

LA PÉNICHE EST CRÉAVITAILLÉE MAJORITAIREMENT AVEC DES PRODUITS ISSUS DU COMMERCE ÉQUITABLE, SOLIDAIRE ET ARTISANAL DISPONIBLES AU PUBLIC SUIVANT LES STOCKS ET PRÉPARATIONS.



RÉSERVATIONS

AU PLUS TARD LA VEILLE
06 69 09 55 10

• SEMAINE •

DE 12H À 14H30
ET DE 19H À 23H

• WEEK-END • FÉRIÉS •

DE 12H À 16H
ET DE 19H À 23H

RESTAURANT

SERVICE AU BAR

ANTIPODE

MENUS

★ LES INGRÉDIENTS EN JAUNE
PEUVENT ÊTRE ENLEVÉS DES PLATS.

PETITE SOUPE + UNE TOSTADA OU UNE PETITE SALADE AU CHOIX	7€
UNE PETITE SALADE + UNE TOSTADA AU CHOIX	8€
GRANDE SOUPE + UNE TOSTADA OU UNE PETITE SALADE AU CHOIX	9€
PETITE SOUPE + UNE TOSTADA ET UNE PETITE SALADE AU CHOIX	11€
GRANDE SOUPE + UNE TOSTADA ET UNE PETITE SALADE AU CHOIX	13€
SUPPLÉMENT DESSERT	3€50

▲ SOUPE « MAISON » [AUX LÉGUMES DE SAISON]	PETITE 3€
	GRANDE 5€

TOSTADAS [2 PIÈCES]

▲ ANTIPONADE	8€50
Pain au levain, brebis fondu, crème d'artichauts, pignons, miel, coriandre.	
▲ KOLI WRAP	8€50
Galette, poulet pané, salade, tomates cerise, oignons, coriandre, sauce mayonnaise, blanche ou piquante.	
▲ STI WRAP	8€50
Galette, saumon fumé, avocat, crevettes, poivrons, oignons, wasabi, citron jaune, salade, sauce mayonnaise, blanche ou piquante.	
▲ NAVAK BURGER	8€50
Pain burger, crudités (tomates, concombres, carottes, oignons rouges), salade, pois chiches, persil, coriandre, oignons blancs, piment, cumin, sauce mayonnaise, blanche ou piquante.	
▲ CAMPERO	8€50
Pain sandwich, jambon de pays, basilic, tomate, mozzarella, sauce mayonnaise, blanche ou piquante.	

LES TOSTADAS SONT ACCOMPAGNÉES DE SALADE VERTE.

SALADES

▲ MARGERIDE	9€
Lentilles, roquette, fruits rouges du moment, graines de tournesol, vinaigrette balsamique.	
▲ CHESIYA MAMA	9€
Quinoa, feta, coriandre, aneth, menthe, oignons frais, pignons grillés, vinaigrette au pesto.	
▲ PÉTAROU	9€
Salade mixte, bricks au chèvre persillées, tomates cerise, gésiers, pommes grillées, noix, persil, vinaigrette balsamique.	

PAIEMENT À LA COMMANDE | PRIX NETS | TVA INCLUSE
SERVICE COMPRIS | PAS DE MINIMUM DE MONTANT POUR LA CB



APÉROS

▶	CAMEMBERT AU FOUR AVEC SA PERSILLADE & CROÛTONS	6€
▶	GUACAMOLE MAISON & NACHOS	6€
▶	BEIGNETS DE LÉGUMES Sauté de légumes de saison dans sa pâte brisée, sauce tomate et basilic.	6€
▶	POMMES DE TERRE SAUTÉES Pommes de terre, ail, sel, persil, sauce tomate et basilic.	6€
▶	BEIGNETS DE FROMAGE Pomme de terre, coriandre, oignons frais, farine de blé, œufs, emmental.	6€
▶	CHÈVRE AU MIEL Fromage de chèvre, croûtons, poire, poivre, miel.	6€
▶	PLANCHE DE FROMAGES (5 PIÈCES) Fromage de chèvre, St-Nectaire, Brie, Roquefort, Comté, confiture.	10€
▶	PLANCHE DE CHARCUTERIES (4 PIÈCES) Jambon de pays, croûtons de rillettes d'oie, saucisson, terrine de campagne, cornichons.	11€
▶	PLANCHE MIXTA (5 PIÈCES) Fromage de chèvre, Comté, jambon de pays, terrine de campagne, saucisson, cornichons.	11€

