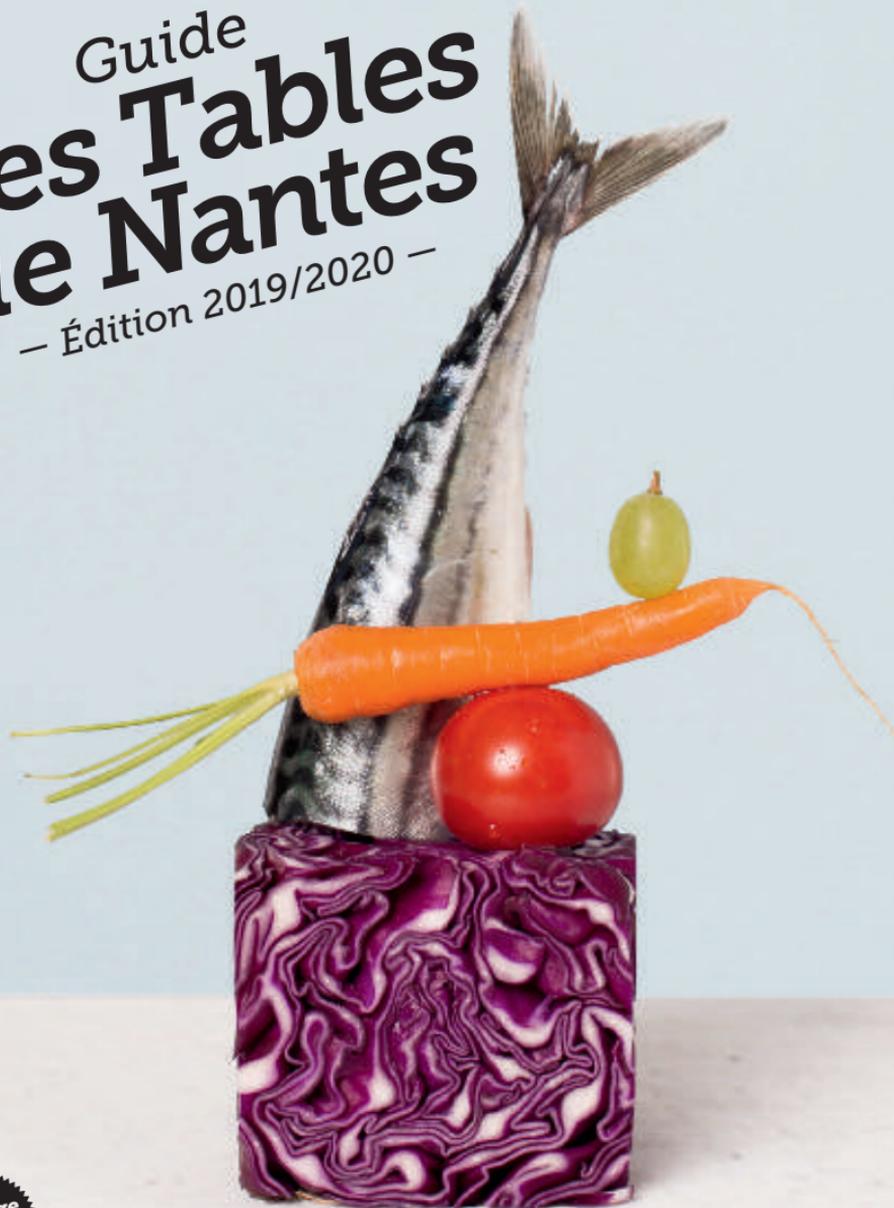


Guide Les Tables de Nantes

— Édition 2019/2020 —



www.lestablesdenantes.fr

GRATUIT

Des critères de sélection selon vos envies :

-  Fruits de mer et poissons
-  Belle cave
-  végétariens
-  Atypiques
-  En amoureux
-  Enfants bienvenus
-  Inviter ses beaux-parents
-  Grandes tablées
-  Terrasse
-  Jolie vue
-  Entre amis
-  Entre collègues
-  Après 22h

Nouveau !

Nouveaux restaurants sélectionnés



Restaurants « Coups de pouce »



« Coups de cœur » éditions précédentes



Les adresses qui proposent au moins 5 Muscadets à la carte

- 14/18€ : le premier tarif correspond au menu (entrée, plat et dessert) le moins cher et le deuxième tarif au menu le plus cher.
- (sem.) : menu servi uniquement en semaine.
- Les jours de fermeture des restaurants sont notés en rouge dans les infos pratiques.

Les informations pratiques (horaires, tarifs, adresses, etc.) sont fournies par les restaurateurs dans le cadre de l'appel à candidature.

 : Les informations sur l'accessibilité des établissements sont fournies par les restaurateurs. Pour les personnes à mobilité réduite : prendre contact avec nos accueils pour une information personnalisée : info@nantes-tourisme.com. Retrouvez une liste des établissements accessibles, approuvés par les « handi-goûteurs » des Tables de Nantes (visiteurs bénévoles en fauteuil, hors jury) sur : www.lestablesdenantes.fr

SONANTES : certains restaurants de la sélection acceptent la monnaie locale SoNantes. N'hésitez pas à régler votre repas avec ce moyen de paiement.

Les Tables de Nantes

2019/2020

Il est revenu !

L'an dernier, nous lançions un nouveau format pour accompagner la sortie des Tables de Nantes : la revue *Mâche*. Du contenu, des portraits et des chroniques pertinentes... mais le lien au guide est trop fort ! Et, dans un sens, nous sommes ravis de cet attachement que vous lui avez manifesté, devenu pour beaucoup un élément essentiel du sac à main, le compagnon indispensable à l'heure de choisir une table pour bien se restaurer.

Peut-être aussi un signe de la singularité des Tables de Nantes : à l'heure du tout numérique et de la méfiance des « avis » aussi nombreux que contradictoires et parfois suspects de conflits d'intérêts, ici, les règles sont claires ! Les restaurants postulants n'ont d'autres obligations que de remplir correctement leur dossier de candidature. Pas de publicité, de frais d'inscription, d'avantages

offerts ou de ristournes pour que le jury bénévole se mette en route afin de tester anonymement les quelques 200 restaurants aspirants à figurer dans la sélection. Leur mission : manger, et boire (très modérément, surtout du Muscadet) en ayant bien en tête notre grille d'analyse : fraîcheur, qualité et provenance des produits utilisés, savoir-faire culinaire, mise en valeur des vins locaux, accueil, décoration, confort, rapport qualité/prix. Et, *in fine*, se demander si nous recommanderions ce restaurant à nos amis ou à notre famille.

Nous espérons qu'avec cette nouvelle sélection, vous prendrez autant de plaisir que nous à vous attabler à Nantes et y (re)découvrir toutes ces adresses qui, ensemble, font notre gastronomie : fraîche, accessible, responsable et inventive.



**Le site internet continue d'évoluer !
Nouvelles rubriques, nouveaux contenus et une
ergonomie améliorée pour une navigation encore
plus facile pour cette adresse indispensable :
www.lestabledenantes.fr**

Multipliez les critères !

On peut affiner au maximum sa recherche en cumulant les critères de choix.

Un restaurant avec terrasse, une jolie vue, dans le centre ville et ouvert le mardi midi ? Entrez les critères souhaités et le site cherche pour vous le restaurant idéal.

Moteur de recherche

Un petit moteur de recherche interne au site permet de rentrer directement le nom du restaurant recherché et de retrouver sa fiche. Plus pratique et plus rapide !

Accessibilité

Un critère de sélection permet de filtrer les adresses accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les adresses testées par les Handi-Goûteurs sont plus facilement

trouvables (icône en home page du site) et les fiches des restaurants sont plus détaillées sur leur accessibilité.

Newsletter

Avec la nouvelle newsletter des Tables de Nantes, tenez-vous informés de l'actu de la cuisine nantaise : les nouvelles tables, le vignoble, les rendez-vous culinaires du Voyage à Nantes ou encore les produits de saison, etc.



Des versions anglaises et espagnoles de ce guide sont également disponibles sur le site.

**Sur ordinateur,
téléphone ou tablette :**

www.lestabledenantes.fr

Vit'fait bien fait !

La catégorie « Vite Fait Bien Fait ! » s'est imposée récemment dans le Guide des Tables de Nantes afin de répondre à l'évolution des pratiques et de l'offre de restauration. Ces adresses sélectionnées avec la même rigueur que les autres permettent, lorsque le temps est compté, de ne pas rechigner sur la qualité de son alimentation ni sur le plaisir gustatif. La formule y est généralement moins chère, l'ambiance décontractée et l'on peut souvent la consommer sur place ou l'emporter au bureau, à la maison ou en bord de Loire.



A. Le B.A. Ba *Nouveau !*

(cf carte p.52)

Sur l'île de Nantes, une petite cantine du midi colorée, qui prêche pour une restauration rapide, de saison, fraîche et goûteuse pour le plaisir des fidèles qui la fréquentent. Le plat du jour est unique, mais de nombreuses et inventives entrées sont disponibles dans les vitrines réfrigérées aux côtés des desserts plus attrayants les uns que les autres. Une cuisine maison raisonnée à déguster sur place ou à emporter. Terrasse à la belle saison. Livraison de plateaux (chauds).

Ex. de plats proposés :

Quiche au poireau et Curé Nantais au miel
Blinis de légumes, sauce gribiche, fromage blanc, merlu rôti
Crêmet nantais au yuzu, minestrone

Midi : L M M J V S D / 14€30

Soir : L M M J V S D

♿ salle (Source : établissement)

16 boulevard Georges Pompidou
44200 Nantes / Tél. : 02 28 44 38 04

B. Le Badérioc

(cf carte p.31)

Bien caché dans une ruelle en plein centre, le Badérioc est une petite cantine très sympathique où l'on peut garnir à moindre coût son plateau des savoureuses propositions du jour : salades, tartes, plats salés, desserts gourmands...

Ex. de plats proposés :

Tartines crème de chèvre et tomates
Colombo de volaille
Moelleux au chocolat

Midi : L M M J V S D / 6€ / 15€ (sem)

Soir : L M M J V S D

4 rue du Chapeau Rouge
44000 Nantes

Tél. : 02 28 08 96 91



C. La Cantine d'Albert

(cf carte p.60)

Une cantine urbaine située boulevard Einstein. Mais la théorie de la relativité ne vous sera d'aucune utilité pour identifier une restauration rapide de qualité, saine, fraîche et actuelle.

Ex. de plats proposés :

Velouté de petits pois, fenouil, estragon
Veau printanier : navets, carottes, fèves, petits pois et risotto bianco
Tiramisù à la rhubarbe et fleur de sureau

Midi : L M M J V S D / 8€60 / 10€90

Soir : L M M J V S D

♻️ salle + toilettes
(Source : établissement)

50 boulevard Albert Einstein
44300 Nantes
Tél. : 09 83 26 15 42

D. Chop Chop

Nouveau !

(cf carte p.21)

La petite – grande en taille – sœur de Dînette (cf ci-contre) s'est rapidement fait un nom dans les bons plans cantines des gourmands qui aiment manger sain, savoureux, pas cher et parfois à des horaires décalés puisque le service y est continu de 9h à 18h !

