



# Le Claire Marais

*Claire Bluszy*

**Restaurant Eco Responsable**

Nous avons envie de prouver que l'on peut faire mieux pour la planète sans compromis sur le plaisir. On commence avec une carte généreuse mais nous n'avons pas fait que ça. Nous avons essayé de tout améliorer : sourcing des produits, qualité de vie des équipes, conception du restaurant, gestion des déchets ou encore réduction du gaspillage.

-Priorité au Local & Direct & Bio

-100 % Produits de Saison

-99 % d'Ingrédients Bruts Non Transformés

-Objectif : No Gaspillage

-Vins Naturels, Biologiques ou en Biodynamie

-Soft Bio

-Une Addition au Juste Prix

-Les Equipes sont Formées toute l'année sur les pratiques écologiques et l'alimentation durable

**08, Place Victor Hugo 62500 Saint Omer**

**03 21 93 15 15**

[contact@clairemarais.fr](mailto:contact@clairemarais.fr)

[www.clairemarais.fr](http://www.clairemarais.fr)



## AU DEJEUNER

Des assiettes pleines de caractère, parfaites pour un repas tout en douceur  
Nous vous recommandons 2 à 3 assiettes par personne ( à partager ou pas )

**POSSIBILITE EN VERSION « Grande Assiette » ( + 6 € SUP.)**

**« La Pause à Faire 25 € » ou « La Pause à Faire 22 € »**

(Choix à la carte)

**2 Assiettes Salées**

**1 Sucrée**

(Choix à la carte)

**1 Grande Assiette Salée**

**1 Sucrée**

### Salées :

**-Le Chou-Fleur,**    **10 €**  
Chou-Fleur Rôti au Paprika / Sauce Epicé / Sésame.

**-Le Boulgour,**    **10 €**  
Salade de Boulgour / Butternut Rôti / Raisins Secs  
Fêta / Noix de Pecan / Ricotta au Lait de Coco..

**-Le Bao,**  **10 €**  
Pain Cuit Vapeur / Poêlée de Champignons / Soja /  
Tagliatelle de Carottes et Concombre /  
Graines de Sésames / Oignons Frits.

**-Le Curry,**    **10 €**  
Curry de Pois Chiche / Epinard / Champignons /  
Cèleri Branche en Pickles.

**-Le Riz,**   **10 €**  
Riz aux Epices / Sauce Tomate / Fromage Blanc /  
Oignons Caramélisés.

**-Les Pâtes,** **12 €**  
Torsades au Pesto Basilic et Roquette /  
Mortadelle / Parmesan.

**-Le Bœuf,**  **13 €**  
Paleron de Bœuf Confit au Vin Rouge /  
Steak de Cèleri / Sauce Vin Rouge.

**-La Patate Douce,**   **10 €**  
Patate Douce Rôtis au Miel et Sésame /  
Crème de Fêta / Pistaches / Herbes.

**-Le Lieu,** **13 €**  
Lieu Rôti / Bouillon Thai / Chou / Poireau / Soja /  
Champignons / Curcuma / Gingembre / Citronnelle .

**-Le Brie,**  **9 €**  
Pain aux Fruits Secs Grillé / Brie /  
Crème Mascarpone / Huile de Truffes.

### « Petit Plus »

**-Mijoté Chou Blanc / Chorizo.**  **5 €**

**-Gratin de Pommes de Terre aux Cèpes.**   **5 €**

**-Crumble de Légumes.**  **5 €**

**-Risotto Lentilles / Copeaux de Parmesan.**    **5 €**

### Sucrées :

**-Le Smoothie,**   **7 €**  
Smoothie Banane / Choux Kale / Mangue /  
Citronnelle / Crème Végétale.

**-Le Riz,** **7 €**  
Riz au Lait / Caramel / Crumble.

**-La Pomme,** **8 €**  
Tartelette Pommes / Crumble.

**-Le Cheese Cake,** **7 €**  
Cheese Cake / Biscuit Cannelle / Crème Citron.

**-La Carotte,** **7 €**  
Cake Carotte / Glaçage au Sucre /  
Compotée Rhubarbe

**-Le Tiramisu,** **8 €**  
Crème Mascarpone / Biscuit Cuillère Imbibé de Café  
/ Cacao Amer.

**-Les Graines de Chia,**   **6.50 €**  
Lait de Coco / Crème Végétale /  
Graines de Chia / Compotée de Fruits



Végétarien



Végan



Gluten Free



Véganisable

## AU DINER

Des assiettes pleines de caractère, parfaites pour un repas tout en douceur  
Nous vous recommandons 2 à 3 assiettes par personne ( à partager ou pas )

**POSSIBILITE EN VERSION « Grande Assiette » ( + 6 € SUP.)**

**« La Dégustation » : 57 € ( seul ou à partager choix a la carte )**

3 Assiettes Salées + 2 « Petit Plus » + 1 Fromage ( Le Brie ) + 1 Sucrée

### Salées :

#### -Les Pâtes,

12 €

Torsades au Pesto Basilic et Roquette /  
Mortadelle / Parmesan.