ASSIETTES

▶	NÔCLETTE	1 PERS. 10€
	Fromage à raclette accompagné de charcuterie et de pommes de terre. CHAUFFEZ VOUS-MÊME VOTRE FROMAGE AVEC UN APPAREIL À BOUGIES.	2 PERS. 18€
▶	MURGI MASALA	9€
	Émincé de poulet aux pois chiches, riz parfumé à l'estragon, crudités (tomates, concombres, carottes, oignons rouges), sauce du chef (tomate, ail, gingembre, yaourt), persil.	

À TOUT MOMENT

▶	SAUCISSE AU CHOIX : NATURE, AUX HERBES OU CHORIZO	DEMI 4€	ENTIÈRE 8€
▶	RILLETES D'OIE	4€	
▶	TERRINE DE CAMPAGNE	4€	
▶	DUO DE FROMAGES Fromage de chèvre, Comté.	4€	
▶	SARDINES MILLÉSIMÉES 2016 Les sardines millésimées sont des sardines de garde. Elles sont préparées à la main et emboîtées fraîches. Elles peuvent se conserver jusqu'à 10 ans et se bonifient même avec le temps. Conserverie La Perle des Dieux.	6€	

TAPAS & MEZZÉS ★

SERVIS LE JEUDI SOIR, VENDREDI SOIR,
SAMEDI ET DIMANCHE MIDI ET SOIR

-  **POULBOUKO** 5€
Accras de morue (5 pièces) : Morue, œufs, oignons, piment, persil, farine de blé, lait, thym.
-  **MACCHU** 5€
Quinoa, feta, persil, oignons rouges, pignons, vinaigrette au pesto.
- SATAYS** 6€
Brochettes de poulet (2 pièces) : Poulet grillé, tomate, basilic, oignons blancs, poivrons, épices, citron.
-  **FALAFELS** 6€
(4 pièces) : Pois chiches, persil, coriandre, oignons blancs, ail, piment, cumin.
- HABEMUS TAPAS (À PARTAGER)** 22€
Assortiment des 4 Tapas + guacamole OU camembert au four OU beignets de fromage
OU chèvre au miel OU pommes de terre sautées.

DESSERTS

-  **CRÈME BRÛLÉE AUX FRUITS** 4€50
Crème, vanille, agar agar, œufs, fruits.
-  **BEIGNETS FRUITS** 4€50
Pain, chocolat noir, fruits, œufs.
-  **PANNA COTTA** 4€50
Crème, spéculoos, coulis de fruits rouges ou caramel (végétarien).
-  **BANANE DÉGLINGUÉE** 4€50
Banane, chocolat, coulis de fruits rouges.
-  **DESSERT DU JOUR** 4€50

GOURMANDISES

-  **CALE JOUE** 5€50
Café / café crème / thé / petit chocolat et dessert du jour.
-  **CAFÉ GOURMAND** 6€
Café / café crème / thé / petit chocolat, brigadeiro, petit dessert du jour, petite crème brûlée aux fruits,
petite banane déglinguée.



TOUS NOS PRODUITS SONT FRAIS.
LES PLATS « FAITS MAISON » SONT ÉLABORÉS
SUR PLACE À PARTIR DE PRODUITS BRUTS,
À L'EXCEPTION DES PATISSERIES DU JOUR CRÉÉES
PAR LA BOULANGERIE AU 140.

ALLERGÈNES



PAIEMENT À LA COMMANDE | PRIX NETS | TVA INCLUSE | SERVICE COMPRIS | PAS DE MINIMUM DE MONTANT POUR LA CB