

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 refourguer 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 néonicotinoïdes, 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.



au petit fer à cheval

30 rue Vieille du Temple, 75004 Paris Téléphone 01 42 72 47 47 Pour tout commentaire envoyer un mail sur le site www.cafeine.com

Le vrai fait maison

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

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.

Chef de cuisine **Pierre Beco**

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](https://www.facebook.com/xavier.denamur)

suggestion du jour à €28.00

la soupe du jour ou la petite salade de foies de volaille de la ferme du Cabier

et

le plat du jour ou le fameux tartare d'Aubrac haché à la commande garni salade mixte

et

un dessert au choix de la carte ou un fromage au lait cru sur assiette au choix. Tarte tatin supplément 2€

suggestion du jour à €20.00

la soupe du jour ou la petite salade de foies de volaille de la ferme du Cabier

et

le plat du jour ou fameux tartare d'Aubrac haché à la commande garni salade mixte

ou

le plat du jour ou le fameux tartare d'Aubrac haché à la commande garni salade mixte

et

un dessert au choix de la carte ou un fromage au lait cru sur assiette au choix. Tarte tatin supplément €2.00

entrées

Soupe du jour	€9.00	Petite assiette de jambon Pata Negra Bellota	€13.00
Salade de crudités	€9.00	Grande assiette de jambon Pata Negra Bellota	€25.00
Petite salade de foies de volaille de la ferme du Cabier	€10.00	Assiette de jambon cuit supérieur Thierry Schweitzer	€8.00
Avocat vinaïgrette	€6.00	Assiette de saucisson sec de la famille Chapolard	€7.00
Foie gras de canard maison 1 tranche	€14.00	Assiette de rillettes pur porc ou de pâté Thierry Schweitzer	€7.00
Foie gras de canard maison 2 tranches	€24.00	Assiette de saumon fumé bio d'Ecosse	€20.00
Tomate bio, mozzarella de bufflonne (selon la saison)	€13.00	Demi melon du Lot et Garonne (selon la saison)	€6.00
Grande assiette de charcuteries	€16.00	Demi melon du Lot et Garonne au porto bio	
Grande assiette paysanne	€19.00	Quinta do Infantado (selon la saison)	€12.00

plats

Plat du jour	€13.00	Filet mignon de veau de l'Aveyron	€28.00
Poisson selon arrivage	€18.00	Pommes sautées et légumes	
Grande salade de foies de volaille de la ferme du Cabier	€16.00	Andouillette Royale de Troyes	€16.00
Le fameux tartare d'Aubrac haché à la commande garni salade mixte	€16.00	Pommes sautées salade mixte	
Le fameux tartare d'Aubrac haché à la commande pommes sautées et salade mixte	€18.00	Filet de bœuf d'Aubrac sauce poivre	€29.00
Le fameux tartare d'Aubrac haché à la commande poêlé pommes sautées et salade mixte	€20.00	Pommes sautées et légumes	
		Bœuf bouguignon (Aubrac)	€18.00
		Pommes sautées et légumes	
		Cuisse de canard maigre confite comme autrefois	€25.00
		Pommes sautées salade mixte	
		Pommes sautées ou salade verte	€5.00

fromages au lait cru sur assiette

Roquefort Carles et noix du Périgord	€8.00	Saint Nectaire fermier de Marie et Romain Chantaduc, miel et noix du Périgord	€8.00
Comté "Vieille Réserve" Jura Fruitière de Plasne, miel et noix du Périgord	€8.00	Fromage de chèvre bio affiné de Marie, miel et noix du Périgord (selon la saison)	€8.00
Crozefond tomme au lait cru bio de vache avec miel du Lot et Garonne et noix du Périgord	€8.00	Assortiment de fromages au lait cru	€15.00

desserts maison et glaces Ph. Démoulin

Tarte tatin spécialité maison crème fraîche	€10.00	Crème brûlée à la vanille bio	€9.00
Tarte tatin spécialité maison glace vanille sans additif	€13.00	Coupe de glace 2 boules	€9.00
Ile flottante à la vanille bio	€9.00	Coupe Colonel	€9.00
Cheesecake au citron vert	€9.00	Une boule de sorbet citron et vodka	
Mousse au chocolat (Valrhona)	€8.00	Coupe Affogata	€9.00
Fromage blanc au miel artisanal du Lot et Garonne	€6.00	Une boule de glace vanille, Kahlua et un expresso	