Ex. de plats proposés :

Hourmous
Sausage Roll
Brookie

Midi : L M M J V S D / 10€20 / 13€90

Soir : L M M J V S D

♻️ salle (Source : établissement)

11 rue Saint-Léonard
44000 Nantes
Tél. : 02 40 12 10 60

E. Dînette

(cf carte p.21)

Bien pratique cette petite adresse en plein cœur du Bouffay et à deux pas du Château des ducs de Bretagne : salon de thé, petites formules déjeuner avec plat du jour, tartes salées, scones gratinés et des desserts à tomber. PS : ne pas oublier le brunch !

Ex. de plats proposés :

Soupe petits pois et citron confit
Filet de merlu, sauce citron vert, quinoa aux petits légumes
Twickers : tarte caramel, cacahuète et chocolat au lait

Midi : L M M J V S D / 6€70 / 15€

Soir : L M M J V S D

♻️ salle (Source : établissement)

12 rue du Château
44000 Nantes
Tél. : 02 51 82 79 13



F. Glaz *Nouveau !*

(cf carte p.31)

Une adresse de la rue Cacault qui nous fait de l'œil, et à laquelle nous donnons notre bénédiction pour sa démarche fraîche, inscrite dans la simplicité et la transparence des intitulés de bons petits plats « home made ». La déco ? Tout en sobriété et élégance, joue la zénitude (plancher de bois, comptoir blanc, murs blancs, chaises et tables en bois brut). Savoureux brunch et goûter, coin épicerie complètent ce joli tableau.

Ex. de plats proposés :

Asperge, crème de parmesan et concassé de noisettes
Lieu jaune, sauce curcuma, amandes effilées et légumes de saison rôtis
Moelleux polenta et orange confite

Midi : L M M J V S D / 19€ / 20€ (sem)

Soir : L M M J V S D

♣ salle (Source : établissement)

10 rue Cacault
44000 Nantes
Tél. : 02 28 49 66 21



G. Malumbi

(cf carte p.52)

Malumbi est une micro cantine de quartier dont la patronne, gabonaise, sait faire partager une cuisine voyageuse qui convoque l'Afrique, l'Asie, la France... selon les envies et les produits du jour. L'ambiance est familiale et détendue, le rapport qualité/prix tout autant !

Ex. de plats proposés :

Salade Équata : salade de légumes locaux et exotiques
Mafé Muscadet : viande blanche, sauce arachide au Muscadet
Cheese cake

Midi : L M M J V S D / 13€50 / 17€ (sem)

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi :
9€50 / 20€

♣ salle (Source : établissement)

20 rue Petite Biesse
44200 Nantes
Tél. : 09 86 15 14 74
www.facebook.com/
malumbi44



H. Merci Bernard

(cf carte p.60)

On ne sait pas qui est Bernard, mais voici une adresse chaleureuse au cœur de Carquefou (depuis 2014 !) qui joue la carte du local en travaillant avec les artisans et producteurs locaux. On y déguste de nombreuses variantes de burgers, mais aussi leurs cousins : fajitas, quesadillas, bagels, rolls...

Ex. de plats proposés :

Croustillant de chèvre
Burger Bernard
Pain perdu

Midi : L M M J V S D / 15€ / 18€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 15€ / 18€

♣ salle (Source : établissement)

28 rue Jules Verne
44470 Carquefou
Tél. : 02 40 52 76 64
www.mercibernard.net



I. Moscati

Nouveau !

(cf carte p.60)

L'accent italien, de ce restaurant-épicerie, ne cesse de rassembler des habitués conquis par une authentique, généreuse et précise cuisine italienne servie sur quelques tables cernées d'étagères débordantes de produits transalpins. Ils y apprécient aussi le bon rapport qualité/prix et le service assuré dans la bonne humeur. Vente de produits artisanaux de qualité (vins, pâtes, huiles, fromages, etc.). Assiettes d'antipasti, charcuteries, fromages de la botte, évidemment !

Ex. de plats proposés :

Assiette d'antipasti
Pâtes sèches à texture, servies avec sauce et charcuterie
Tiramisù

Midi : **L M M J V S D** / 14€30

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi :
6€ / 9€90

☺ salle (Source : établissement)

3 rue Jean Macé
44230 St-Sébastien-sur-Loire
Tél. : 02 40 31 82 37
www.moscatti.fr

J. Papill'

(cf carte p.12)

Certes, Papill' joue sur nos papilles, mais y voir plutôt le diminutif de papillotes. Car c'est ici la spécificité du lieu, avec les classiques (Olé Olé, Salmon, Veggie...), mais aussi un plat mijoté, des desserts et entrées savoureuses.

Ex. de plats proposés :

Rillettes de saumon au citron et ciboulette
Papillote Pescator : lieu mariné, jus coco/curry, lentilles et quinoa aux légumes sautés
Tiramisù au Petit LU et coulis mangue passion

Midi : **L M M J V S D** / 11€50 / 14€40

Soir : **L M M J V S D**

☺ salle + toilettes
(Source : établissement)

5 rue de Colmar
44000 Nantes
Tél. : 06 03 13 05 04
www.papill.fr

K. La Passagère

(cf carte p.31)

Le charme du Passage Pommeraye et les assiettes légères font de ce salon de thé une adresse évidente quand on fait du shopping dans le quartier. On y vient grignoter des petits en-cas ou fondre sur de sublimes pâtisseries...

Ex. de plats proposés :

Terrine de foie gras maison
Poisson du jour
Tarte aux deux citrons

Midi : **L M M J V S D** / 8€ / 27€ (sem)

Soir : **L M M J V S D**

☺ salle + toilettes
(Source : établissement)

Passage Pommeraye
1 rue du Puits d'Argent
44000 Nantes
Tél. : 02 40 89 50 50
www.baron-lefevre.fr



L. Poisson Paré

(cf carte p.31)

Autour du classique fish & chips (mais avec frites maison, poisson de qualité selon arrivage, condiment menthe/petits pois), un petit bistro très dans l'air du temps qui allie parfaitement simplicité et qualité. Belle sélection de vins. Idéal en fin de marché.

Ex. de plats proposés :

Terrine de bulots, vinaigrette à la coriandre
Fish & chips de lieu noir
Charlotte de ricotta et café moulu

Midi : **L M M J V S D** / 16€50 / 19€70

Soir : **L M M J V S D** / 19€70

Carte des plats mini-maxi :
10€90 / 14€

☞ salle (Source : établissement)

12 quai de la Fosse
44000 Nantes
Tél. : 02 40 35 42 05
www.poissonpare.com



M. Le P'tit qu'a fait

(cf carte p.12)

Le concept « kids friendly » attire les parents et les tout-petits à toute heure (brunch, déjeuner, goûter, apéro), avec des petits plats équilibrés maison (dont 1 végétarien) à partir de produits de saison, locaux et/ou bio, équitables, qui changent tous les jours. Ateliers de théâtre, de jeux, de lecture, de modelage et de cuisine pour têtes blondes, formule bébé et accès wifi pour maman 3.0. Samedi formule unique : le brunch.

Ex. de plats proposés :

Velouté du Barry
Parmentier de confit de canard
Fondant au chocolat

Midi : **L M M J V S D** / 16€80

Soir : **L M M J V S D**

☞ salle (Source : établissement)

11 rue des Olivettes
44000 Nantes
Tél. : 09 52 67 31 26
www.leptitquafait.fr



N. Ramen Ya

(cf carte p.31)

Seconde adresse d'Anthony N'Guyen (Izakaya Joyi) qui, comme son nom l'indique, est entièrement dévolue aux ramen, ces nouilles japonaises servies dans un bouillon savoureux avec divers accompagnements – de qualité. Les pâtes sont faites maison avec des farines bio et locales. Un vrai bon plan pour le quartier.

Ex. de plats proposés :

Gyoza de poulet de Challans
Shio ramen au sel de Guérande, zeste de yuzu

Midi : **L M M J V S D** / 6€ / 25€

Soir : **L M M J V S D** / 6€ / 25€

☞ salle + toilettes

(Source : établissement)

26 rue de la Fosse
44000 Nantes



o. Stick

Nouveau !

(cf carte p.12)

Stick est le petit cousin brochette de Papill' (cf p.6). Derrière ces deux adresses malines du quartier Fouré se cache le même patron futé qui, cette fois, propose ses variations autour de mini-brochettes voyageuses. Lieu tout rikiki.

Ex. de plats proposés :

Mille feuilles de légumes du soleil au basilic, jus d'herbe
Brochettes yakitori bœuf-Morbier, mélange gourmand d'épeautre, sarrasin et quinoa
Gâteau nantais au rhum vieux

Midi : **L M M J V S D** / 14€30 / 16€

Soir : **L M M J V S D**

♿ salle + toilettes

(Source : établissement)

6 rue de Saverne

44000 Nantes

Tél. : 07 68 10 46 51

www.restaurant-stick.com

p. Sugar Blue

(cf carte p.31)

L'endroit idéal pour une pause au cœur de la ville et déguster – notamment – un vrai bon café (de l'Espérance Café). Mais on vous conseille absolument tout : les tartes, salades, soupes et pâtisseries !

Ex. de plats proposés :

Soupe patate douce, panais, carotte, cacahuète
Tarte champignon, marron, carotte, mimolette, pécan
Cheese cake vanille et caramel
beurre salé

Midi : **L M M J V S D**

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi :

5€ / 9€50

♿ salle (Source : établissement)

4 rue de l'Arche Sèche

44000 Nantes

Tél. : 09 83 24 19 24

www.sugarbluecafe.fr

q. Suppli Factory

(cf carte p.31)

Un besoin pressant de recharger les batteries avec de robotiques spécialités italiennes à base de riz, revisitées par deux passionnés ? C'est l'adresse qu'il vous faut, où vous choisirez entre Arancini (avec différentes garnitures « maison ») et Suppli.

Ex. de plats proposés :

Suppli
Arancini
Tiramisu

Midi : **L M M J V S D** / 7€ /

11€ (sem)

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi :

4€80 / 5€40

1 rue de l'Arche Sèche

44000 Nantes

Tél. : 02 51 17 79 28

www.supplifactory.com

Les Coups de Pouce



Comme chaque année (ou presque, selon les saisons), nous retrouvons les Coups de pouce du jury des Tables de Nantes. Il s'agit bien souvent de jeunes adresses qui viennent d'ouvrir et que nous souhaitons accompagner dans leur développement, ou bien de nouvelles inscriptions au guide que nous découvrons alors avec grand plaisir. Quoiqu'il en soit, ce sont des restaurants bien en phase avec l'esprit des Tables de Nantes.

Ils sont le reflet de la diversité du jury et de la sélection ; des adresses très différentes mais qui nous rassemblent autour de nos fondamentaux : la qualité des produits et leur mise en valeur par une cuisine juste, un lien au territoire – notamment le vignoble –, mais avec une ouverture sur les autres, et une vraie « âme » de restaurateurs, qui n'ont pas choisi ce dur métier par hasard, mais bien pour procurer du plaisir aux convives. Attention, n'y cherchez pas pour autant la perfection absolue ! Allez-y comme nous : avec curiosité et décontraction ; ce qui n'empêche pas une attention à la qualité de la cuisine, du service, du décor parfois, pour bien profiter de cet instant.



