



La Marée

Arrivage quotidien de qualité
Poissons & Fruits de Mer



L'authentique
Bistrot de la Mer
de La Rochelle

1 av de Colmar 17000 La Rochelle tél. 05 46 41 19 92
e.mail : lamaree.restaurant@wanadoo.fr / site : www.la-maree.fr

Compte tenu de la recrudescence des chèques impayés, nous informons notre aimable clientèle que nous ne sommes plus en mesure d'accepter ce mode de paiement.



Menu Marin

Midi Express

Uniquement le Midi, Sauf Samedi, Dimanche et Jours fériés

Poisson du Jour

ou

Eventail de Magret de Canard,
Sauce Aigre Doux à la Framboise ou Sauce au Poivre Vert

&

Île Flottante

ou

Mousse au Chocolat

ou

Crème Caramel Renversée *Parfumée à l'Orange*

ou

Clafoutis aux Framboises

Plat	15,50
Plat + Dessert de la Formule	19,50



MENU MOUSSAILLON

Jusqu'à 12 ans

Steak Haché ou Filet de Lieu ou Filet de Saumon
ou Cassolette de Moules

Frites et Légumes de saison

Mousse au Chocolat ou Muffin ou Glace 1 Boule
(Vanille, Chocolat, Fraise, Barbe à Papa)

12,00^{euros}





Nos Entrées

SALADES



	<i>Moyenne</i>	<i>Grande</i>
Symphonie de Salades <i>Variétés et Crudités de saison</i>	6,00	9,00
Salade du Berger <i>Sur un lit de Vert Pâturage, Camembert Rôti au Piment Doux, Cerneaux de Noix, Tomates, Pommes de Terre, Jambon de Parme et Toasts</i>	14,00	19,00
Salade Atlantique <i>Sur un lit de Salade mêlée, duo de Saumon fumé et mariné à l'Aneth, Noix de St Jacques et Crevettes Roses</i>	14,00	19,00
Salade Terre et Mer <i>Sur une Salade de Mesclun, Foie Gras, Jambon de Parme, Langoustine, Saumon Fumé, Tomates.</i>	15,00	20,00



CHAUD ET FROID



Soupe de Poissons de La Marée <i>Poissons de Roche et de L'Océan, sa Rouille et ses Croûtons</i>	12,00
Tartare de Poulpe Mariné à l'Ancienne	14,00
Chiffonnade de Jambon de Parme A.O.P Finement Tranché	15,00
Tartare de Saumon Frais Tradition <i>Ciboulette, Aneth, Echalotes, Citron et Huile Vierge</i>	16,00
Notre Foie Gras façon Marée <i>Médallions de Foie Gras mi-cuit, Fleur de Sel Chutney de Figs au Montbazillac et ses Toasts</i>	19,00
Assiette de Dégustation de la Mer <i>Saumon Fumé, Saumon Gravelax, Poulpe Mariné, Friture de Gambas et de Supions légèrement farinés</i>	20,00



Coquillages et Crustacés

NOTRE SÉLECTION D'HUÎTRES DE CHEZ BESSON

Huîtres Creuses de Ré élevées en Pleine Mer

Les Huîtres n°5

Les 3 . 4,50^{euros}

Les 6 . 7,50^{euros}

Les 9 . 9,50^{euros}

Les 12. 12,00^{euros}

Les Huîtres n°4

Les 3 . 6,50^{euros}

Les 6 . 11,90^{euros}

Les 9 . 15,50^{euros}

Les 12. 18,90^{euros}

Les Huîtres n°3

Les 3 . 7,50^{euros}

Les 6 . 13,90^{euros}

Les 9 . 18,50^{euros}

Les 12. 21,90^{euros}

Les Huîtres n°2

Les 3 . 9,50^{euros}

Les 6 . 16,90^{euros}

Les 9 . 20,90^{euros}

Les 12. 24,90^{euros}

Aucune Modification ne sera possible dans la composition des assiettes ou des plateaux de Fruits de Mer