Majoration de €0.50 par consommation à partir de 22h éléments des menus inclus • www.cafeine.com • L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, consommez avec modération.

salades

Salade des Utopistes Panaché de crudités assorti de chèvre chaud sur pain au levain	€12.00	Salade de la Chaise au plafond Panaché de crudités agrémenté de magret de canard fumé, Comté "Vieille Réserve" et jambon cuit supérieur paysan Thierry. Schweitzer, œuf dur bio	€15.00
Salade des Philosophes Panaché de crudités agrémenté de magret de canard fumé et chèvre chaud sur pain au levain et jambon Pata Negra Bellota	€18.00	Salade de saumon fumé bio d'Ecosse Panaché de salades et crudités de saison	€18.00
		Salade de tomates bio (selon la saison)	€7.00

sandwiches

	bar	salle	bar	salle
Sandwiches baguette de tradition française à la farine label rouge de la Boulangerie B. Turquier				
Jambon cuit supérieur paysan Thierry Schweitzer	€4.50	€5.50	Crudités et chèvre frais artisanal	€6.00 €7.00
Pâté de campagne paysan Thierry Schweitzer	€4.50	€5.50	Roquefort Carles, noix du Périgord	€6.00 €7.00
Rillettes pur porc	€4.50	€5.50	Fromage de chèvre bio affiné de Marie	€7.00 €8.00
Saucisson sec de la famille Chapolard	€4.50	€5.50	Mixte Comté « Vieille Réserve » et jambon cuit supérieur	€7.00 €8.00
Comté "Vieille Réserve"	€5.00	€6.00	Mixte Comté "Vieille Réserve" crudités	€8.00 €9.00
Crudités œuf dur bio, huile d'olive bio	€5.00	€6.00	Jambon Pata Negra Bellota	€10.00 €11.00
Saint Nectaire fermier de Marie et Romain Chantaduc	€6.00	€7.00	Mixte Comté « Vieille Réserve » et jambon Pata Negra Bellota	€12.00 €13.00
Crozefond tomme au lait cru bio de vache	€6.00	€7.00	Oeuf dur bio	€1.00 €2.00

petit déjeuner

Petit déjeuner complet Servi au choix avec thé, double café, café crème, chocolat, lait chaud. Oranges ou fruits bio de saison pressés à la commande. Fromage blanc bio et fruits frais, Corbeille du boulanger B. Turquier, beurre, confiture bio, miel artisanal du Lot et Garonne	€15.00	Tartine, beurre d'Isigny AOP et confiture bio	€3.00
		Véritable croissant au pur beurre Montaigu AOP	€3.00
		Fromage blanc bio aux fruits frais et au miel artisanal	€8.00

bières bio de la brasserie mélusine

	25cl bar	25cl salle	50cl bar	50cl salle
Afin de limiter notre empreinte écologique, nous n'offrons que des bières bio brassées en France en fûts inox consignés et aucune bière en bouteille. Si à l'heure actuelle nous sommes les seuls à avoir initié cette démarche, nous espérons bien faire école.				
Love and flowers : blanche aux fleurs bio 4,2° Très légère acidulée et non sucrée, elle développe des arômes de rose. Accords plats suggérés : apéritif, foie gras de canard maison, salade des Philosophes Marquée par les malts torréfiés, elle est ronde et douce en bouche. Accords plats suggérés : salade de foies de volaille, confit de canard, steak tartare, île flottante, fromages doux	€4.00	€5.00	€8.00	€9.00
Korlène : ambrée bio 5,6° Marquée par les malts torréfiés, elle est ronde et douce en bouche. Accords plats suggérés : salade de foies de volaille, confit de canard, steak tartare, île flottante, fromages doux	€4.00	€5.00	€8.00	€9.00
Félibrée : bière blonde bio 5° Houblonnée à cru, amère elle développe des arômes de type pamplemousse. Accords plats suggérés : apéritif, filet mignon de veau, fromages.	€4.00	€5.00	€8.00	€9.00
Félibrée au sirop Bio Meneau	€4.00	€5.00	€8.00	€9.00
Panaché , Twist, Tango, Monaco à la Félibrée	€4.00	€5.00	€8.00	€9.00
Picon bière à la Félibrée ou Félibrée à la crème de Cassis ou pêche	€5.00	€6.00	€10.00	€11.00