L'Aménité

(cf p.22)

Le chef Richard Cornet a eu de nombreuses vies : trader à Londres, psychothérapeute et finalement chef après plusieurs expériences dans de belles maisons dont un passage à La Raffinerie et un an comme second au Pickles. C'est donc bien armé de ce parcours riche et atypique qu'il a ouvert l'Aménité en octobre 2018, pour notre plus grand plaisir gustatif. Et pour s'assurer que l'accueil soit bien en correspondance avec le nom, il a intelligemment confié la gestion de la salle à « Ronan le bienveillant ».



Auberge de la Madeleine

(cf p.76)

Nous avons rencontré Jean-René Pelletier après la fermeture de La Bonne Auberge à Clisson. L'ancien second de cette adresse quasi mythique de la gastronomie nantaise nous annonçait qu'il allait ouvrir son propre restaurant ! Hourra ! Et comme nos nombreuses visites ont toutes été à la hauteur de nos attentes, c'est une large majorité de votes qui s'est dégagée pour lui attribuer un Coup de Pouce bien mérité.



Roza

(cf p.42)

L'arrivée de Jean-François Pantaleon bruissait dans les arrières cuisines nantaises... Son parcours, le choix de l'emplacement, la décoration : tout cela intriguait et nourrissait les espoirs d'une nouvelle belle table de Nantes. Bingo ! La cuisine est au top, précise, incisive et jouissive. L'aménagement est une vraie réussite et tout cela ramène une belle énergie dans un quartier qui n'attendait que ça. Alors on dit merci Roza et bon retour dans la région Monsieur Pantaleon !



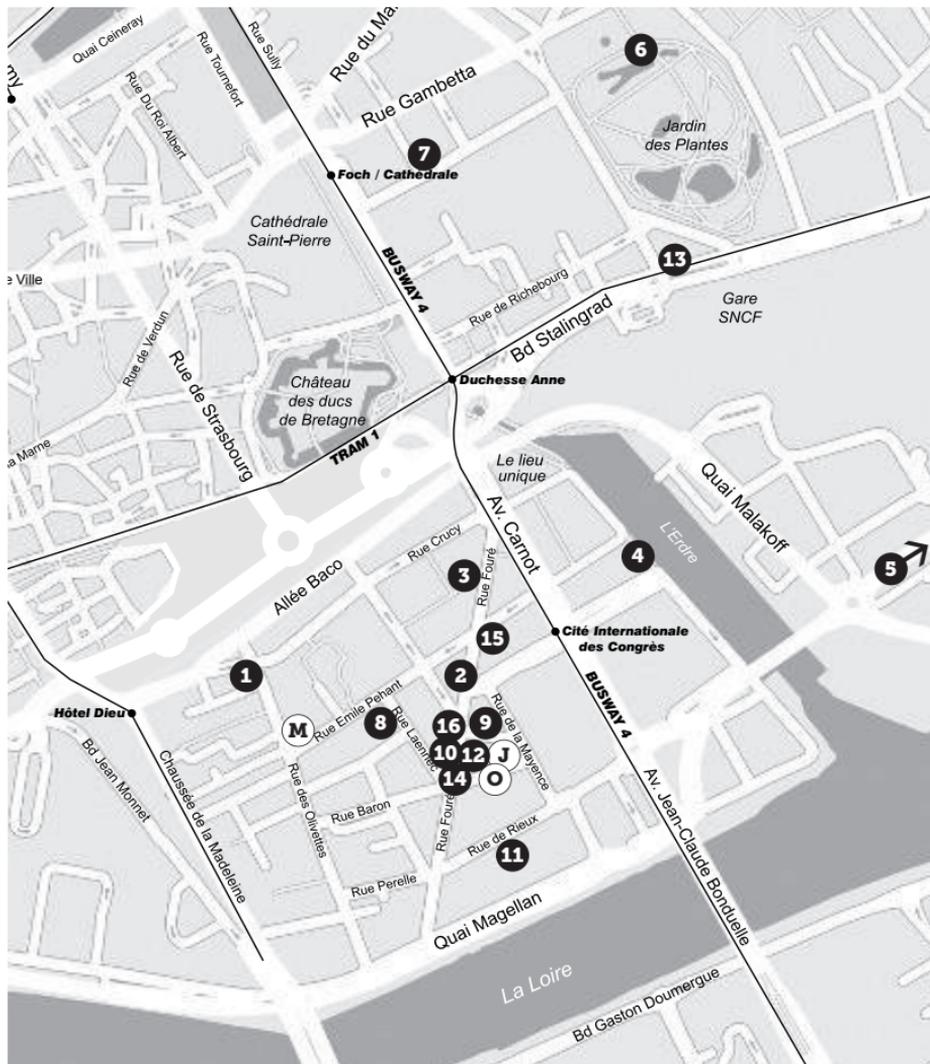
Sources

(cf p.30)

Sources était auparavant une épicerie rue des Carmes qui proposait une sélection admirable de produits majoritairement locaux. Nul doute que cette expérience, associée au formidable parcours de ces deux chefs expliquent la délectable qualité du résultat dans l'assiette. Car Ingrid Deffein et Guillaume Decombat ont un CV qui en dit long : École Ferrandi pour débiter, puis Georges V, Cobéa et LuluRouget pour l'une ; Bristol, Semilla et l'U.Ni pour l'autre. À noter aussi la formidable équipe en salle.



— Centre ville —
Gare / Champs de Mars / Madeleine



- 1. Bad Hunter
- 2. Bé2m
- 3. Les Bonimenteurs
- 4. Brasserie Félix
- 5. Les Brassés
- 6. Café de l'Orangerie
- 7. Le Café du Musée

- 8. Les Chants d'Avril
- 9. Izakaya Joyi
- 10. Le Lion et l'Agneau
- 11. La Maison Baron-Lefèvre
- 12. Nazca Cebichera
- 13. O Bistrot Quai
- 14. Plan B

- 15. Totum Bistro
- 16. L'U.Ni

Vit'fait, bien fait ! :
J. Papill'
M. Le P'tit qu'a fait
O. Stick

Gare / Champs de Mars / Madeleine



1. Bad Hunter

Dès le nom, le ton est donné : carnivores, passez votre chemin ! Pour tous les autres, ne ratez pas cette adresse qui fait face aux Bains Douches. Dans une ambiance de bistrot bien relooké, une petite adresse (en taille) qui propose une belle cuisine végétarienne, savoureuse et colorée. Le soir en fin de semaine, c'est apéro tapas !

Ex. de plats proposés :

Houmous de lentilles et crudités marinées
Stew de légumes crus, pochés et rôtis,
sarrasin et faisselle aux herbes fraîches
Kanelbular et café

Midi : **L M M J V S D** / 14€

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 8€50 / 12€

♿ salle (Source : établissement)

1 allée de la Maison Rouge

44000 Nantes

Tél. : 02 53 78 65 18



2. Bé2M

Un restaurant-bar à vin-épicerie qui ne pouvait rêver plus bel emplacement dans l'ancien « ventre de Nantes » (marché au gros) pour façonner une cuisine centrée sur les produits (frais et de saison), sélectionnés par le patron-sommelier, qui n'hésite pas à aller rencontrer ses petits producteurs (du plus proche au plus lointain). Résultat : une carte sélective, remplie de surprises et 300 références de vin à déguster avec des planches de fromages et de charcuteries au goût de reviens-y.

Ex. de plats proposés :

Foie gras poêlé, crumble aux herbes et sarrasin, gelée de mangue et fruit de la passion

Daurade royale confite à l'huile d'olive
Tarte aux clémentines et son crémeux pamplemousse, sorbet citron vert/cactus

Midi : **L M M J V S D**

Soir : **L M M J V S D** / 27€ / 35€

Carte des plats mini-maxi : 20€ / 29€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

32 bis rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 09 80 77 61 72

www.be2m.eu

I ♥
Muscadet !





3. Les Bonimenteurs

Nouveau !

Un nouveau départ et un nouveau casting sont venus booster cette brasserie-bistrot-bar à cocktails. Alors, pour présider aux nouvelles destinées de ce lieu chic, on retrouve l'ancien chef du restaurant « À l'Ardoise » et un ex de « L'Atlantide » (étoilé nantais) pour la partie sucrée. Autant dire que la nouvelle carte a de quoi faire frémir les papilles de convives joyeusement surpris par la créativité d'une cuisine française, respectueuse de ses produits.

Ex. de plats proposés :

Tablier de sapeur
Selle d'agneau en croûte d'herbes, caviar d'aubergines, oignons blancs et grenailles
Cup cake breton

Midi : **L M M J V S D** / 15€50 / 18€50

Soir : **L M M J V S D** / 31€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

4 rue Émile Masson
44000 Nantes
Tél. : 02 40 20 42 27
www.lesbonimenteurs.fr



4. Brasserie Félix

Il y a beaucoup de points positifs dans cette brasserie (estampillée Jean-Yves Guého), proche de la Cité des Congrès, notamment la vue sur le canal Saint-Félix, son ambiance nautique et sa quiétude. Alors n'hésitez pas à décrocher une place en terrasse (œuvre de l'Atelier Vecteur) pour un café, un verre ou un savoureux plat de brasserie contemporaine. Vous ne regretterez pas non plus de pencher pour un beau plateau de fruits de mer. Accueil et service bien orchestrés.

Ex. de plats proposés :

Asperges vertes et blanches grillées, pesto de piquillos, chorizo ibérique et roquette
Wok de magret de canard, sauce aigre douce, chop suey de légumes et riz parfumé
Sphère glacée façon « bounty »

Midi : **L M M J V S D** / 16€ / 28€

Soir : **L M M J V S D** / 28€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

1 rue Lefèvre-Utile
44000 Nantes
Tél. : 02 40 34 15 93
www.brasseriefelix.com

I ♥
Muscadet !





5. Les Brassés

(Hors plan)

Exactement l'idée que l'on se fait d'une brasserie contemporaine, néo-industrielle, animée et mousseuse de bonnes bières artisanales pour la plupart faites sur place. Cet archétype du genre attire également les louanges pour sa cuisine de marché et ses grillades merveilleusement cuites dans le four à braise Jospier. Brunch avec DJ, Fat Tuesday (double burger au prix du simple et pinte au prix du demi) et Sunday Roast (huîtres à prix coûtant et côte de bœuf pour 2).

Ex. de plats proposés :

Tomates des Jardins en Folies
Côte de cochon de Vendée Label Rouge grillée à la braise et ses cocos
Gâteau nantais des Brassés

Midi : L M M J V S D / 14€ / 17€

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 14€50 / 19€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

5 mail Pablo Picasso

44000 Nantes

Tél. : 02 28 29 31 01

www.lesbrasses.fr



6. Café de l'Orangerie

Dans le bel écrin vert du Jardin des Plantes, tout proche d'élégantes serres XIX^e s. (tropicale, palmarium, orangerie, riche collection de cactées, etc.) et d'aires de jeux pour enfants, cet endroit ouvert seulement le midi est toujours comble. Ses habitués y vont pour la situation mais aussi pour la cuisine fraîche, simple, avec une petite touche d'originalité, toujours bien condimentée. Aux beaux jours, la terrasse est un pur bonheur. Service attentif.

