

# RESTAURANT L'ENVOL



De 19h15 à 21h15

---

Entrée, Plat & Dessert 65€

---



---

Entrée, Plat & Dessert végétarien 60€

---

## LES ENTRÉES

### LE DAURIN DE CAMARGUE 19

En crudo, condiment abricot-miso, huile de fenouil fumée

Raw grey mullet with apricot-miso condiment and smoked fennel oil



### LA TOMATE DU VAR 19

En tartelette, sorbet à l'eau de tomate, condiment de tomates corsées et basilic

Tartlet with tomato sorbet and intense flavoured tomato-basil condiment

### LE CRABE BLEU DE MEDITERRANÉE 22

En rémoulade au sésame, salade de concombre mariné, chips de nori

Mediterranean blue crab salad with sesame, marinated cucumber and nori crisps

### LA SEICHE 20

En raviolo, fraîcheur de fenouil et tentacules, émulsion pomme-fenouil, huile au safran

Cuttlefish in "raviolo" style with apple-fennel emulsion and saffron oil



## LES PLATS

### LA PÉLAMIDE DE MÉDITERRANÉE 32

En tataki, pressé d'aubergine au basilic, caviar d'aubergine brûlé, nuage de basilic  
Mediterranean bonito tataki, basil-infused pressed eggplant, smoked eggplant caviar and basil foam

### L'AÏOLI DE RAIE 34

En pressé, légumes d'été étuvés, murex de Méditerranée, poutargue de poule  
Pressed ray with aioli, braised summer vegetables, Mediterranean murex and cured hen egg bottarga

### LE MAGRET DE CANETTE 33

Grillé, haricots verts de la région et betteraves jaunes sautées, jus intense à la framboise  
Grilled duck breast, local green beans, sautéed yellow beetroots and intense raspberry jus

### L'ONGLET DE BOEUF 37

+3 € en  
demi-pension ou menu

Fumé au foin, pommes mitrailles gourmandes, sabayon à l'estragon, lard de bœuf braisé, chips d'échalotes  
Smoked hanger steak with baby potatoes, tarragon sabayon, braised beef bacon and crispy shallot chips

### LE TIAN PROVENÇAL 28

Aux légumes confits, crème de pois chiches aux épices du Levant, pistou au basilic et panisse marseillaise  
Ratatouille with chickpea cream, Levantine spices, basil pesto and traditional crispy chickpea fritters

### POISSON GRILLÉ SUR COMMANDE 12 € / 100 G

Sur demande, non inclus  
dans la demi-pension

À commander au minimum 24h à l'avance, selon arrivage et disponibilité.  
To be ordered at least 24 hours in advance, subject to availability and the day's catch.

### LES GARNITURES SUPPLÉMENTAIRES 8

Pommes allumettes, légumes de saison ou riz de Camargue parfumé au citron et à l'ail  
Side dishes : French fries, seasonal vegetables or "Camargue" french rice flavoured with lemon and garlic

---

## LES CRÉATIONS DE NOTRE PÂTISSIER

---

*Tous nos desserts sont confectionnés chaque jour dans notre cuisine avec des produits de saison et le savoir-faire de notre pâtissier.*

### LA FRAMBOISE 16

En fraîcheur gourmande, sorbet au basilic thaï, papier de framboise  
Fresh raspberry dessert with basil-Thai sorbet and raspberry crisp

### LE CAFÉ 14

En vacherin moderne, parfait à la vanille de Madagascar, sauce à l'amaretto  
Coffee ice cream, Madagascar vanilla parfait, crispy meringue and amaretto sauce

### LA PÊCHE 16

Pochée à l'hibiscus, nougat glacé à la noisette, en tartare à la verveine  
Hibiscus Poached peach, tartare with verbena, served with hazelnut frozen nougat

---

### GLACES ET SORBETS ARTISANAUX 4

LA BOULE  
PER SCOOP

### ASSIETTE DE FROMAGES DU MOMENT DE LA FROMAGERIE L'ÉTALE 14

Confiture du moment et noisettes

Selection of cheeses from the local cheese shop "L'Étale" served with seasonal jam and hazelnuts



La cuisine du Restaurant L'Envol aime conjuguer les grands classiques de la gastronomie française à une approche créative et inspirée. Les assiettes se parent d'accents ensoleillés du Sud.

Cette carte été célèbre une cuisine chaleureuse et réconfortante, portée par des produits du terroir soigneusement sélectionnés.

Notre restaurant est labellisé **deux macarons Écotable**, une certification qui valorise les établissements engagés en faveur d'une restauration plus durable. Nous privilégions les produits de saison, les circuits courts et des pratiques respectueuses de l'environnement.

The cuisine at Restaurant L'Envol combines the great classics of French gastronomy with a creative and inspired approach. Each dish is infused with the sunny flavours of the South.

This summer menu celebrates warm and comforting cuisine, showcasing carefully selected local produce.

Our restaurant has been awarded the **two-macaron Écotable label**, a certification recognizing establishments committed to more sustainable dining. We prioritize seasonal ingredients, short supply chains, and environmentally responsible practices.

## NOS FOURNISSEURS ET PRODUCTEURS LOCAUX

AGRUMES & AROMATES : De notre jardin

LES PETITES HERBES- GASSIN : Micro-pousses & fleurs

FLORIAN OLTRA - LAVANDOU : Boulangerie

TAGETE ET BERGAMOTE- Produits de producteurs locaux- : Fruits et Légumes

FROMAGERIE L'ETALE - LAVANDOU : Chèvres de la Pastourelle

ROUBY VAR : Epicerie et produits laitiers

LA POISSONNERIE & MERICQ & CÔTÉ FISH : Poissons et crustacés

LERDA ET TSA : Viandes

PIMENT ROUGE : Produits italiens

XOCO GOURMET : Producteur de chocolat

DU SUD - PROVENCE : Huile d'olive

et vinaigre balsamique biologiques

Une liste des allergènes présents dans les plats est à votre disposition.

Origine des Viandes & Poissons :

Canard : Né, élevé et abattu en France.

Boeuf : Né, élevé et abattu en Union européenne.

Poissons : Méditerranée, ou Atlantique selon arrivage.

Prix nets en euros, taxes et service compris.