieches	€20.00	Très vieux marc de Bourgogne	€10.00
Armagnac Lassaubatju 1981	€20.00	Rhum brun Diplomatico exclusiva reserva	€10.00
Armagnac Lassaubatju XO	€10.00	Rhum brun Matusalem Gran Reserva 23 ans	€15.00
Eau de vie de prune Les Vergers de Titoy	€10.00		

ALCOOLS/LIQUEURS

Blanche d'Armagnac bio glacée	€8.00	Amaretto, Fernet Branca, Baileys Irish Cream ou Kahlua	€8.00
Téquila, Manzana, Cointreau, Malibu ou Soho	€8.00	Vodka Wyborowa ou Zubrowka polonaise	€8.00
Peppermint Get 27 ou Marie-Brizard	€8.00	Drambuie ou Grand Marnier ou Gin Tanqueray	€8.00

BOISSONS FROIDES ET JUS DE FRUITS MINUTES DE SAISON

Limonade pression le verre 25cl	€3.50	Jus de fruits bio, à la commande (selon la saison)	€6.00
Limonade sirop bio Meneau, le verre 25cl	€4.50	Cocktail Agrumes Pamplemousse bio pressé et orange bio pressée	€7.00
Lait frais cru entier bio ou lait frais entier pasteurisé, 25cl	€3.50	Cocktail Vitalité Carotte bio, orange pressée bio, gingembre	€7.00
Lait frais cru entier bio ou pasteurisé sirop bio Meneau, 25cl	€4.50	Cocktail Zoncajito Citron bio pressé, menthe fraîche et limonade	€7.00
Thé, café, chocolat ou Authentic Chai glacé	€6.00	Cocktail Zèbre Citron bio pressé, menthe fraîche et Perrier	€7.00
Coca ou Perrier la bouteille 33cl ou Sodas 25cl	€5.00	Cocktail Energyzen (selon la saison) Pomme bio, kiwi bio, banane bio	€7.00
Eaux minérales le quart (Vittel, San Pellegrino)	€4.00	Cocktail Summer Dream (selon la saison) Melon, menthe fraîche	€7.00
Eaux minérales le demi (Evian, Badoit)	€5.00	Cocktail Tigre (selon la saison) Pommes bio, carotte bio, gingembre	€7.00
Eaux minérales le litre (Evian, Badoit)	€7.00	Cocktail Apple limonade (selon la saison) Pommes bio et limonade pression	€7.00
Jus d'ananas bio du Pérou, le verre 25cl	€5.00	Cocktail End of Summer (selon la saison) Poire bio, pomme bio, gingembre.	€7.00
Nectar d'abricot bio d'Arménie, le verre 25cl	€5.00		
Jus de carottes bio à la commande	€6.00		
Jus de tomates bio, à la commande (selon la saison)	€6.00		
Jus de tomate d'Arménie, le verre 25cl	€5.00		
Oranges bio ou citrons bio pressés à la commande	€6.00		
Pamplemousse bio pressé à la commande	€6.00		

BOISSONS CHAUDES

Café Massaya assemblage de grands crus bio, Mexique	€2.50	Chocolat à l'ancienne au lait frais cru bio ou pasteurisé	€5.00
Décaféiné ou café-noisette	€2.50	Lait frais cru entier bio ou pasteurisé chaud à la vanille	€5.00
Expresso double, Capuccino ou Authentic Chai	€5.00	Grog ou vin chaud	€5.00
Café-crème, lait frais cru entier bio ou pasteurisé chaud	€5.00		

LES THÉS ET INFUSIONS DES PHILOSOPHES SERVIS AU FILTRE ET EN VENTE A EMPORTER A LA BELLE HORTENSE

Nous vous proposons des thés en feuilles de qualité, servis en infusion au filtre. Chaque fois que la qualité le permet, nous privilégions l'agriculture biologique et nos filtres sont blanchis à l'oxygène, sans chlore. Tous nos thés parfumés sont réalisés de façon artisanale sans addition d'arômes. Pour plus d'informations sur nos thés et nos infusions, demandez notre Carte de thés détaillée.