Ex. de plats proposés :

Carpaccio de melon au basilic, chips de Serrano

Travers de veau caramélisés au gingembre et au soja, purée de patates douces et raita
Cheese cake et lemon curd

Midi : L M M J V S D / 12€ / 18€

Soir : L M M J V S D

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

15 rue Gambetta

44000 Nantes

Tél. : 02 28 44 27 08





7. Le Café du Musée

Dans le cadre prestigieux du Musée d'arts, on découvre la 3^e adresse du chef étoilé Eric Guérin (La Mare aux Oiseaux et Le Jardin des Plumes) venue étayer le paysage culinaire nantais. D'emblée on y est séduit par les beaux volumes, par le décor contemporain confortable (bois clair, tables espacées, coin bibliothèque) et par l'accueil agréable. Puis on est conquis par l'originalité et la précision des propositions (tout est frais, fait maison) concoctées par la cheffe Claire Habchi. Dîners topissimes en mode... gastronomique évidemment !

Ex. de plats proposés :

Potager de légumes de saison, déclinaison de frais et fermentés
Filet de Saint-Pierre, wok de légumes, bouillon spiruline
Fraise, rhubarbe confite, sésame croustillant

Midi : **L M M J V S D** / 19€ / 25€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 39€ / 49€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

10 rue Georges Clémenceau
44000 Nantes
Tél. : 02 51 12 93 09

**I ♥
Muscadet !**



8. Les Chants d'Avril

Une solide petite adresse de quartier et de copains qui connaît un succès bien mérité grâce à l'enthousiasme du chef-patron et de son épouse Véronique, en salle, lauréate du Prix Sommeilière Gault & Millau 2019. Ce magicien des beaux produits saisonniers, des jus corsés et de l'exactitude des cuissons y élabore de mystérieuses formules bistro-nomiques, qu'il renouvelle tous les jours. Le tout accompagné d'expressifs flacons régionaux (caisses de vin prenant part au décor) et d'un bon sens de l'accueil. Prix justes.

Ex. de plats proposés :

Tartare de couteaux et foie gras poêlé, jus végétal
Lieu jaune de pays, bouillon corsé, langoustine, pickles de légumes, popcorn de sarrasin
Pavlova crousti-moelleuse, fraise de Saint-Julien-de-Concelles, sorbet maison petits pois/menthe

Midi : **L M M J V S D** / 22€50

Soir : **L M M J V S D** / 28€50 / 38€

2 rue Laennec
44000 Nantes
Tél. : 02 40 89 34 76
www.leschantsdavril.fr



**I ♥
Muscadet !**

Gare / Champs de Mars / Madeleine



9. Izakaya Joyi

Un bistrot japonais contemporain (izakaya), mixant sushi bar, épicerie, atelier de cuisine, service exemplaire et cadre minimaliste, vous attend près de la Cité des Congrès. On s'y rend pour observer les cuisiniers en action (assis au comptoir) et la qualité irréprochable des urakamis, kushiyakis, gyosa, sashimis, tatakis, yakitoris et aussi de la tempura de glace au caramel au beurre salé... une tuerie ! Le tout recommandé avec un verre de saké ou de Muscadet.

Ex. de plats proposés :

Maki de lieu jaune mi-cuit au miso
Daurade grillée au sel de Guérande
Tempura kudamono

Midi : **L M M J V S D** / 14€50 / 28€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 30€ / 41€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

4 rue de Colmar

44000 Nantes

Tél. : 02 28 29 35 71

www.izakajoyi.fr



10. Le Lion **Nouveau!** et l'Agneau

La rue Fouré compte – encore – une nouvelle bonne adresse qui, cette fois, sent bon le sud-ouest. Originaire de Auch, le chef excelle dans la cuisson de belles pièces de viande à la rôtissoire, parfois entière, à déguster entre épicuriens. Tentez la cannette à partager ! Et sinon, rassurez-vous, le reste de la carte est tout aussi succulent, de l'entrée au dessert.

Ex. de plats proposés :

Œuf mollet croustillant, asperges vertes et pleurotes

Le pigeon rôti à la broche, asperges

blanches, pommes de terre ratte

Déclinaison de rhubarbe : compotée, chips, gelée / glace pistache

Midi : **L M M J V S D** / 14€ / 21€

Soir : **L M M J V S D** / 33€ (sem)

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

40 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 55 10 58 74

www.le-lion-et-lagneau.fr





11. La Maison Baron-Lefèvre

Un paquebot (ancien entrepôt maraîcher), à la fois loft industriel restaurant/épicerie/cave (prodigieuse), lancé il y a quelques années par le truculent chef Jean-Charles Baron et sa femme (aux commandes de deux autres adresses), qui navigue entre cuisine de terroir, tentations giboyeuses et classiques de Loire. Des plats modèles, musclés par de beaux casiers visibles dès l'entrée. Service bien huilé.

Ex. de plats proposés :

Poêlée d'escargots bio de Vendée
Bar en croûte de sel pour 2 personnes
Variation autour de la fraise de pays

Midi : **L M M J V S D** / 18€50 / 28€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 28€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 13€50 / 30€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

33 rue de Rieux

44000 Nantes

Tél. : 02 40 89 20 20

www.baron-lefevre.fr

12. Nazca Cebicheria

« Un voyage en Amérique latine sans prendre l'avion » attend les adeptes d'une cuisine authentique, dans ce restaurant, tenu par un patron/chef ayant officié 14 ans à l'Ambassade de France à Bogota et sa femme colombienne (au service). Chaque jour, pour des habitués ravis, il réinvente le ceviche (poisson du jour mariné) à grands coups d'assaisonnements singuliers percutants. Le soir l'offre s'élargit.

Ex. de plats proposés :

Ceviche de maigre, eau de tomate,
citron caviar, crème de balsamique
Mi-cuit de thon, sauce chimichurri,
caviar d'aubergines
Panna cotta à la rose, framboise,
gel coriandre, sorbet litchi

Midi : **L M M J V S D** / 16€ / 23€

Soir : **L M M J V S D** / 30€ / 45€

♿ salle (Source : établissement)

31 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 40 35 34 30

www.cebicheria.wix.com/nazca





13. O Bistrot Quai

Vous aviez repéré Our (le k ebab chic) vous aimerez O Bistrot Quai, au même emplacement et tenu par le même binôme Sandra (en salle) et Mathieu (derrière les fourneaux). Les délicates parfums de l'Orient (toujours un peu présents) ont c ed e la place à une cuisine de brasserie locavore, expressive, empreinte de fraîcheur et aussi des tapas salées ou sucrées, des planches apéro, un plat végétarien hebdomadaire... Que l'on consomme sans modération sur place ou à emporter.

Ex. de plats proposés :

Carpaccio de magret, jus abricot/amande
Poisson, jus petits pois/menthe, pickles d'oignon
Mousse de fromage blanc au miel d'Alain, sabl e breton

Midi : L M M J V S D / 9 50 / 18 50 (sem)

Soir : L M M J V S D / 9 50 / 22  (sem)

Carte des plats mini-maxi : 5  / 9 50

26 boulevard Stalingrad

44000 Nantes

Tél. : 02 53 78 50 90



14. Plan B

Des assiettes appétissantes, actuelles, simples, faites maison, changeant sans arrêt (en fonction du marché), satisfont les habitués de ce bistrot moderne qui fait salle comble le midi. Le service efficace et les prix doux sont d'autres avantages. Une adresse également plébiscitée pour ses « Bons Plans » (burger, tartare à prix sages) et son « Plan Baby » (mini-burger, glace, eau ou sirop). Petite terrasse dès les beaux jours.

Ex. de plats proposés :

Saint-Marcellin rôti au lard fum e sur toast
Brandade de cabillaud au citron vert confit
Far breton façon pain perdu

Midi : L M M J V S D / 13  / 24 40

Soir : L M M J V S D / 13  / 24 40

  salle (Source :  tablissement)

29 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 85 37 15 02

www.planbnantes.fr



Gare / Champs de Mars / Madeleine



15. Totum Bistro **Nouveau!**

Les bonnes adresses font de bons petits. Ici, la version assise et plus variée de la cantine Totum (cf p.44), pour une cuisine bio, végétarienne, de saison bien sûr, sans gluten et avec grand plaisir. Où l'art de transformer intelligemment la contrainte en opportunité créative. Les boissons avec ou sans alcool jouent parfaitement la partition avec le solide, pour finir de convaincre qu'ici on est avant tout épicurien !

Ex. de plats proposés :

Salade de navet boulevé d'or et betteraves rôties, jeunes pousses, gremolata, amandes torréfiées

Carottes nouvelles cuites au Gwin Evan et rôties, côtes de bête, polenta crémeuse, huile infusée persil et ail

Brookie au chocolat Cluizel, praliné de popcorn

Midi : L M M J V S D / 21€

Soir : L M M J V S D / 23€50

Carte des plats mini-maxi : 8€ / 15€50

11 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 72 01 23 02

www.totumbistro.bio



16. L'U.Ni

Longtemps considéré comme le parent pauvre de la gastronomie, le légume est ici poussé à sa plus haute expression. Seule la nature décide de ce que l'on a dans l'assiette, avec tout ce qu'elle offre selon les cycles des saisons. Alors, les convives sont souvent surpris d'éprouver des sensations inédites et de prendre autant de plaisir avec du végétal. Judicieusement acouiné à des anguilles fumées, des gambas sauvages, des Saint-Jacques, du Saint-Pierre, mais aussi du veau ou du bœuf.

Ex. de plats proposés :

Rouget mi-cuit à l'unilatérale, espuma asperge/coco/sésame grillé, encornet soy sauce/noix de cajou, jus cajou/citron Saint-Pierre breton à la plancha et voile de lard Di Colonnata, purée de chou-fleur à l'olive Taggiasca, jeunes légumes, condiment carotte jaune et épices douces
Cake moelleux pistache/cardamome, mousse coco/pistache, sorbet pamplemousse rose

Midi : L M M J V S D / 22€ / 64€

Soir : L M M J V S D / 43€ / 64€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 21€ / 30€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

