

# le bar du soleil

RESTAURANT

HÔTEL LE PROVENÇAL



**Réservation au 04.98.04.54.54**

Depuis 1951

Dessin Matthieu Cossé

Nos équipes sont habillées par American Vintage

## Les Entrées

### LA BRANDADE DE POISSON BLANC

14€

En piquillos farcis, gratinés au fromage de Brebis

### LE BOUDIN NOIR DE CHRISTIAN PARRA

17€

Snacké à la plancha et agrémenté d'une sauce aigre douce aux tomates et ananas

### LA BONITE DE NOS PÊCHEURS ARBANAIS

18€

Aux aubergines et condiments du soleil

### LA PIÉMONTAISE DE CRABE

17€

Aux 7 épices, patates douces et citron vert

### LA BURATTA

15€

Relevée par la caponata de Carmen, pesto et focaccia

### LE TARTARE DE BŒUF DE LA MAISON POLMARD

15€

Aux parfums iodés

## Starters

### WHITE FISH BRANDADE

14€

Stuffed capsicum baked with sheep cheese

### CHRISTIAN PARRA'S BLACK PUDDING

17€

Plancha grilled with tomatoes and pineapple sauce

### SKIPJACK TUNA FROM OUR FISHERMEN

18€

With eggplants and Soleil pickles

### CRAB PIEDMONTESE

17€

Spices, sweet potatoes and lime

### BURATTA

15€

Spiced up with Carmen's caponata, pesto & focaccia

### BEEF TARTARE FROM MAISON POLMARD

15€

With a slight mediterranean twist

## Les Plats

**LE TOURNEDOS DE PINTADE AU CHORIZO** 28€  
Servit avec un riz « Bomba » , sauce paella

**LA POITRINE DE COCHON CROUSTILLANTE** 28€  
Porc d'antan cuit doucement, déclinaison de choux fleur en couleurs et condiment de pruneaux à l'armagnac

**LA PECHE MÉDITERRANÉENNE** 32€  
Ecrasé de pomme de terre, sauce tomate citron basilic à l'huile d'olive

**LES GNOCCHIS DU SOLEIL** 26€  
Poêlés aux artichauts, tomates et pistou

**LE POULPE EN KEBAB** 30€  
Snacké aux épices, fraîcheur de légumes et sauce blanche féta menthe

**LE STEACK D'AUBERGINE** 24 €  
Grillé au barbecue, gratiné aux tomates, panisses et olives noires, servi avec un taboulé de saison

## Les Cuissons au Charbon de Bois Végétal

Avec un travail sur le grillé et le fumé, le chef vous propose sa sélection du moment

**LA SÉLECTION BOUCHÈRE DE LA MAISON LESAGE** prix selon arrivage

### PÊCHE LOCALE À LA BRAISE

Poisson de Méditerranée 14 € les 100gr  
Homard et Langouste selon arrivage 20 € les 100gr

## Mains

**GUINEA FOWL TOURNEDOS WITH CHORIZO** 28€  
*Served with Bomba rice and paella sauce*

**CRISPY PORK BELLY** 28€  
*Slow-cooked aged pork, cauliflower selection, dried plum dipped in grape liquor*

**LOCAL MEDITERRANEAN FISH** 32€  
*Mashed potatoes, tomato, lemon & basil sauce with olive oil*

**SUNSHINE GNOCCHI** 26€  
*Sautéed with artichokes, tomatoes & french pistou soup*

**OCTOPUS KEBAB** 30€  
*Grilled with spices, fresh vegetables, topped with feta mint sauce*

**EGGPLANT STEAK** 24 €  
*Barbecue grilled, topped with tomatoes, chickpeas galette & black olives, served with a seasonal tabbouleh.*

## Cooking with Vegetable Charcoal

*With a special attention on grilled and smoked dishes, the chef offers you his selection of the moment*

**THE BUTCHER'S SELECTION FROM MAISON LESAGE**  
*prices subject to availability*

### GRILLED LOCAL FISH

Mediterranean fish 14 € /100gr  
Lobster & Spiny Lobster subject to availability 20 € / 100gr

## Les Délices du Pâtissier

### PARIS-BREST 14€

Pâte à choux et craquelin, crème mousseline à la noisette, praliné amandes-noisettes maison, noisettes torréfiées, gelée à l'amaretto

### TARTELETTE FRAISE 14€

Pâte sablée, praliné aux amandes à l'ancienne, crème pâtissière à la vanille, coulis fraise et fraises fraîches et pousses de basilic

### CHARLOTTE AU CHOCOLAT NOIR 14€

Biscuit génoise et biscuit cuillère, praliné feuilletine maison, bavaroise chocolat noir, sauce chocolat coulante, copeaux de chocolat noir

### TIRAMISU AU CAFÉ 14€

Biscuit cuillère imbibé de café, crème au mascarpone, insert au café, mousse légère au mascarpone, poudre de cacao

## Les Douceurs Classiques

### SELECTION DE FROMAGE DE LA MAISON GOT 12€

Roquette, confiture de figues maison, fruits secs torréfiés

### LE CAFÉ GOURMAND 14€

### LA SALADE DE FRUITS DU MOMENT 12€

### LES GLACES ET SORBETS ARTISANAUX 9€

De la maison Regain de Carqueiranne (2 boules)

## Sweet creations by the Chef

### PARIS-BREST 14€

*Choux pastry, hazelnut mousseline, homemade almond-hazelnut praline, roasted hazelnuts, amaretto jelly.*

### STRAWBERRY TART 14€

*Shortcrust pastry, almond praline, custard cream, fresh strawberries and basil*

### DARK CHOCOLATE CHARLOTTE 14€

*Sponge cake, homemade crunchy praline, dark chocolate whipped cream, rich chocolate sauce.*

### COFFEE TIRAMISU 14€

*Coffee sponge cake, whipped mascarpone, light mousse, cocoa powder*

## Classic sweets

### CHEESE SELECTION 12€

*Rocket, homemade fig jam, roasted dried fruit*

### COFFEE WITH DESSERT SELECTION 14€

### SEASONAL FRUIT SALAD 12€

### HAND-CRAFTED ICE CREAMS & SORBETS 9€

*From Maison Regain in Carqueiranne (2 scoops)*