les thés

Les thés et infusions des Philosophes servis au filtre et en vente à emporter à 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.

Thés verts bar €4.50 salle €5.50

(Laissez descendre un peu la température de l'eau avant d'infuser)

Sencha de Corée du Sud, splendide Jeoncha de la 1ère récolte à la saveur végétale et fruitée, subtilement iodée. infusion 1-2'	Thé à la menthe réalisé avec un fin thé de Chine et de la menthe fraîche. infusion 2-3'.
Jasmin Supérieur fin thé vert de Chine parfumé avec des fleurs par contact répété, infusion 2-3'.	Ginger lemon thé vert sencha et citronnelle parfumés de citron et de gingembre, infusion 2-3'.

Thés noirs et thé fumé bar €4.50 salle €5.50

Assam thé d'Inde des meilleurs crus au goût malté. Excellent avec du lait, infusion 3-4'.	Roses Masala Chaï fins thés d'Inde parfumés par contact de pétales de roses, cannelle, gingembre et girofle, infusion 3-4'.
Sikkim thé des confins du Bhoutan et du Darjeeling riche de saveurs de compotées de fruits, infusion 2-3'.	Lapsang Souchong thé de Chine fumé avec des racines d'épicea, infusion 3'.
Earl Grey fleuri thé noir parfumé de bergamote et parsemé de fleurs, infusion 2-3'.	

Rooibos et infusions bar €4.50 salle €5.50

Rooibos aux épices parfumé de cannelle, cardamome, gingembre, anis et girofle, sans théine, infusion 4-5'.	composition détox digestive de verveine, citronnelle, menthe douce et menthe poivrée, citron, fenouil, zaatar (variété de thym / origan), huile essentielle de citron et de menthe douce. Infusion 3'.
Relaxation composition apaisante de rooibos, mélisse, cannelle, vanille, pétales d'amarantine, huile essentielle de mandarine, racines de valériane. Infusez 4'.	Verveine odorante et parfumée provenant des rivages du sud. Infusion 3'.
Léger tout le temps	Verveine menthe notre délicieuse verveine parfumée de menthe fraîche. Infusion 3'.

boissons chaudes

	bar	salle		bar	salle
Café Massaya assemblage de grands crus bio, Mexique			Café-crème, lait frais cru entier bio ou pasteurisé chaud	€4.00	€5.00
Expresso	€1.50	€2.50	Chocolat à l'ancienne au lait frais cru bio ou pasteurisé	€4.00	€5.00
Café Massaya assemblage de grands crus bio, Mexique			Lait frais cru entier bio ou pasteurisé chaud a la vanille	€4.00	€5.00
Décaféiné ou café-noisette	€1.50	€2.50	Grog au rhum Chauvet	€5.00	€6.00
Expresso double, Capuccino	€4.00	€5.00	Vin du mois bio chaud	€5.00	€6.00

blancs et rosés

	verre	bouteille		verre	bouteille
Bergerac sec bio Château Grande Maison	€5.00	€24.00	Bourgogne Chablis bio La Chablissienne	€7.00	€36.00
Côtes de Provence rosé La Bastide Neuve Conv. bio	€5.00	€24.00	Prosecco De Faveri	€7.00	€36.00
Sancerre Cherrier et Fils	€6.00	€30.00	Monbazillac bio Château Grande Maison	€9.00	€51.00
Vin de pays Varois bio			Bourgogne Pouilly-Fuissé bio Domaine Auvigue		€51.00
À bouche que veux-tu Domaine des Terres promises	€6.00	€30.00	Champagne Fleury brut bio	€9.50	€60.00
Gaillac Doux bio Les Gravels A.Rotier	€6.00	€30.00	Champagne Fleury Extra brut bio Boléro 2006		€95.00
Bourgogne Haute-Côtes de Nuits bio P Hudelot		€36.00	Champagne Cuvée Louise		€125.00
Bourgogne Mâcon-Solentré bio Domaine Auvigue		€36.00	Champagne Cuvée Dom Perignon		€190.00