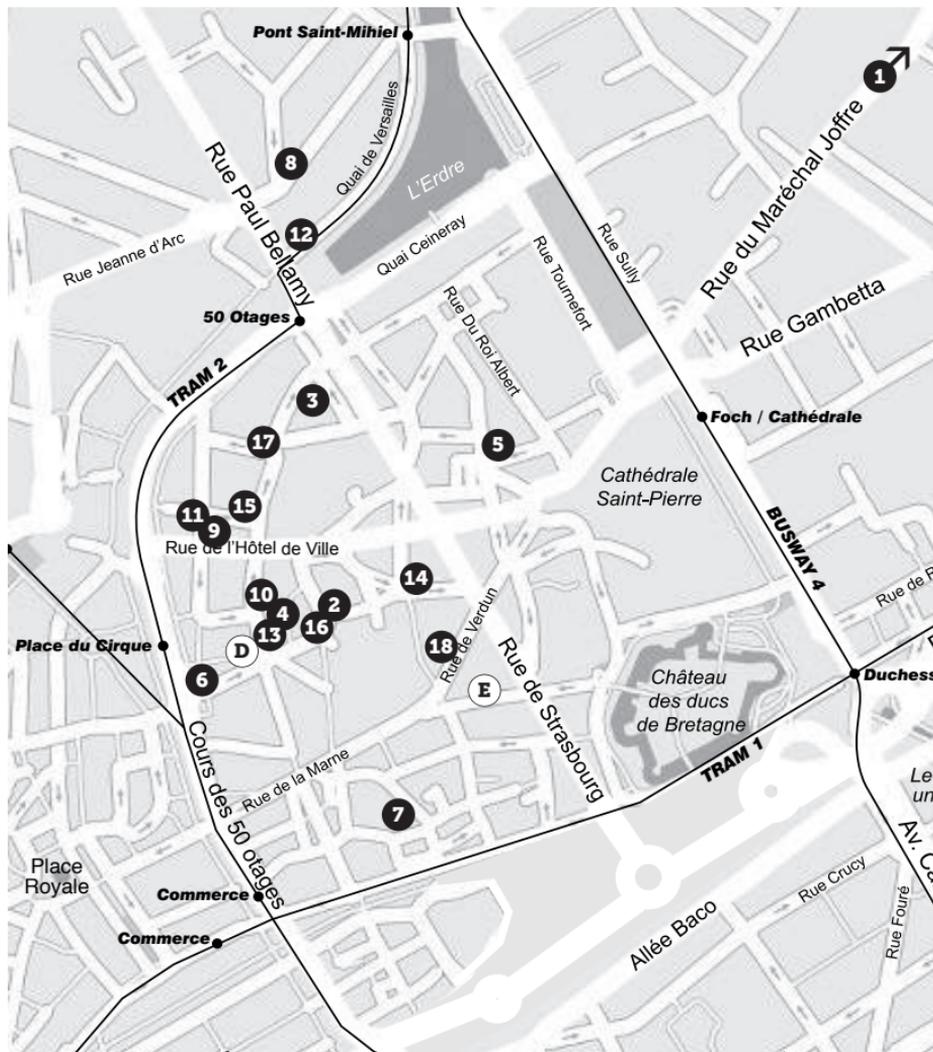
36 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 40 75 53 05



— Centre ville —
Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles



- 1. L'Abélia
- 2. L'Aménité
- 3. Art'N Blum
- 4. Le Bouchon
- 5. La Cachette
- 6. Le Coin des Crêpes
- 7. Crêperie Fleur de Sel

- 8. Cuit Lu Cru
- 9. L'Etrillum
- 10. L'Instinct Gourmand
- 11. Mademoiselle B
- 12. L'Océanide
- 13. La Pasta
- 14. Les Petits Saints

- 15. Pickles
- 16. Le Reflet
- 17. Restaurant Ici
- 18. Sources

Vit'fait, bien fait ! :
D. Chop Chop
E. Dinette

Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles



1. L'Abélia

(Hors plan)

Boulevard des Poilus, dans le cadre intime d'une paisible maison XIX^e (jardin et verrière), vous attend une gastronomie de détermination sereine, appliquée au saisonnier, consciencieusement exécutée par un chef qui connaît ses classiques. La justesse du rapport qualité/prix et une cave conséquente (beaux casiers de Muscadets et vins de Loire) devraient vous pousser à aller visiter cette adresse constante.

Ex. de plats proposés :

Langoustines du Croisic en cassolette, pleurotes et petits pois à l'émulsion de crustacés

Beau lieu jaune de pays rôti, riz vénéré, minute d'épinards et morilles à la crème
Éclair chocolat, brochette mangue-ananas et son sorbet

Midi : L M M J V S D / 36€50 / 40€

Soir : L M M J V S D / 36€50 / 40€

Carte des plats mini-maxi : 22€50 / 30€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

125 boulevard des Poilus
44300 Nantes
Tél. : 02 40 35 40 00
www.restaurantlabelia.com



2. L'Aménité

Nouveau !

Exit le bistrot des Enfants Terribles et bienvenue l'Aménité ou l'art de vous recevoir avec amabilité et douceur. L'adresse a fait peau neuve avec beaucoup de peps tant au niveau de la décoration que de la cuisine, le tout avec beaucoup de goût et de pertinence. Le chef, Richard Cornet, est notamment passé par les cuisines de Pickles et ça se sent : c'est vif, inventif, coloré, assaisonné, voyageur tout en étant bien ancré dans le terroir nantais.

Ex. de plats proposés :

BanBao / crumble ail des ours / chou-fleur / champignons / fleurs

Sardines mi-cuites aux agrumes / gâteau de galette de sarrasin / soubise / citron / larmes de Job / herbes

Tuile de sarrasin / ganache amande / gel de soba cha / pomme yuzu / soba soufflé / chips de pomme

Midi : L M M J V S D / 19€ / 24€

Soir : L M M J V S D / 36€ / 46€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

4 rue Fénelon
44000 Nantes
Tél. : 02 40 20 03 46





3. Art'N'Blum **Nouveau !**

Une pépite dans la rue Blum (à la place de Au Plaisir) où Alexandre Pichard et Valentin Maillet (tous deux ex-Castel Marie-Louise) ont vite pris leurs marques et campé leurs rêves bistro-nomiques. 50 ans au compteur, à eux deux ! Ils expriment avec panache leur passion pour la cuisine et les Arts de la table, dans un cadre chaleureux. Au programme : assiettes graphiques diaboliques, grisantes créations et jouissives associations.

Ex. de plats proposés :

Truite rose confite, citron vert, asperges vertes/blanches croquantes et fondantes à l'huile de noisette, sablé comté
Canette basse température snackée en croûte de sésame, pleurotes et pommes de terre grenailles aux épices douces
Dôme fève de Tonka, lait d'amandes torréfiées, biscuit vanille/noisettes/paillette feuilletine, glace popcorn

Midi : **L M M J V S D** / 17€90 / 32€90 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 24€90 / 32€90

Carte des plats mini-maxi : 12€ / 27€

♻️ salle (Source : établissement)

10 rue Léon Blum

44000 Nantes

Tél. : 02 40 89 41 56

www.restaurant-artnblum.wixsite.com



4. Le Bouchon

Épices capiteuses, saveurs du monde et poissons du moment vous attendent dans un décor soigné (mis en exergue par une forêt de suspensions lumineuses) ou dans l'une des plus jolies et des plus discrètes (en retrait de la rue) cour pavée de la ville. Un lieu avenant qui attire les fans de recettes maison, de desserts aguicheurs, de service souriant et de prix doux.

Ex. de plats proposés :

Dos de cabillaud en gravlax, coulis de betterave au balsamique blanc
Daurade royale, sauce vierge au gingembre confit, purée de carottes des sables
Bouillon thaï lime kaffir, mousse pêche blanche, sorbet yaourt et thé vert

Midi : **L M M J V S D** / 17€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 34€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 9€ / 25€

♻️ salle (Source : établissement)

7 rue Bossuet

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 08 44

www.le-bouchon-nantes.com





5. La Cachette

Un accueil chaleureux attend les initiés de cette petite « cachette » dissimulée dans une ruelle près de la cathédrale Saint-Pierre. Les intitulés de son ardoise ont tous les attributs d'une cuisine empreinte de fraîcheur, imaginative et plutôt axée vers le bio. On les découvre dans deux salles de petites dimensions sur deux niveaux, aux murs peints en gris et blanc, constellés de clés anciennes et de photos en noir et blanc. Assiette végétarienne tout à fait engageante.

Ex. de plats proposés :

Le parfait de foie de volaille, compotée d'oignons

La quenelle de légumes, sauce oseille sauvage

Le truffon chocolat noir (sans gluten) et sa mousse chocolat blanc

Midi : **L M M J V S D** / 8€50 / 16€50

Soir : **L M M J V S D** / 19€80

2 rue du Refuge

44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 42 91



6. Le Coin des crêpes

Des galettes et crêpes bien au-dessus du lot et un remarquable choix de produits (fruits et légumes bio, farine bio de Pont-l'Abbé, beurre motte et fromages Beillevaire, confitures, miel et jus de pomme bio) sont servis dans cette néo-crêperie-épicerie. À cela s'ajoute une bonne cave de cidres, bières et whisky bretons et une déco plutôt décalée (chaises d'écoliers, étagères Tsé-Tsé, etc.). Brunch à découvrir le samedi. Accueil bienveillant.

Ex. de plats proposés :

Salade verte aux noix

Crêpe de blé noir avec ratatouille et miel de romarin

Crêpe de froment aux pommes, confiture de groseille et raisins secs au lambin

Midi : **L M M J V S D** / 10€50 / 12€

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 9€ / 12€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

2 rue Armand Brossard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 35 39 36





7. Crêperie Fleur de sel

On embarque pour les mers du Pacifique ou pour « La balade de la mer salée », avec l'insaisissable aventurier Corto Maltese placardé sur tous les murs de cette crêperie évoquant l'univers maritime (boiseries vernies, hublots, cordages, gouvernails). Et on met le cap vers de savoureuses crêpes et galettes (farine bio bretonne) garnies de produits locaux, fraîchement sortis de la cambuse. Avant de donner du mou sur de bonnes bolées de cidre. Bon accueil.

Ex. de plats proposés :

Galette beurre

Galette « La Rayon Nantes »

Crêpe « LU LU la Nantaise »

Midi : **L M M J V S D** / 10€50 / 17€50

Soir : **L M M J V S D** / 17€50 (sem)

☺ salle + toilettes (Source : établissement)

3 rue de la Bâclerie

44000 Nantes

Tél. : 02 40 12 44 36



8. Cuit Lu Cru

Au poste de pilotage de cet endroit, un jeune couple nantais (Anaïs en cuisine et Benjamin en salle), animé par une belle énergie et l'envie d'inventer un nouveau registre bistrotier (cuit ou cru !), où absolument tout est fait maison (dont de mémorables douceurs sucrées). Les plats goûteux changeant chaque jour, réalisés avec les produits bruts et frais du marché Talensac, ainsi que les prix au ras du plancher, en font une bonne cantine de quartier. Bon accueil.

Ex. de plats proposés :

Asperges et culurgionès

Poitrine de veau basse température

à la sauge et aux pignons

Crêmet nantais aux fraises

Midi : **L M M J V S D** / 13€90 / 16€90

Soir : **L M M J V S D** / 23€ / 29€

Carte des plats mini-maxi : 8€ / 18€

☺ salle + toilettes (Source : établissement)

5 rue Châteaubriand

44000 Nantes

Tél. : 02 40 74 09 27

www.cuitlucru-restaurant.com





9. L'Etrillum

Ici on va droit à l'essentiel avec des compositions « iodées » fraîches, simples, goûteuses où les saveurs et les textures bavardent gentiment ensemble en toute transparence. Le cuisinier n'a d'ailleurs rien à cacher au sens propre comme au figuré, puisqu'il officie sous vos yeux dans une cuisine ouverte. Côté liquides, pas d'artifice non plus et des explications très appréciables sur le vin, que l'on choisisse de boire au verre (6 vins soutenus) ou en bouteille (belle carte de Val de Loire). Service attentif et aimable.

Ex. de plats proposés :

Tarte fine de sardines de Saint-Gilles, oignon confit, parmesan, roquette
Daurade sauvage, légumes de printemps, jus de crustacés, citronnelle
Fraises et framboises, crémeux citron, crumble « Petit LU »

Midi : L M M J V S D / 18€

Soir : L M M J V S D / 36€

22 rue Armand Brossard
44000 Nantes
Tél. : 02 40 12 10 38
www.etrillum.fr



10. L'Instinct Gourmand

Un néo-bistrot, qui se veut sans étiquette, largement plébiscité par des foodistas venus chercher une cuisine de cœur inspirée, soutenue par une cave de qualité. Ceux qui ne le connaissent pas auront sans aucun doute l'impression d'avoir fait une bonne trouvaille, pour ses compositions dans l'air du temps, ses saveurs enlevées et ses assiettes graphiques. Une adresse prioritaire quand on est dans le quartier !