Five o'clock , un thé au choix servi avec une belle part de cake maison, uniquement le week-end	€9.00
Assam , thé d'Inde des meilleurs crus au goût malté. Excellent avec du lait, infusion 3-4 minutes	€5.50
Earl Grey Fleuri , thé noir parfumé de bergamote et de fleurs, infusion 3-4 minutes	€5.50
Sencha , thé vert aux notes végétales subtiles, infusion 2-3 minutes	€5.50
Sikkim , thé des confins du Bhoutan et du Darjeeling riche de saveurs fruitées, infusion 3-4 minutes	€5.50
Jasmin , fin thé vert de Chine parfumé au jasmin avec des fleurs par contact répété, infusion 2-3 minutes	€5.50
Ginger lemon , thé vert sencha et citronnelle parfumés de citron et de gingembre, infusion 3-4 minutes	€5.50
Rooibos aux épices , sans théine, parfumé de cannelle, cardamome, gingembre, anis et girofle, infusion 3-4 minutes	€5.50
Roses Masala Chai , fin thé noir d'Inde parfumé de pétales de roses, cannelle, gingembre et girofle, infusion 3-4 minutes	€5.50
Chun mee , classique thé vert de chine, saveurs végétales infusion 2 minutes	€5.50
Lapsang souchong , thé noir au goût fumé intense obtenu par fumage avec des racines d'épicea, infusion 3 minutes.	€5.50
Thé à la menthe , réalisé avec du chun mee et de la menthe fraîche.	€5.50
Verveine , odorante et parfumée provenant des rivages du sud.	€5.50
Verveine menthe , notre délicieuse verveine parfumée de menthe fraîche.	€5.50
Léger, tout le temps , composition détox digestive de verveine, citronnelle, menthe douce, citron, fenouil, zaatar (variété de thym / origan), huile essentielle de citron et de menthe douce. Infusez 3 minutes.	€5.50
Relaxation , composition apaisante de rooibos, vanille bourbon, feuilles de mélisse, cannelle, pétales d'amarantine, huile essentielle de mandarine, racines de valériane. Infusez 4 minutes.	€5.50

LA CAVE

Exemples de tarifs à emporter

Tous nos vins, champagnes, thés, infusions et confitures bio sont en vente à emporter à la cave de la Belle Hortense juste en face au 31 rue Vieille du Temple, tous les jours jusqu'à 2h du matin :

Crozes-Hermitage bio Les Chênets	€15.00	Les thés et infusions des Philosophes la boîte de 100gr	€12.00
Gaillac bio Renaissance A.Rotier	€10.00	Infusion <i>Léger tout le temps</i> la boîte de 50gr	€8.00
Bordeaux Supérieur bio Bo'Vin de Bazas D. Gevaert	€10.00	Sirops bio Meneau la bouteille 100 cl	€8.00
Vin de pays Sainte Baume bio L'antidote JC Comor	€10.00	Miel artisanal des Rûchers de Baradieu le pot de 500gr	€12.00
Champagne Fleury brut bio	€27.00	Les carnets de notes	€5.00
Alcool de poire bio L48 Domaine de Titoy	€45.00	Les Philosophes, Au Petit Fer à Cheval et La Belle Hortense	