#### -Le Boulgour,

10 €

Salade de Boulgour / Butternut Rôti / Raisins Secs  
Fêta / Noix de Pecan / Ricotta au Lait de Coco..

#### -Le Bao,

10 €

Pain Cuit Vapeur / Poêlée de Champignons / Soja /  
Tagliatelle de Carottes et Concombre /  
Graines de Sésames / Oignons Frits.

#### -Le Curry,

10 €

Curry de Pois Chiche / Epinard / Champignons /  
Cèleri Branche en Pickles.

#### -Le Riz,

10 €

Riz aux Epices / Sauce Tomate / Fromage Blanc /  
Oignons Caramélisés.

#### -Le Chou-Fleur,

10 €

Chou-Fleur Rôti au Paprika / Sauce Epicé / Sésame.

#### -Le Saumon,

13 €

Feuilleté Toasté / Guacamole D'Avocat / Saumon  
Fumé / Œuf basse Température..

#### -Le Bœuf,

13 €

Paleron de Bœuf Confit au Vin Rouge /  
Steak de Cèleri / Sauce Vin Rouge.

#### -La Patate Douce,

10 €

Patate Douce Rôtis au Miel et Sésame /  
Crème de Fêta / Pistaches / Herbes

#### -Le Lieu,

13 €

Lieu Rôti / Bouillon Thai / Chou / Poireau / Soja /  
Champignons / Curcuma / Gingembre / Citronnelle .

#### -Le Brie,

9 €

Pain aux Fruits Secs Grillé / Brie /  
Crème Mascarpone / Huile de Truffes.

### « Petit Plus »

-Mijoté Chou Blanc / Chorizo.

5 €

-Gratin de Pommes de Terre aux Cèpes.

5 €

-Crumble de Légumes.

5 €

-Risotto Lentilles / Copeaux de Parmesan.

5 €

### Sucrées :

#### -Le Smoothie,

7 €

Smoothie Banane / Choux Kale / Mangue /  
Citronnelle / Crème Végétale.

#### -Le Riz,

7 €

Riz au Lait / Caramel / Crumble.

#### -La Pomme,

8 €

Tartelette Pommes / Crumble.

#### -Le Cheese Cake,

7 €

Cheese Cake / Biscuit Cannelle / Crème Citron.

#### -La Carotte,

7 €

Cake Carotte / Glaçage au Sucre /  
Compotée Rhubarbe

#### -Le Tiramisu,

8 €

Crème Mascarpone / Biscuit Cuillère Imbibé de Café  
/ Cacao Amer.

#### -Les Graines de Chia,

6.50 €

Lait de Coco / Crème Végétale /  
Graines de Chia / Compotée de Frui



Végétarien



Végan



Gluten Free



Véganisable

## « A Emporter »

Assiette seule salée : 9 € Sucrée : 6 €

### Menu

22,00 € TTC

2 Assiettes Salées et 1 Sucrée

### Menu

29,00 € TTC

3 Assiettes Salées et 1 Sucrée

### Nos Assiettes Salées :

#### -La Patate Douce,



Patate Douce Rôtis au Miel et Sésame / Crème de Fêta / Pistaches / Herbes.

#### -Les Pâtes,

Torsades au Pesto Basilic et Roquette / Mortadelle / Parmesan.

#### -Le Boulgour,



Salade de Boulgour / Butternut Rôti / Raisins Secs / Fêta / Noix de Pecan / Ricotta au Lait de Coco..

#### -Le Bao,



Pain Cuit Vapeur / Poêlée de Champignons / Soja / Tagliatelle de Carottes et Concombre / Graines de Sésames / Oignons Frits

#### -Le Curry,



Curry de Pois Chiche / Epinard / Champignons / Cèleri Branche en Pickles.

#### -Le Riz,



Riz aux Epices / Sauce Tomate / Fromage Blanc / Oignons Caramélisés

#### -Le Brie,



Pain aux Fruits Secs Grillé / Brie / Crème Mascarpone / Huile de Truffes.

### Nos Assiettes Sucrées :

#### -La Pomme,

Tartelette Pommes / Crumble.

#### -Le Cheese Cake,

Cheese Cake / Biscuit Cannelle / Crème Citron..

#### -Le Tiramisu,

Crème Mascarpone / Biscuit Cuillère Imbibé de Café/ Cacao Amer.

#### -La Carotte,

Cake Carotte / Glaçage au Sucre / Compotée Rhubarbe

#### -Les Graines de Chia, ,



Lait de Coco / Crème Végétale / Graines de Chia / Compotée de Fruits.



Végétarien



Végan



Gluten Free



Véganisable