Ex. de plats proposés :

Joue de porc confite au cidre, tuile de sarrasin, glace roquette
Lotte rôtie, asperge verte, purée d'aillet, crumble de pain parfumé à l'anis vert
Fondant au chocolat Saint-Domingue, caramel au beurre salé et glace fromage blanc

Midi : L M M J V S D / 16€90

Soir : L M M J V S D / 33€ (sem)

14 rue Saint-Léonard
44000 Nantes
Tél. : 02 40 47 41 64
www.linstantgourmand.com





11. Mademoiselle B

Des assiettes fraîches dictées par le marché du matin, entièrement conçues maison, avec toujours une once d'originalité, font la joie d'une clientèle venue reprendre des forces après une séance de shopping dans le quartier. On y va pour le service gentil, le cadre extrêmement cool composé de mobilier dépareillé (harmonieusement associé), les recettes « healthy » (légumes bio, etc.) et les desserts à se damner !

Ex. de plats proposés :

Asperges vertes rôties, ail et huile d'olive, copeaux de tomme de brebis, mizuna et émulsion à l'ail des ours
Poisson du marché, linguines, carottes et navets nouveaux dans un bouillon coco à la tomate et aux saveurs thaï
Gâteau nantais à ma façon, glace à l'amande et coulis fruit de la passion

Midi : **L M M J V S D** / 18€90 / 20€

Soir : **L M M J V S D** / 30€ / 32€ (sem)

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

13 rue Armand Brossard
44000 Nantes

Tél. : 02 40 41 17 21

www.lesalondemademoiselleb.com



12. L'Océanide

Vraisemblablement de l'eau de mer coule dans les veines de ce chef, qui mène toujours son navire avec brio. Voilà pourquoi les connaisseurs ne tarissent pas d'éloges pour citer une cuisine marine parfaitement réalisée (mais pas seulement). Technicité, fraîcheur et qualité des produits s'inventent, en effet, dans un décor de croisière de charme, tout de boiseries, de cuir et de tables juponnées. Carte des vins pléthorique (grands crus et Muscadets millésimés).

Ex. de plats proposés :

Salade de noix de Saint-Jacques rôties, crème de cresson
Pavé de bar rôti aux giroles
Tatin de coing, crème crue

Midi : **L M M J V S D** / 21€90 / 85€

Soir : **L M M J V S D** / 32€ / 85€

Carte des plats mini-maxi : 22€ / 39€

2 rue Paul Bellamy
44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 32 28

www.restaurant-oceanide.fr



I ♥
Muscadet !



13. La Pasta

Le terroir du sud de l'Italie chante sur l'ardoise de cette adresse de quartier qui attire les fans de l'inénarrable famille Nitto. Mais ce sont les formidables pâtes fraîches maison et les copieuses spécialités des Pouilles, réalisées avec soin et savoir-faire, qui les tiennent scotchés sur leurs chaises dans le nouveau décor jaune. La jolie sélection de vins (ritals) et l'addition raisonnable font revenir ces « golosi » (gourmands) dans ce qu'ils nomment : le petit temple de « la pasta ».

Ex. de plats proposés :

Assaggini da dividere (assiette d'antipasti, charcuterie, fromages italiens)
Orecchiette sugo di Annamaria e cacioricotta
Tiramisù alla Luigi

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 12€ / 18€

14 rue Saint-Léonard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 33 22

www.restaurantlapasta.wordpress.com



14. Les Petits Saints

On se « soumet à la tentation » sans se faire « prier » sous les voûtes en ogives de cet ancien lieu de culte gothique. Une chapelle du XVI^e siècle (Saint-Vincent) où l'on goûte dévotement mille et une sollicitations, impeccables de fraîcheur et de qualité. Avant de se livrer au cérémonial du dessert et ses « petites gourmandises » au chocolat, ou de fondre pour la trilogie de crèmes brûlées. Accueil attentif et attentionné.

Ex. de plats proposés :

Raviole de foie gras et canard confit, gelée de coing
Pigeonneau en croûte d'épices, fumé au café du Kenya, chou rouge confit au vin de Chinon
Déclinaison de gourmandises autour du chocolat et du fruit

Midi : L M M J V S D / 19€ / 25€

Soir : L M M J V S D / 25€ / 49€

Carte des plats mini-maxi : 31€ / 49€

1 place Saint-Vincent

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 24 48



Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles



15. Pickles

D'excellents produits du terroir associés avec modernité et parfois avec une hardiesse bien venue, semblent être le propos de ce chef anglo-saxon qui ne manque pas de piquant. Sa cuisine acérée d'ici et d'ailleurs injectée dans sa formule du midi est rudement tentante pour les habitués du quartier, qui ont vite remarqué cette aubaine. Alors pensez à réserver. Atmosphère vivante dans un joli décor brun et jaune paille.

Ex. de plats proposés :

Seiche / pomme fermentée / kimchi / kumquat / katsuobushi
Agneau bio de Michel / carotte – foin / petits pois / pois gourmand / jus
Fraise du 44 / riz / orge malté

Midi : **L M M J V S D** / 22€ / 22€

Soir : **L M M J V S D** / 40€ / 46€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

2 rue du Marais

44000 Nantes

Tél. : 02 51 84 11 89

www.pickles-restaurant.com



16. Le Reflet

On se laisse gentiment bousculer par ce lieu offrant une aventure aussi bien humaine que gastronomique. En effet, la moitié des employés sont des personnes porteuses de trisomie 21. Car « banaliser la différence et permettre la rencontre » est l'objectif (atteint) de ce restaurant différent. Une complicité s'installe naturellement avec le personnel. Côté cuisine, on n'est pas déçu non plus, avec des assiettes bistrotières fraîches tout à fait dans l'air du temps. Mobilier judicieusement étudié et prise de commande simplifiée par couleur.

Ex. de plats proposés :

Croustillant de gambas au basilic
Green curry de suprême de poulet fermier
Mi-cuit au chocolat noir intense

Midi : **L M M J V S D** / 13€ / 17€50

Soir : **L M M J V S D** / 23€ / 27€ (sem)

♻️ salle + toilettes

4 rue des 3 Croissants

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 33 86

www.restaurantlereffet.fr



I ♥
Muscadet !



17. Restaurant Ici **Nouveau!**

« C'est ici et maintenant » pourrait-on dire, que le chef bourlingueur Xavier Rambaud a posé ses bagages, pour prendre la place des Chemins d'Alexandre et en faire un lieu frais et lumineux. Après moult voyages et passages chez des étoilés, c'est bien ici qu'il a choisi de mettre le mangeur à l'épreuve avec une cuisine actuelle technique, pêchue et sans esbroufe, où chaque produit (locavore) est miraculeusement « à sa place ! ». On y fonce tête baissée !

Ex. de plats proposés :

Cannellonis de céleri / raie / pomme
Magret de canard / blette / tagliatelles
de carotte
Fenouil façon tatin / citron

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 24€

Soir : **L M M J V S D** / 45€ / 55€ (sem)

1 rue Léon Blum

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 62 27



18. Sources **Nouveau!**

2019

Une salle tout en longueur qui serpente jusqu'à la cuisine d'où sortent des plats étonnants de finesse. Chaque ingrédient – parfaitement sourcé, bien sûr ! – est mis en valeur par une cuisson maîtrisée et un assaisonnement pertinent qui lui assure une cohabitation heureuse avec les autres éléments de l'assiette. Et pour les carnivores en voie de flexitarisme, essayez le plat végétarien, on en reparlera.

Ex. de plats proposés :

Pommes de terre nouvelles fumées,
langouille, huîtres
Lieu jaune de La Turballe, petits pois,
agastache, beurre nantais
Carpaccio Gariguetta-rhubarbe, sorbet
coriandre

Midi : **L M M J V S D** / 23€ / 64€

Soir : **L M M J V S D** / 64€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 7€ / 40€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

22 rue de Verdun

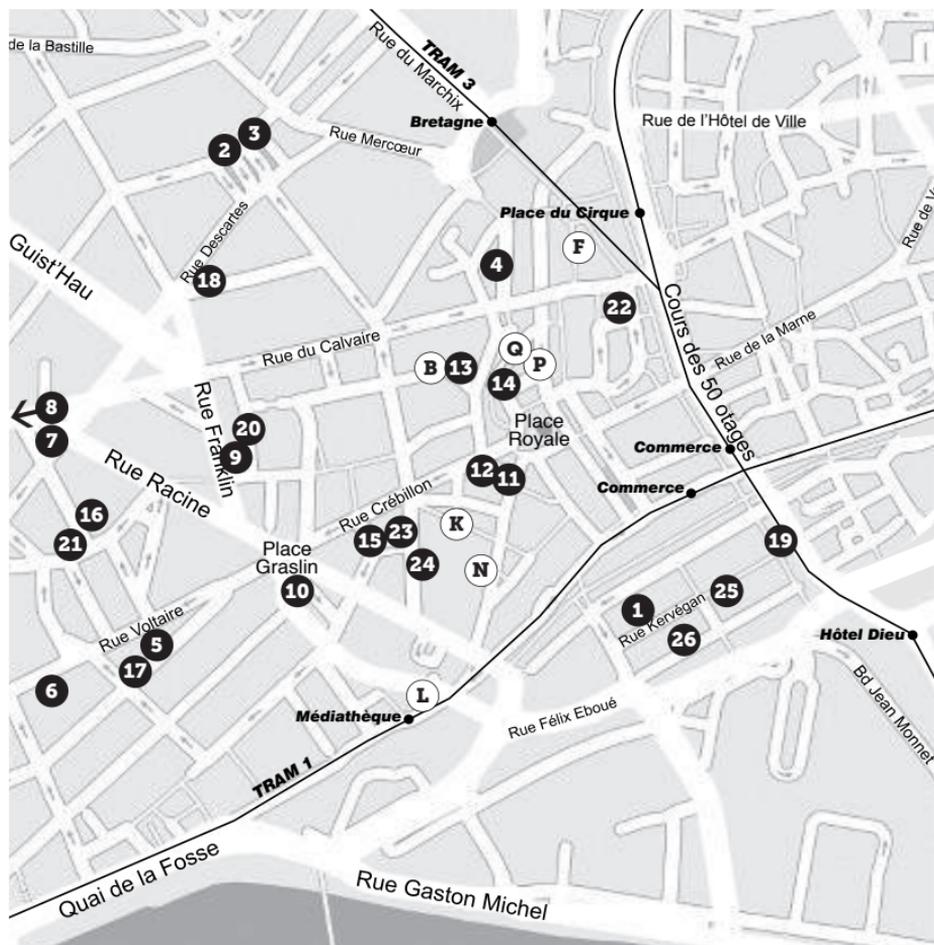
44000 Nantes

Tél. : 02 40 89 42 42

www.sources-nantes.fr



– Centre ville –
Commerce / Graslins



- 1. A Cantina
- 2. À Partager
- 3. Aristide
- 4. Beckett's Canteen
- 5. Le Bistrot du 7
- 6. Café Jul'Mar
- 7. Café Kléber
- 8. Le Canclaux
- 9. Chez Franklin
- 10. La Cigale
- 11. Crêperie de Brocéliande
- 12. Crêperie Heb Ken

- 13. Crêperie Mam'zelle Breizh
- 14. Crêperie la Tête Noire
- 15. Dolce Vita
- 16. Le Grappillon
- 17. Imagine
- 18. Le Marceau
- 19. Un Nouveau Monde
- 20. Le Petit Boucot
- 21. Roza
- 22. Sapio
- 23. Song Saveurs et Sens
- 24. La Tablée de la Belle-Île

- 25. Tapas et Vinos Restaurant
- 26. Totum Cantine

Vit'fait, bien fait ! :

- B.** Le Badérioc
- F.** Glaz
- K.** La Passagère
- L.** Poisson Paré
- N.** Ramen Ya
- P.** Sugar Blue
- Q.** Suppli Factory



1. A Cantina

Facile à géolocaliser au cœur de l'île Feydeau « ce restaurant dédié au vin » puisque « cantina » signifie cave en Corse, incite à goûter une cuisine de cœur, plutôt sophistiquée, très bien dressée (assiettes toujours esthétiques) tout en améliorant ses connaissances œnologiques avec d'incroyables bouteilles servies au verre. Un privilège rendu possible grâce à l'énigmatique Énomatic (procédé de conservation). Côté bar à vin, possibilité de déguster une ardoise de tapas pour deux personnes.