UNE SÉLECTION DE NOS FOURNISSEURS

- Notre miel artisanal **Les rûchers de Baradieu** 47 Mézin
- Nos pommes et kiwis bio **la ferme de Bernardin** 47 Fauillet
- Nos fromages de chèvre bio affinés **Les Fromages de Marie** 47 Moncrabeau
- Nos vins pour nos préparations culinaires **Domaine du Bois de Simon** 47 La Plume
- Nos melons et courges du Lot et Garonne **Pascal Ponsic** 47 Le Saumont
- Nos fruits et légumes bio du Lot et Garonne et un peu d'ailleurs **Biogaronne** 47 Port Sainte-Marie.
- Notre saucisson sec, chorizo et saucisse sèche porcs nourris sans OGM ni antibiotique **GAEC des Landes** Baradieu 47 Mézin
- Notre lait frais cru entier bio et fromage blanc bio **GAEC des Flots blancs** Baradieu 47 Mézin
- Nos œufs bio **Ferme Borde Haute**, 47 St Jean de Thurac
- Nos confitures bio **Biolo'Klock** 47 Montpezat d'Agénais
- Notre tome au lait cru bio de vache "Crozefond" **Famille Pozzer** 47 Saint-Aubin
- Nos poulets élevés à l'extérieur aux grains au moins 100 jours et les foies de volailles **la ferme du Cabier** 47 Laplume
- Nos charcuteries paysannes et notre porc paysan frais, porcs nourris sans OGM ni antibiotique **Thierry Schweitzer** 67 Schleithal
- Notre Pata Negra Bellota grande réserve 36 mois d'affinage **Jamones Lazo SA** 21 Cortegana, Huelva, Espagne
- Nos sirops bio **Maison Meneau** 33 Saint-Loubès
- Nos fromages de chèvre frais artisanaux **La Ferme du Tertre** 49 Fougeré
- Nos viandes de boeuf d'Aubrac **Agriviande** Laries, 12 Cassagnes-Bégonhès
- Notre huile d'olive bio **Biocoop Restauration** 35 Saint Grégoire
- Nos jus de fruits bio et d'Arménie **Azade** 1 rue Fontaine, 59 La Madeleine
- Nos bières bio **Brasserie Mélusine** ZA la Barboire, 85 Chanbretaud
- Nos fruits et légumes bio du coin et nos paniers bio **la ferme Les Plaisirs du Jardin** 95 Cergy
- Nos fruits et légumes frais **Halles Prestige** 94 Rungis
- Nos poissons frais sauvages et saumon bio d'Ecosse **Ets Le Chalut** 94 Rungis
- Nos produits italiens, **L'Atelier italien SARK Pintus** 60 Nogent-sur-Oise
- Notre chocolat de couverture 66% et notre poudre de cacao 100% pour nos chocolats chauds **Valrhona** ZA Les Lots 26 Tain L'Hermitage
- Nos glaces artisanales sans aucun additif **Boulangerie-pâtisserie Philippe Démoulin** 6 bd Voltaire, 75 Paris
- Nos thés **Verantis** 18 rue du Borrégo 75 Paris
- Notre vanille gousse "Bourbon Bio Gourmet" de Madagascar **Eurovanille SAS** 62 Gouy Saint André
- Nos pains au levain et nos viennoiseries traditionnelles **T Rabineau Boulangerie Moderne** 16 rue des Fossés Saint-Jacques 75 Paris
- Notre farine bio T65 labélisée Saveur Paris Île-de-France **Moulins Bourgeois** 77 Verdelot
- Notre Porto Quinta do Infantado Reserva Bio **Chanceleiros**, 50 Pinhao Portugal



Resto**Eco**Responsable

Notre entreprise est engagée dans une démarche sociétale au niveau de : sa transparence sur les produits servis, son empreinte écologique, sa politique salariale, ses investissements et de ses actions culturelles.

Pour réserver, tout commentaire, connaître nos recettes, nos suggestions du jour, pour participer à nos dégustations de vins, vernissages, lectures et signatures ou pour consulter les tarifs de la cave de la Belle Hortense et ses promotions lors des mini-marchés des Philosophes, consultez notre site.

www.cafeine.com

Chaque semaine commandez vos fruits et légumes bio en direct de la ferme Les Plaisirs du Jardin pour cuisiner à la maison comme chez nous.

www.localbiobag.com

Tri à la source, collecte et valorisation des biodéchets

www.moulinot.fr

Conception, réalisation, conseils en communication et sites internet

www.rebusparis.com

Voir gratuitement le film République de la Malbouffe

www.republiquedelamalbouffe.com

Ouvert tous les jours de 9h à 2h. • Cuisine service continu de midi à 1h15 du matin. • Prix nets, majoration de €0.50 à partir de 22 heures.

Origine des viandes bovines France, Aubrac. • Toute consommation doit être accompagnée d'un ticket de caisse.

Quantités servies en centilitres : boissons froides 20, 25 ou 33cl ; apéritifs 6cl ; whiskies, alcools et liqueurs 4cl ; anis 2cl ; vin le verre 14cl, la bouteille 75cl.

LA CULTURE EST UNE ARME DE CONSTRUCTION MASSIVE

LA CHAISE AU PLAFOND

10 rue du Trésor, 75004 Paris Téléphone 01 42 76 03 22