rouges

	verre	bouteille		verre	bouteille
Vin du mois	€4.00	€21.00	Saint Joseph Jérôme Coursodon		€45.00
Bordeaux supérieur bio Bo-Vin D. Gevaert	€5.00	€24.00	Bourgogne Mercurey Domaine de L'Évéché	€8.00	€45.00
Côtes du Rhône bio "à la rêverie" Cht Montfrin	€5.00	€24.00	Bandol Amourvèdre JC Comor		€45.00
Vin de pays Sainte Baume bio L'antidote JC Comor	€5.00	€24.00	Chianti classico bio Domaine Pacina		€45.00
Gaillac bio Les Gravels A.Rotier	€5.00	€24.00	Gaillac L'âme Alain Rotier		€48.00
Morgon Authentic Vincent Flache Sornay	€6.00	€30.00	Châteauneuf du Pape bio La Célestière		€48.00
Gaillac bio Renaissance A. Rotier		€30.00	Côte-Rôtie Château d'Ampuis E. Guigal (2010)		€200.00
Bordeaux supérieur bio Ch Haut-Lacoste		€30.00	Côte-Rôtie La Londonne E. Guigal (2006)		€300.00
Côtes de Brouilly Trenel	€6.00	€30.00	Côte-Rôtie La Turque E. Guigal (2001 ou 2002)		€450.00
Coteaux Varois bio Abracadabrantesque JC Comor		€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		€36.00	Côte-Rôtie La Mouline E. Guigal (1998)		€650.00
Saint Emilion Grand Cru Y. Delol		€45.00			

pichets blancs et rosés

	25cl	50cl		25cl	50cl
Bergerac sec bio Château Grande Maison	€8.00	€16.00	Sancerre Cherrier et Fils	€10.00	€20.00
Côtes de Provence rosé La Bastide Neuve	€8.00	€16.00	Gaillac Doux bio Les Gravels A.Rotier	€10.00	€20.00
Vin de pays Varois bio			Bourgogne Chablis bio La Chablissienne	€12.00	€24.00
À bouche que veux-tu Domaine des Terres promises	€10.00	€20.00	Monbazillac bio Château Grande Maison	€17.00	€34.00

pichets rouges

	25cl	50cl		25cl	50cl
Vin du mois	€7.00	€14.00	Morgon Authentic Vincent Flache Sornay	€10.00	€20.00
Vin de pays Sainte Baume bio L'antidote JC Comor	€8.00	€16.00	Côtes de Brouilly Trenel	€10.00	€20.00
Côtes du Rhône bio "à la rêverie" Cht Montfrin	€8.00	€16.00	Crozes Hermitage bio Les Chênets	€12.00	€24.00
Gaillac bio Les Gravels A.Rotier,	€8.00	€16.00	Bourgogne Mercurey Domaine de L'Évéché	€15.00	€30.00
Bordeaux supérieur bio Bo-Vin D. Gevaert	€8.00	€16.00			

apéritifs

	bar	salle		bar	salle
Cocktail du coin au Champagne Fleury brut bio	€9.00	€10.00	Pastis, Picon, Martini, Suze, Lillet ou Cinzano Dry	€3.00	€4.50
L'apéritif du coin bio de la mère Suzette	€5.00	€6.00	Champagne la coupe Fleury brut bio	€8.50	€9.50
Muscat de Beaumes de Venise réserve Vidal-Fleury 8cl	€7.00	€8.00	Americano ou Campari soda ou oranges bio	€7.50	€8.00
Campari	€5.00	€6.00	Kir aux crèmes artisanales	€5.00	€6.00
Porto Quinta do Infantado - Reserva Bio 8cl	€7.00	€8.00	Kir royal au Champagne Fleury brut bio	€9.00	€10.00