Ex. de plats proposés :

Foie gras au sel Viking, poire et nougatine
Filet mignon de porc fermier enrobé de lard fumé, compotée d'oignons rouges, jus aigre-doux, purée de panais et arancini au curry

Crèmeux au citron yuzu, meringue à l'olive noire et sorbet citron vert/basilic

Midi : L M M J V S D / 14€ / 15€90

Soir : L M M J V S D / 24€ / 29€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 16€50 / 24€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

28 rue Kervégan

44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 68 83

www.a-cantina.fr



2. À Partager

Changement radical au Radisson Blu : exit « l'Assise » dans l'ancienne salle d'audience ; la restauration est maintenant « À Partager » sous forme de tapas dans le grand hall. Idéal lorsque le choix est difficile et une bonne idée pour savourer la cuisine gourmande et contemporaine du nouveau chef Erwan Noblet dans ce lieu d'exception. Mais on peut aussi ne pas partager...

Ex. de plats proposés :

Tarte sablée sarrasin, anguille fumée, chou-fleur cru et cuit
Saint-Pierre breton en chaud et froid, asperge verte, guimauve citron et fleur de sel, coques et jus
Le choco-noisette, mangue-passion et craquant au chocolat

Midi : L M M J V S D / 23€ / 33€

Soir : L M M J V S D / 33€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 7€ / 15€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

6 place Aristide Briand

44000 Nantes

Tél. : 02 72 00 12 14

www.radissonblu.com/fr/hotel-nantes/restaurants





3. Aristide

Faites confiance à cette adresse en vue de la place Aristide Briand (d'où son nom) et vous ne serez pas déçus. Cette brasserie, façon couteau suisse, dispose de trois espaces, trois atmosphères et trois décors différents : le bar contemporain (blanc), le bistrot (rouge) pour les rencontres informelles « after work » et le restaurant (bleu) plus feutré. Assiettes constantes de fraîcheur, saveurs et inventivité de 8h à minuit. Grande terrasse. Service impeccable.

Ex. de plats proposés :

Maki de bulots à la mayonnaise soja, bouillon dashi et voile de navet
Quasi de veau braisé à basse température, gnocchis de pommes de terre et lait ail des ours
Soufflé crémeux tout chocolat

Midi : L M M J V S D / 24€ / 28€

Soir : L M M J V S D / 28€ / 31€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

1 place Aristide Briand

44000 Nantes

Tél. : 02 49 62 25 06

www.aristidenantes.com



4. Beckett's Canteen

Un endroit dont une population créative de tous les âges a fait sa terre d'élection. Les uns y viennent pour sa world-food fraîche, de qualité constante, à des prix justes ; tandis que d'autres affluent pour son décor et son atmosphère animée de pub irlandais et l'accueil plus qu'amical de Mark Kelly, le patron « so Irish ». Résultat : on n'est jamais déçu.

Ex. de plats proposés :

Risotto au safran, butternut et tomates séchées rôties à la sauge
Brochettes de bœuf au pesto de coriandre, dhal de lentilles
Killer cheese cake, au citron vert et gingembre

Midi : L M M J V S D / 17€50 / 20€50 (sem)

Soir : L M M J V S D / 21€50 / 25€50

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 16€50

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

3 rue Guépin

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 76 46





5. Le Bistrot du 7

Un paradis pour carnivores fourbissant une robuste cuisine façon bouchon lyonnais d'aujourd'hui (décor de boiseries noires, de murs rouges et de nappes à carreaux rouges et blancs). On y va entre copains viandards, avec les canines aiguisées comme des lames, pour les charcuteries canailles, les produits sanguins (portions pour gros appétits), les spécialités lyonnaises, les cuissons simplissimes et les garnitures séparées. Les ogres se poulèchent les babines.

Ex. de plats proposés :

Cuisses de grenouilles
Rognons de veau, sauce madère
Gâteau nantais

Midi : **L M M J V S D** / 13€ / 17€

Soir : **L M M J V S D** / 30€ / 35€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 17€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

7 rue Voltaire
44000 Nantes

Tél. : 02 40 69 88 96
www.lebistrotdu7.fr



6. Café Jul'Mar **Nouveau !**

Un nouveau venu stylé qui fait bouger les lignes, en apportant un regard différent sur la viande bovine, et ce, pour le plaisir d'hédonistes carnivores au portefeuille bien garni ! On y aigüise ses canines sur des pièces de bœuf (Charolaise, Black Angus, Blonde de Galice, Aubrac, etc.) scrupuleusement sélectionnées, comme la noix d'entre-côte d'Argentine et le filet de bœuf de Kobe (le Graal des viandards !). Autres propositions bien cuisinées et formule du midi plus accessibles.

Ex. de plats proposés :

Raviole de foie, truffes et parmesan
Noix de ris de veau français, cuit au beurre noisette, morilles et Muscadet
Kouign Amann maison

Midi : **L M M J V S D** / 12€90 / 18€90

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 14€ / 78€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

17 rue Voltaire
44000 Nantes

Tél. : 02 28 00 63 92
www.cafejulmar.com





7. Café Kléber **Nouveau !**

Une adresse stylée entre bistrot gourmand et brasserie, où l'on fait une pause pour boire un verre au bar ou pour avaler une assiette d'huîtres avec un verre de Muscadet. À moins que l'on ne penche pour les délicieuses assiettes « home made » (dont des grands classiques de brasserie) calquées sur le marché et les saisons. Décor agréable : sièges et banquettes Prince de Galles gris, tables noires, sol en damier noir et blanc et bibliothèque avec une collection de carafes. Un bon spot hiver comme été sur la terrasse.

Ex. de plats proposés :

Œuf poché façon carbonara
Thon mi-cuit à l'unilatérale,
poêlée de légumes de saison
Royal au chocolat

Midi : L M M J V S D / 17€90

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 13€ / 22€

♻️ salle (Source : établissement)

12 rue Kléber
44000 Nantes
Tél. : 02 40 73 31 52
www.cafe-kleber.fr



8. Le Canclaux (Hors plan)

Ne ratez pas ce lieu, où l'on va pour déguster, au coude à coude, une cuisine bistrotière fraîche, bien exécutée, régulièrement renouvelée, derrière une devanture rouge et gris du quartier Mellinet-Canclaux. Les assiettes y rassemblent les expériences d'un chef ayant navigué entre sucré et salé, entre Suisse, Espagne, Égypte, Angleterre et Maroc, pour nous délivrer des recettes créatives. Un verre de vin est suggéré pour chaque plat.

Ex. de plats proposés :

Ris de veau pané, duxelle, jus de rôti
Dorade grise, asperges blanches, choux
pointus, crème chorizo
Sablé breton, fraises, beurre aux amandes,
rhubarbe et crème mascarpone

Midi : L M M J V S D / 25€50

Soir : L M M J V S D / 29€90

♻️ salle (Source : établissement)

7 place Canclaux
44100 Nantes
Tél. : 09 52 76 27 62
www.lecanclaux.com





9. Chez Franklin

Ce bistro chic et moderne, aux teintes grises, noires et rouges (sol en damier noir et blanc, fauteuils et banquettes d'inspiration 50's, épaisse tenture rouge à l'entrée) aime les habitués du quartier, avec de bons petits plats de la cuisine traditionnelle française. Ils y viennent aussi pour les petits déjeuners et le menu « des petits loups » dédié aux têtes blondes.

Ex. de plats proposés :

Œuf cocotte au Curé Nantais
Suprême de poulet d'Ancenis, crème de champignons et légumes du pays
Tiramisù caramel au beurre salé avec sablé breton

Midi : L M M J V S D / 16€90 / 28€

Soir : L M M J V S D / 29€20 / 38€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 13€90 / 18€

♿ salle (Source : établissement)

10 rue Franklin
44000 Nantes

Tél. : 02 51 82 35 20

www.chezfranklin.fr



10. La Cigale

Un exubérant décor de cinéma (Jacques Demy a tourné des scènes de *Lola*) et ce qui pourrait être l'une des plus belles brasseries françaises XIX^e. Céramiques, miroirs, vitraux, peintures et sculptures (classés), quelque soit l'endroit où le regard se pose, il est toujours séduit. La cuisine, un peu plus que des classiques de brasserie, est bonne et servie avec efficacité à un mélange bien dosé d'habitues, de businessmen et de touristes. Excellents plateaux de fruits de mer.

Ex. de plats proposés :

Escargots bio du bocage vendéen, élevés et farcis par Monsieur Royer
Tartare de bœuf au couteau, préparé à la table

Crème brûlée à la vanille bourbon

Midi : L M M J V S D / 16€

Soir : L M M J V S D / 19€ / 28€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 9€ / 58€

♿ salle (Source : établissement)

4 place Graslin

44000 Nantes

Tél. : 02 51 84 94 94

www.lacigale.com



I ♥
Muscadet !



11. Crêperie de Brocéliande

Nourrissez votre imaginaire et... votre estomac, avec de copieuses galettes de blé noir (bio), dont on choisit soi-même les ingrédients (frais et régionaux), tout en menant votre quête de fées, légendes et mythes bretons (thème décoratif). Les sortilèges se poursuivent avec de délicieuses crêpes sucrées, des bières bretonnes et du cidre naturel, à mettre en transe n'importe quel druide !

Ex. de plats proposés :

Galette beurre
La Curée
La Michoko

Midi : **L M M J V S D** / 5€ / 16€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 5€ / 16€ (sem)

♻️ salle (Source : établissement)

3 rue de Guérande
44000 Nantes
Tél. : 02 40 89 04 03



12. Crêperie Heb Ken

On ne présente plus cette crêperie tant elle est connue pour l'excellence de ses produits (de terroir) et le savoir-faire qui entourent chaque galette de sarrasin (bio et sans gluten) et provoquent une grande satisfaction gustative (et roborative !). Un lieu qui défend l'authentique goût breton, de la farine aux cidres, en passant par les fromages, les fruits de mer et la charcuterie. Déco sobre, jolie terrasse, service très efficace.

