

PETIT DÉJ

- 🍷 Le Français : café ou thé, tartines beurre & confiture, jus d'oranges pressées 8,50 €
- 🍷 Le Classique : chocolatine ou croissant, café ou thé, jus d'oranges pressées 9,00 €
- 🍷 Advocado Toast 8,50 €
- 🍷 Muesli Bowl : fromage blanc, fruits frais, muesli 8,00 €
- 🍷 Açai Bowl : açai, fruits frais, muesli 9,00 €

SNACK [sur place ou à emporter]

- 🍷 Hot Dog : véritable saucisse de Strasbourg & pain baguette 5,00 €
- 🍷 Sandwich 1/2 baguette : jambon beurre ou jambon de pays ou fromage 5,00 €
- 🍷 Healthy : wrap, salade, légumes crus et marinés, graines, quinoa & avocat 9,50 €
Supplément Poulet ou Poisson 2,00 €
- 🍷 Frites fraîches maison 5,50 €

POKE BOWLS GARNIS [sur place ou à emporter]

Base : riz, salade, légumes crus et marinés, graines et avocat.

- 🍷 Poulet 16,50 €
- 🐟 Poisson cru mariné 16,50 €
- 🍷 Poke bowl vegan (sans gluten, merci de spécifier) 15,00 €

BURGERS [sur place ou à emporter]

- 🍷 Cheese Burger Terramar (sauce maison), frites fraîches & salade 16,50 €
- 🍷 Veggie Burger Terramar, frites fraîches & salade 15,00 €

DESSERTS [sur place ou à emporter]

- 🍷 Gaufre maison : sucre 3,50 € | confiture ou Nutella 5,00 €
- 🍷 Beignet au chocolat 3,00 €
- 🍷 Dessert du jour Maison 7,00 €
Chantilly (supplément 1,00 €)
- 🍷 Glaces artisanales de Capbreton Toccattutti, pot 120 ml 4,50 €
Vanille, Chocolat, Citron, Fraise, Kinder bueno, Mangue, Caramel beurre salé

MENU ENFANT

- 🍷 Poulet pané ou poisson / frites ou riz + glace 12,00 €

Nos produits sont majoritairement frais et transformés sur place.

La préparation requise est en moyenne de 30 mn.

Origine des viandes : Allemagne, Espagne, France, Grande-Bretagne.













Service au bar uniquement
Chèques non acceptés. CB à partir de 5,00 €



SUGGESTIONS DU MIDI voir Ardoises [sur place]





-  Salade du jour
-  Suggestion du jour **TERRA**  Suggestion du jour **MAR**
-  Tartare du jour

TAPAS [Midi et Soir]





-  Tartines du jour 6,00 €
-  Planche charcuterie ou Planche fromage 16,00 €
-  Planche mixte [fromage et charcuterie] 17,00 €
-  Jambon blanc truffé 18,00 €
-  Saucisse sèche Fuel 6,50 €
-  Pâté Landais 9,00 €
-  Assortiment de légumes croquants et son dip 7,50 €
-  Côte de bœuf à partager [ou pas !], frites fraîches, sauce béarnaise [30 minutes] . 65,00 €
-  Burrata crémeuse, tomates au pesto et noix de cajou..... 14,00 €
- Supplément jambon cru 2,50 €
-  Crevettes panées sauce raita et aigre douce 12,50 €

RACIONES [Soir uniquement]

CÔTÉ TERRA 16,00 €

-  Tigre qui pleure, bœuf juste saisi, sauce tamarin aux piments [sup. 1,00 €]
-  Ribs de porc, purée et beignet de patate douce
-  Saltimbocca de poulet et porc grillé quenelle et son cœur de mozza
-  Tartare de bœuf italien [sup. 1,00 €]

CÔTÉ MAR 16,00 €

-  Brochette de saumon rôti tandoori, légumes Thai Wasabi, gingembre
-  Tataki de thon, sauce thai [sup. 1,00 €]
-  Thai curry de gambas, riz et légumes [sup. 1,00 €]
-  Tartare de thon à la tahitienne [sans gluten]

TERRA & MAR 17,00 €

Chipirons, piperade au chorizo et persillade

VEGAN sans gluten 14,50 €

Wok de nouilles, légumes et cacahuètes

Accompagnements: Wok de légumes, Frites fraîches, Riz 5,50 €

Nos produits sont majoritairement frais et transformés sur place.

La préparation requise est en moyenne de 30 mn.

Origine des viandes : Allemagne, Espagne, France, Grande-Bretagne.