whiskies

	bar	salle		bar	salle
JB	€7.00	€8.00	Oban, 14 ans	€12.00	€13.00
Jack Daniels	€8.00	€9.00	Dalwhinnie, 15 ans	€12.00	€13.00
Lagavulin, 16 ans	€12.00	€13.00	Talisker North 57°	€14.00	€15.00

cognacs

	bar	salle		bar	salle
Normandin Mercier Colombard, Ugni blanc, Folle blanche Grande Champagne XO	€24.00	€25.00	Petite Champagne VSOP	€9.00	€10.00

queues de coqs

	bar	salle		bar	salle
Mojito landais Blanche d'Armagnac bio, citron bio pressé, menthe fraîche, sucre	€8.00	€9.00	Caïpirinha Citron vert, sucre, cachaça Upióca, glace pilée	€8.00	€9.00
Margarita landaise Blanche d'Armagnac bio, Cointreau, citron bio pressé, sucre, verre givré au sel	€8.00	€9.00	Caïpirovka Citron vert, sucre, vodka, glace pilée	€8.00	€9.00
Black landaise Blanche d'Armagnac bio, kahlua, glace pilée	€8.00	€9.00	Whisky Coca ou Whisky Sour	€8.00	€9.00
Blanche Sunrise Blanche d'Armagnac bio, orange bio pressée, sirop de grenadine bio	€8.00	€9.00	Margarita Citron, Cointreau, Tequila, glace pilée	€8.00	€9.00
Cocktail du coin, exclusivité mondiale Apéritif coing-poire bio de la mère Suzette des vergers de Titoy, Champagne Fleury brut bio	€9.00	€10.00	Vodka pamplemousse bio pressé	€10.00	€11.00
Mimosa Orange bio pressée, Cointreau, champagne	€8.00	€9.00	Black Russian Kahlua, vodka, glace pilée	€8.00	€9.00
Mojito Citron, sucre, menthe fraîche, rhum blanc, soda, glace pilée	€8.00	€9.00	White Russian Kahlua, vodka, lait frais cru entier bio, glace pilée	€8.00	€9.00
			Soho orange bio pressée ou Malibu jus de fruit	€8.00	€9.00
			Vodka tonic ou Vodka orange bio pressée	€8.00	€9.00
			Rhum Coca ou Téquila Sunrise ou Téquila tonic	€8.00	€9.00
			Martini Gin ou Gin Fizz ou Gin tonic ou Bloody Mary	€8.00	€9.00

digestifs

	bar	salle		bar	salle
Calvados Serge Desfrieches	€9.00	€10.00	Alcool de poire bio "L48" Les vergers de Titoy	€9.00	€10.00
Calvados prestige Serge Desfrieches	€19.00	€20.00	Très vieux marc de Bourgogne	€9.00	€10.00
Armagnac Lassaubatju 1981	€19.00	€20.00	Rhum brun Diplomatico exclusiva reserva	€9.00	€10.00
Armagnac Lassaubatju XO	€9.00	€10.00	Rhum brun Matusalem Gran Reserva 23 ans	€14.00	€15.00
Eau de vie de prune Les Vergers de Titoy	€9.00	€10.00			

alcools/liqueurs

	bar	salle		bar	salle
Blanche d'Armagnac bio glacée	€7.00	€8.00	Amaretto, Fernet Branca, Baileys Irish Cream ou Kahlua	€7.00	€8.00
Téquila, Manzana, Cointreau, Malibu ou Soho	€7.00	€8.00	Vodka Wyborowa ou Zubrowka polonaise	€7.00	€8.00
Peppermint Get 27 ou Marie-Brizard	€7.00	€8.00	Drambuie ou Grand Marnier ou Gin Tanqueray	€7.00	€8.00

