

A Yport, au Cabestan et sa Plume,

Chère visiteuse, cher visiteur, bienvenue au Cabestan et sa Plume !

Nous vous proposons des plats cuisinés avec des produits frais, locaux et de saison, cultivés en agriculture bio ou raisonnée.

Notre carte évolue au fil du temps et des saisons, au plaisir de vous y retrouver !



crêperie - café

À PARTAGER (ou non!)

ASSIETTE D'HÛÎTRES 13

6 huîtres de Tatihou n°3, beurre fermier, sauce à l'échalote

ASSIETTE DE CREVETTES 9

8 crevettes, mayo maison

ASSIETTE NORDIQUE 22

Poissons fumés (cabillaud, saumon, truite, hareng, maquereau), écrasé de pommes de terre à l'huile de truffes, sauce à la crème

PLANCHE 16

_ grande 8,5
_ petite
Jambon blanc, jambon de pays, coeur de Saint-Romain, camembert 76, beurre fermier, cornichons, pain yportais

FRITES 5

Frites fraîches maison, avec sauce au choix (roquefort, moutarde, mayo, ketchup)

PLATS PLUME

MOULES FRITES (selon arrivage) 13

_ Marinières 14
_ Normandes 15
_ Roquefort

PIÈCE BOUCHÈRE 21

Faux-filet, frites fraîches, sauce au choix (roquefort, moutarde, mayo, ketchup)

SALADE DU MOMENT 14

Inspirations de saison

GALETTES

SAISONNIÈRE 13 CABESTAN 20

Inspirations et légumes de saison

Saint-Jacques, moules en coquilles, tomme, sauce bénelictine flambée

CHÈVRE 10

Chèvre, compotée d'oignons, miel, noix, crème fermière

SAUMON 14

Saumon fumé, sauce à la crème, avec ou sans tomme

SAUCISSE 11

Saucisse artisanale, compotée d'oignons, sauce moutarde à l'ancienne

BOL DE SALADE BIO 4

avec champignons et compotée d'oignons

COMPLÈTE 13,5

Oeuf, champignons, jambon blanc, tomme, compotée d'oignons, crème fermière

MENU ENFANT 11,5

- de 10 ans
_ sirop à l'eau ou jus de fruit (orange, mangue, abricot, ananas)

SAVOYARDE 14

Meuhl normande, pommes de terre, crème fermière, compotée d'oignons, jambon de pays

_ une galette 2 ingrédients / moules marinières frite / une assiette frite jambon ou saucisse artisanale

À COMPOSER

Au choix parmi : tomme, chèvre, noix, roquefort, oeuf, champignons, jambon blanc, jambon de pays, compotée d'oignons

_ une boule de glace / une crêpe (sucre, pâte à tartiner, ou chocolat)

_ Deux ingrédients 8,5

_ Trois ingrédients 9,5

*Les galettes sont réalisées 100% avec de la farine de sarrasin bio et locale.

Prix en Euros TTC, service compris.

Conformément à la législation, une liste des produits allergènes ou pouvant faire l'objet d'intolérances est à votre disposition.

CRÊPES ET DESSERTS SUCRÉS

CRÊPE PLUME

Inspirations et fruit de saison

CRÊPE CAMEL

Caramel de pommes dieppoises

CRÊPE SUCRE

_ Sucre

_ Beurre fermier 1/2 sel - sucre

_ Beurre fermier 1/2 sel - sucre - citron

CRÊPE CHOCOLAT

Chocolat maison

CRÊPE PÂTE À TARTINER

Pâte à tartiner aux noisettes
du Lot-et-Garonne

CRÊPE CONFITURE

Confitures au choix : fraise, abricot,
framboise

7

GLACE de la ferme Follet

Parfums au choix : caramel beurre salé,
vanille, chocolat, coco, sorbet citron, sorbet
fraise, sorbet framboise, sorbet cassis,
sorbet mangue, sorbet pomme
_ Boule de glace

5

3

3,5

4

GLACE GOURMANDE

Deux boules de glace vanille, chocolat
chaud, chantilly, amandes effilées

3

8

5

GLACE NORMANDE

1 boule de glace vanille, 1 boule de glace
caramel, caramel de pommes, chantilly,
noisettes

8

6

GLACE CALVADOS

Deux boules de glace pomme, Calvados

8,5

4

SUPPLÉMENT SUCRÉ

_ Amandes effilées

_ Poudre de noix de coco

_ Chantilly à la vanille

_ Chocolat chaud

_ Caramel de pommes

_ Boule de glace au choix

_ Bénédicte

1

1

1,5

1,5

1,5

2,5

2,5



Les plats sont faits maison et élaborés sur place à base de produits frais et locaux.

Réservation au 02 27 30 18 79 - Pour en savoir plus : www.lecabestanetsaplume.fr



Prix en Euros TTC, service compris.

Conformément à la législation, une liste des produits allergènes ou pouvant faire l'objet
d'intolérances est à votre disposition.