Service au bar uniquement
Chèques non acceptés. CB à partir de 5,00 €





Carte des Vins

Verre
14 cl

Bouteille
75 cl

Magnum
150 cl


ROUGE

6 ^{ème} sens, Gérard Bertrand, IGP Pays d'Oc	4,50 €	20,00 €	
Syrah grenache merlot - Arômes fruits rouges et vanille, robe rouge rubis, tanin fin			
Encierro, Espagne, La Mancha 		25,00 €	
Tempranillo - Frais et léger			
Tannat, Lionel Orsmin, Sans soufre, IGP Gascogne		28,00 €	
Raisin Tannat, vin charnu tout en rondeur, épices & fruits noir			
Château Haut Moulin, Côtes de Blaye 	6,00 €	32,00 €	
Syrah grenache merlot - Arômes fruits rouges et vanille, robe rouge rubis, tanin fin			
Laurent Combiar, AOC Crozes-Hermitage 	7,00 €	37,00 €	74,00 €
Merlot, cabernet sauvignon - Arômes fruits noir, cuir et vanille, robe sombre, tannique et puissant			
Châteauneuf-du-Pape, Domaine Lavau		69,00 €	
Grenache noir, Syrah, Mourvèdre - Nez complexe de prunes, bouche ample et équilibrée			

BLANC

Haut de Montrouge, IGP Gascogne	4,50 €	20,00 €	
Colombard - Arôme acacia pêche blanche, tonique et fin			
Domaine de la Pointe Capbreton « Les pieds dans le sable »		25,00 €	
Gros mensang, Chardonnay, chenin - Robe claire et brillante, bouche vive et fraîche			
Uby N° 3, sec, IGP Gascogne	5,00 €	26,00 €	
Colombard - Arômes pamplemousse et citron, sec et fruité			
Villa Chambre d'Amour, Doux, IGP Gascogne	5,00 €	26,00 €	
Gros manseng & Sauvignon blanc - Arômes fruits exotiques et agrumes, moelleux & explosif			
Tout naturellement de Py Bio & naturel  (sans sulfites ajoutés) ...		28,00 €	
Domaine Laveau, Côtes du Rhône Blanc		29,00 €	
[Grenache blanc, Viognier] Arômes pêches et poires, bouche gourmande, jolie gras			

ROSÉ

Les Restanques, Vin de Pays du Var	4,50 €	20,00 €	
Domaine de la Pointe Capbreton « Les pieds dans le sable »		25,00 €	
Gris Blanc, Gérard Bertrand, IGP - Pays d'OC	5,50 €	26,00 €	50,00 €
Vol de nuit, Côtes de Provence Bio 	6,00 €	27,00 €	
Minuty Prestige, cru classé, Provence		38,00 €	

CHAMPAGNE

Moët & Chandon		65,00 €	
Invictis	la coupe 10 cl	8,00 €	55,00 €



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.
À consommer avec modération.

Service au bar uniquement

Chèques non acceptés. CB à partir de 5,00 €





BOISSONS CHAUDES

Café	2,00 €	Café américain / noisette	2,00 €
Thés, Infusions			3,50 €
Café crème, Cappuccino, Chocolat chaud			3,50 €
Thé ou Café frappé			4,00 €

EAUX MINÉRALES NATURELLES

No Plastic water, plate ou gazeuse 33 cl			3,50 €
Bouteille Abatilles, plate ou gazeuse 1L			5,00 €


SODAS, SIROPS, JUS

Soda canette 33 cl			3,50 €
Sirop, Diabolo			2,50 €
Jus de fruits Bio  « Jus de Rêve » 25 cl			4,50 €
Jus de kiwi des Landes Bio  25 cl			5,00 €
Fruits pressés			5,50 €
Smoothie & Milkshake 35 cl			7,50 €

COCKTAILS

Spritz, St Germain, Mojito Lillet, Lillet Mule	Verre 35 cl	8,00 €	1,5L	30,00 €
Sangria	Verre 30 cl	4,00 €	1,5L	19,00 €
Cocktails sans alcool	Verre 35 cl	6,00 €		
Crodino - Virgin Spritz sans alcool	Verre 17,5 cl	6,00 €		

BIÈRES

Pression Pills	1/2 25cl	4,00 €	50 cl	7,00 €	Pichet 1,5L	19,00 €
IPA	1/2 25cl	5,00 €	50 cl	9,50 €	Pichet 1,5L	27,00 €
Supplément sirop		0,50 €	Supplément Picon			0,50 €
Bières bouteilles [dont bières locales], Ginger Beer 35cl						5,50 €
Licorne Bio  1/2 25cl		4,00 €	50 cl	7,50 €	Pichet 1,5L	20,00 €
Hard Seltzer 33cl						5,00 €
Bière sans alcool 33cl						4,00 €

AUTRES ALCOOLS

Kir cassis ou pêche 10cl	3,00 €	Kir Royal 10cl	8,00 €	
Cidre Topa 33cl			5,50 €	
Suze, Martini 5cl			5,00 €	
Pipper Mint	Verre 5cl...	5,50 €	Bouteille ..	55,00 €
Coupe de Champagne 10cl				8,00 €



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.
À consommer avec modération.

Service au bar uniquement

Chèques non acceptés. CB à partir de 5,00 €