boissons froides et jus de fruits minutes de saison

	bar	salle		bar	salle
Limonade pression le verre 25cl	€2.50	€3.50	Jus de carottes bio à la commande	€5.00	€6.00
Limonade sirop bio Meneau, le verre 25cl	€3.50	€4.50	Jus de tomates bio, à la commande (selon la saison)	€5.00	€6.00
Lait frais cru entier bio ou lait frais entier pasteurisé, 25cl	€2.50	€3.50	Jus de tomate bio d'Arménie, le verre 25cl	€4.00	€5.00
Lait frais cru entier bio ou pasteurisé sirop bio, 25cl	€3.50	€4.50	Oranges bio ou citrons bio pressés à la commande	€5.00	€6.00
Lait frais cru bio au sirop d'orgeat bio	€3.50	€4.50	Pamplemousse bio pressé à la commande	€5.00	€6.00
Thé, café, chocolat	€5.00	€6.00	Jus de fruits bio, à la commande (selon la saison)	€5.00	€6.00
Coca ou Perrier la bouteille 33cl ou Sodas 25cl	€4.00	€5.00	Cocktail Agrumes	€6.00	€7.00
Eaux minérales le quart (Vittel, San Pellegrino)	€3.00	€4.00	Pamplemousse bio pressé et orange bio pressée		
Eaux minérales le demi (Evian, Badoit)	€4.00	€5.00	Zoncajito	€5.00	€6.00
Eaux minérales le litre (Evian, Badoit)	€6.00	€7.00	Citron pressé, menthe fraîche et limonade		
Jus d'ananas bio du Pérou, le verre 25cl	€4.00	€5.00	Zèbre	€5.00	€6.00
Nectar d'abricot bio d'Arménie, le verre 25cl	€4.00	€5.00	Citron pressé, menthe fraîche et Perrier		

La cave de la Belle Hortense :

tarifs à emporter / take away prices

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	€12.00	Infusion Léger tout le temps la boîte de 50gr	€8.00
Côtes du Rhône bio "à la rêverie" Cht Montfrin	€10.00	Sirops bio Meneau la bouteille 100 cl	€8.00
Bordeaux Supérieur bio Bo'Vin de Bazas D. Gevaert	€10.00	Miel artisanal des Rûchers de Baradieu le pot de 500gr	€12.00
Vin de pays Sainte Baume bio L'antidote JC Comor	€10.00	Les carnets de notes	€5.00
Champagne Fleury brut bio	€29.00	Les Philosophes, Au Petit Fer à Cheval ou La Belle Hortense	
Champagne Fleury Extra brut bio Boléro 2006	€48.00		

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

UNE SÉLECTION DE NOS FOURNISSEURS

- Notre miel artisanal **Les ruchers 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'Agenais
Notre tomme 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 noix du Périgord **Noyeraie de la vallée de la Dordogne Charles Branche** 24 Loubéjac
Notre Comté "Vieille Réserve" et suivant la saison notre beurre et crème fraîche crue **Jura Fruitière de Plasne**, 39 Plasne
Notre Saint Nectaire fermier AOP **Marie et Romain Chantaduc** Lieu dit Louhalion 63 Aurières
Nos pâtes bio traditionnelles et aux légumineuses **Lazzaretti** Z.A du Couquiou 84 Entraigues sur Sorgue
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 Roquefort AOP **Roquefort Carles** 6 rue De Lauras 12 Roquefort
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 et artisanales **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 SARL 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 aux œufs bio et sorbets artisanaux 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 et nos croissants **B Turquier Tout autour du pain** 59 rue Saintonge 75 Paris
Notre farine bio T65 labellisée Saveur Paris Île-de-France **Moulins Bourgeois** 77 Verdelot
Notre Porto Quinta do Infantado Reserva Bio **Chanceleiros**, 50 Pinhao Portugal



RestoEcoResponsable

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.panierbiocergy.com

Tri à la source, collecte et valorisation des biodéchets

www.moulinot.fr

Conception, réalisation, conseils en communication et sites internet

www.rphunter.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



au petit fer à cheval

30 rue Vieille du Temple, 75004 Paris Téléphone 01 42 72 47 47

Pour tout commentaire envoyer un mail
sur le site www.cafeine.com