FRUITS DE MER

Bigorneaux (la portion)

100g 5,00

200g 8,90

Bulots mayonnaise (la portion)

10 pièces 8,00

20 pièces 13,90

Grosses Crevettes Roses (le bouquet)

6 pièces 8,50

12 pièces 14,90

Palourdes crues (l'assiette)

6 pièces 8,50

12 pièces 14,90

Langoustines (le bouquet)

3 pièces 12,50

6 pièces 22,90

Le Tourteau environ 700 / 800 g

1/2 Tourteau 13,00

la pièce 25,00

Le 1/2 Homard Bleu Froid et sa Mayonnaise

25,00

L'Assiette du MARIN

2 Huîtres n°4, 2 Huîtres n°5, 3 Grosses Crevettes et 5 Bulots

16,00

L'ÉCAILLER

6 Bulots, 4 Grosses Crevettes, 3 Langoustines, 3 Palourdes, 3 Huîtres n°4 et un demi Tourteau

40,00

PLATEAU DU MAREYEUR

Toute son abondante déclinaison de Fruits de Mer en Plateau :

1/2 Tourteau

2 Huîtres n°2 - 3 Huîtres n°3 - 3 Huîtres n°4

3 Huîtres n°5 - 3 Belles Langoustines

6 Bulots - Bigorneaux

6 Grosses Crevettes - 6 Palourdes

58,00€ 1 pers.

105,00€ 2 pers.



Tous nos Fruits de Mer sont accompagnés de Sauce Vinaigre à l'Échalote, Mayonnaise, Citron, Pain de Seigle et Beurre demi-sel

RETOUR DE PÊCHE



sardine



saumon



bar



Sole

L'Arrivage quotidien des Produits de La Mer nous permet de vous proposer une Sélection de Poissons Frais d'exception et parfois de constater occasionnellement des ruptures en raison des aléas de la Pêche.



Notre Burger de la Mer, 20,00
Filets de Saumon et Cabillaud, Mesclun, Tomates, Oignons rouges, sauce Tartare. Servi avec Frites et Salade de saison, Pain Burger Frais

Belles Sardines dorées à la plancha 20,00
« Tout simplement à la Fleur de Sel »

Dos de Lieu Noir Vapeur, 21,00
Pommes de Terre, Bulots et Son Aïoli

Fritto Misto de la Mer, 21,00
Friture de Gambas, de Noix de Saint-Jacques et de Supions légèrement farinés

Tartare de Saumon Frais Tradition environ 200 g 22,00
(Ciboulette, Aneth, Echalotes, Citron et Huile d'Olive), Garni Frites et Salade de Saison

Poulpe à la Plancha, 24,00
Huile d'Olive, Ail et Citron

Pavé de Cabillaud Vapeur, 24,00
Crème Thym Citron

Mi-cuit de Thon au Saté (épice Asiatique à base de cacahuète), 25,00
Tagliatelles Fraîches

Filets de Bar Rôtis sur Peau, à la Plancha, 25,00
et sa Sauce Normande (Pommes, Crème et Calvados)

Tournedos de Bar aux Morilles 28,00

Farandole de Gambas (décortiquées) et son Risotto au Chorizo 30,00

Wok de la Mer, 30,00
Panaché de Poissons et Gambas au Saté, Lait de Coco, Crème, Citron vert, Nouilles Chinoises et Petits Légumes Croquants

Parillada de la Mer, Cabillaud, Saumon, Sardine, Bar et Poulpe 32,00
accompagnée de ses Tagliatelles Fraîches, de Sa Bisque de Homard et de Sa Sauce Framboise

Poêlées de Saint-Jacques et de Palourdes 32,00
accompagnée de ses Tagliatelles Fraîches et de son Jus de Palourde

Belle Sole Meunière Entière (non découpée par nos soins) 35,00

POUR LES GOURMETS

LA POTENCE DE LA MER 26,00

Belle Brochette de nos Poissons Frais, Saint Jacques, Gambas et Langoustine aux Saveurs du Grand Large, Rôtie au Four en persillade, sa Sauce Normande et sa Crème au Thym Citron



Toutes nos Sauces sont concoctées avec soin par le Chef et son Équipe...

RETOUR DE PÊCHE



AUTOUR DU VIVIER LE HOMARD BLEU «PRINCE DES MERS»

*Selon Arrivage, Homard (400/500 grammes) en provenance de l'Europe
proposé en plusieurs déclinaisons... environ 20 minutes de préparation*

1/2 HOMARD POÊLÉ 32,00

sur son Lit de Tagliatelles Fraîches à la Crème de Crustacées

1/2 HOMARD ROTI, 35,00

Au Beurre de Truffes

HOMARD ENTIER ROTI, 60,00

Au Beurre de Truffes

HOMARD ENTIER À L'ARMORICAINE 65,00

Cuit à la Plancha et son Risotto de Langoustine

CHAUDRÉE DE HOMARD ET DE PALOURDES 65,00

et Ses Petits Légumes



MOULES EN FOLIE !

Selon arrivage - Période conseillée de Juin à Octobre

Servies en marmite : environ 1kg et sa Timbale de Frites

Moules « Belles Marinières » 16,00

Vin Blanc, Persil, Échalotes.

Moules Barboteuses 18,00

Vin Blanc, Persil, Échalotes, Crème.

Moules Charentaises au Pineau 20,00

Vin Blanc, Persil, Échalotes, Crème au Pineau et Curry.



LE COIN DU BOUCHER

Origine (Voir notre tableau)

Notre Burger du Gourmet 19,00

*Délicieux Steak haché 100% pur Bœuf, Tomme de Savoie, Oignons, Tomates
et Sauce Tartare, Pain Burger Frais*

Servi avec Frites et Salade de saison

Magret de Canard Entier, 19,00

Sauce Aigre Doux à la Framboise ou Sauce Poivre Vert

Filet de Bœuf « de Notre Sélection Bouchère » 26,00

Sauce Poivre Vert





Menu Pêcheur

Entrée · Plat 29^{euros} ou Plat · Dessert 28^{euros}

Entrée · Plat · Dessert 34,00^{euros}



Entrées

Soupe de Poissons et sa garniture

ou

Crustacés en goguette

2 Huîtres n°4, 2 Huîtres n°5, 3 Grosses Crevettes et 5 Bulots

ou

Assiette de Poulpes marinés à l'Ancienne

ou

Vague de Jambon de Parme

ou

Salade Océane

Sur un lit de Salade Mêlée, Saumon Fumé, Saumon Mariné,
Grosses Crevettes Roses, Tomates

ou

Tartare de Saumon Frais Tradition

Ciboulette, Aneth, Echalotes, Citron et Huile Vierge

ou

Médailon de Foie Gras mi-cuit façon Marée

Fleur de Sel, Chutney de Figue au Monbazillac et Toasts

Plats

Poulpe à la Plancha, Huile d'Olive, Ail et Citron

ou

Pavé de Cabillaud Vapeur, sauce Thym Citron
et Tagliatelles Fraîches

ou

Filet de Bar Rôti sur Peau à la Plancha

Sauce Normande (Pommes, Crème et Calvados)

ou

Belles Sardines Dorées à la Plancha, « Tout simplement à la Fleur de Sel »

ou

Dos de Lieu Noir Vapeur, Pommes de Terre et son Aïoli

ou

Filet de Bœuf, sauce Poivre vert

Desserts

Camembert Rôti au Piment Doux

ou

Crème Brûlée à la Vanille Bourbon

ou

Moelleux Cœur coulant Chocolat

ou

Nougat glacé Artisanal

ou

Carpaccio d'Ananas et son Sorbet Pêche de Vigne

ou

Crème Caramel Renversée parfumée à l'Orange

ou

Clafoutis aux Framboises