Ex. de plats proposés :

Galette au beurre
Galette aux Saint-Jacques, sauce safranée
Crêpe au chocolat grand cru

Midi : **L M M J V S D** / 8€ / 18€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 8€ / 18€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 5€ / 15€

5 rue de Guérande
44000 Nantes
Tél. : 02 40 48 79 03
www.heb-ken.fr





13. Crêperie Mam'zelle Breizh

Une crêpière bretonne en tablier qui n'est pas là pour amuser la galerie avec des écarts impertinents. Ici on respecte les produits (100% artisanaux), les saisons et les cuissons. Et on fidélise une clientèle à grands renforts d'authentiques crêpes et galettes croustillantes, élaborées avec des farines de qualité (sans gluten). Service extrêmement gentil.

Ex. de plats proposés :

Assiette de Breizh tapas

L'flaise : galette de blé noir, fromage de chèvre, miel, noix et salade verte

L'Idaraise : crêpe de froment, crème citron maison, crumble de LU et crème fouettée

Midi : **L M M J V S D** / 8€90 / 12€90 (sem)

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 2€ / 9€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

4 rue du Chapeau Rouge

44000 Nantes

Tél. : 02 72 65 94 02



14. Crêperie la Tête Noire

Une valeur sûre près de la Place Royale quand on est à la recherche de crêpes ou galettes de qualité, fédérant les générations de 7 à 77 ans (familles, n'oubliez pas de réserver). Dans un lieu évoquant le passé portuaire de la ville (un ancien entrepôt de négociants en épices, sucre et rhum), les patrons souriants et disponibles, font tout pour vous régaler de préparations fraîches, cuisinées maison.

Ex. de plats proposés :

La Chevrette : chèvre, miel, noix et chiffonnade de salade

La Forestière : champignons, beurre d'escargot, fromage, jambon blanc et chiffonnade de salade

La Marionnette : pommes et caramel au beurre salé

Midi : **L M M J V S D** / 11€50 / 17€50

Soir : **L M M J V S D** / 13€50 / 17€50

Carte des plats mini-maxi : 2€85 / 13€50

♿ salle (Source : établissement)

12 rue des Vieilles Douves

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 69 41

www.creperie-latetenoire.fr





15. Dolce Vita **Nouveau!**

Dans une atmosphère un peu plus proche d'un bar à cocktails (musique lounge, tables et banquettes noires, comptoir, etc.) que d'un restaurant des familles, on vous sert des plats italo-nantais, entendez des recettes italiennes agrémentées de produits régionaux bien d'ici (Curé Nantais, carottes des sables, mâche, truite bretonne fumée, etc.). Un concept parfaitement assumé. Excellentes pâtes artisanales.

Ex. de plats proposés :

Panna cotta aux asperges vertes, roquette, petits légumes de saison et perles de poivrons

Côtelettes de porcelet breton marinées et rôties, polenta à la tomate confite et légumes du soleil

Cœur coulant chocolat, glace Petit Beurre

Midi : L M M J V S D / 18€50

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 31€80 / 38€

♣ salle (Source : établissement)

2 rue Grétry

44000 Nantes

Tél. : 02 40 73 72 82

www.facebook.com/dolcevitanantes



16. Le Grappillon

Le décalage entre le nom du restaurant et l'assiette peut étonner. Mais les douces fragrances d'épices d'une cuisine exotique (océan indien), parfumée (relevée sans excès), fraîche et sincère, ont tôt fait de dissiper les doutes. La salle étant un tant soit peu limitée mieux vaut réserver à l'avance. Service aussi gentil que les prix. Nano-terrasse sur le trottoir en été. Pratique après une visite du Muséum d'Histoire Naturelle tout proche.

Ex. de plats proposés :

Caviar d'aubergines au piment doux, gaufre de légumes du jour au thym, bouquet de salade

Jambalaya de filet de merlu et de crevettes roses aux notes de l'océan indien

Moelleux tiède de chocolat noir aux épices chaudes, parfumé au rhum arrangé

Midi : L M M J V S D / 15€ / 18€

Soir : L M M J V S D / 23€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 14€ / 22€

♣ salle (Source : établissement)

4 rue Kléber

44000 Nantes

Tél. : 02 51 84 27 95

<https://restaurantlegrappillonantes.business.site>





17. Imagine

Un clin d'œil à l'hymne positif de John Lennon, qui évoque aussi les notes ludiques et créatives qu'Anne-Lise Genouel insuffle dans sa cuisine. Après un bel itinéraire (Apicius, Les Frères Ibarboure, Stéphane Duchiron, L'U.Ni, etc.), elle pilote aujourd'hui son propre restaurant-bar à vin et à tapas. Ses assiettes sont de petits bijoux colorés délicieux. Cave sérieuse tenue par son binôme en salle (ex-Pickles) très pédagogue (Val de Loire, Europe, Nouveau Monde, plutôt naturels ou bio). À découvrir !

Ex. de plats proposés :

« Makis » de riz vénéré, chèvre frais et concombre, coulis de cresson au wasabi
Aiguillettes de canard et cacahuète, polenta crémeuse, carottes et endives à l'orange, jus miso

Façon baba, sirop pomme-fenouil-romarin, ganache montée chocolat blanc-romarin et sorbet pomme-fenouil

Midi : **L M M J V S D** / 12€50 / 18€50

Soir : **L M M J V S D** / 10€ / 30€

Carte des plats mini-maxi : 6€ / 12€

12 rue Gresset

44000 Nantes

Tél. : 02 40 34 06 11



18. Le Marceau **Nouveau!**

C'est reparti pour un tour, pour le Marceau V2 (version 2) relooké dans l'esprit chico-baroco-contemporain (avec mange-debout pour les plus pressés) et toujours la jolie terrasse à la belle saison. On y va pour les terrines, burgers, fish & chips, pièces du boucher (tout est d'une fraîcheur irréprochable) mais aussi et surtout pour le « Homard Day » (trop classe !) : du homard servi grillé en persillade ou froid en roll copieux (sorte de burger) le jeudi, vendredi et samedi midi. Quelle bonne aubaine !

Ex. de plats proposés :

Traditionnels œuf-mayo

Burger de homard, avocat, mayonnaise, œuf dur et herbes fraîches

Panna cotta à la vanille, caramel au beurre salé

Midi : **L M M J V S D** / 20€ / 41€50 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 20€ / 41€50 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 25€

♣ salle (Source : établissement)

3 rue Camille Berruyer

44000 Nantes

Tél. : 02 72 01 38 13





19. Un **Nouveau Monde**

Nouveau !

Dans le quartier des armateurs qui lancèrent leurs goélettes à l'assaut du « Nouveau Monde » ce restaurant est situé dans l'immeuble qui vit naître Jules Verne (écrivain voyageur immobile). Rien d'étonnant à ce que la cuisine « cinglante » de fraîcheur et de traçabilité tienne la route et que la carte des vins à tendance bio explore les contrées les plus lointaines (en plus des beaux domaines régionaux).

Ex. de plats proposés :

Mi-cuit de thon albacore, légumes croquants à la japonaise, vinaigrette d'herbes
Suprême de poulet d'Anceis farci à la truffe, mousseline de pommes de terre, sauce au vin de paille
Pomme façon tatin caramélisée, crumble noisette et fleur de glace à la vanille

Midi : **L M M J V S D** / 16€90 / 24€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 35€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 24€

♻️ salle (Source : établissement)

4 cours Olivier de Clisson

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 03 04

www.un-nouveau-monde.com



20. Le Petit Boucot

Une adresse toujours en bonne place dans le carnet d'adresses des foodies, qui plébiscitent sa cuisine de marché fine, rehaussée de touches créatives subtilement « exotisées ». La carte courte, calée sur les saisons, fait preuve d'équilibre entre la terre et la mer, les charcuteries et les salades fraîcheur, les assiettes légères et gourmandes, sans oublier les affriolants desserts. Le soir, entrées à déguster en solo ou à partager. Excellent rapport/qualité prix.

Ex. de plats proposés :

Vitello/tonato, veau fumé, salade de roquette

Coquilles Saint-Jacques, purée d'échalotes, crumble noisette, émulsion coco

Déclinaison de maïs, glace popcorn

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 20€

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 8€ / 27€

♻️ salle (Source : établissement)

1-3 rue Lekain

44000 Nantes

Tél. : 02 53 97 04 04

www.lepetitboucot.com





21. Roza

Un nom qui alimente toujours le buzz pour sa déco néo-bistrotière contemporaine (signée Brune de la Guerrande) et surtout pour le savoir-faire et la haute technicité du chef Jean-François Pantaleon. Ce dernier est revenu dans sa région natale, après un prestigieux itinéraire (Apicius, Anne de Bretagne, La Mare aux Oiseaux, le Meurice, La Grande Cascade, etc.) et l'ouverture à Paris de sa propre affaire Coretta. Qualité des produits, fraîcheur, acuité des associations et des assaisonnements, et esthétique vous laisseront pantois.

Ex. de plats proposés :

Poupe snacké, polenta, chorizo
Ris de veau
Tarte citron

Midi : L M M J V S D / 20€ / 25€

Soir : L M M J V S D / 45€ / 55€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 29€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

3 place de la Monnaie

44000 Nantes

Tél. : 02 40 54 01 87

www.restaurantroza.com



22. Sapio

La raison essentielle de se rendre dans ce restaurant contemporain, spacieux, très agréable avec son décor scandinave (bois clair, ardoise, cuisine ouverte) est l'exécution impeccable de plats savoureux (saveur/sapidité/sapio, vous suivez ?) réalisés à partir de produits locaux très bien sélectionnés (qualité et fraîcheur indéniables). L'autre point fort étant la carte des vins exigeante et certains flacons aérés et mis à température par la D.Vine. Prix corrects. Atelier de cuisine à l'étage.

Ex. de plats proposés :

Raviole de langoustine et son bouillon,
légumes du moment
Suprême de pintade des fermiers d'Ancenis
cuit basse température, petits pois à la
française
Poire pochée, ganache au chocolat
et son sirop à l'hibiscus

Midi : L M M J V S D / 19€90 / 30€

Soir : L M M J V S D / 30€ / 45€ (sem)

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

11 rue de la Clavurerie

44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 57 06

www.sapio-arts.fr





23. Song Saveurs et Sens

Surfez sur cette vague (song en vietnamien) Asian fusion avec la sensation grisante d'un téléportage sensoriel à l'autre bout du monde, grâce à une succession de plats délicieusement parfumés, toujours très bons. Dans un cadre chic (bleu poudré, kakémonos, etc.), la carte met en exergue la sagacité de Nhung Phung, globe-trotteuse, tête chercheuse de saveurs inédites.

Ex. de plats proposés :

Thon rouge façon tataki, sauce au basilic thaï, dip à la cacahuète et condiment mangue
Boeuf Wagyu façon Song, cuit à la plancha
Biscuit japonais, nage de fruits exotiques au thé vert, émulsion au litchi

Midi : **L M M J V S D** / 18€50

Soir : **L M M J V S D** / 35€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 28€

♻️ salle (Source : établissement)

5 rue Santeuil

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 88 07

www.restaurant-song.fr



24. La Tablee **Nouveau!** de la Belle-Îloise

Une rareté, un prototype, que dis-je une expérience ! Nantes a en effet été choisie comme ville-test par la conserverie La Belle-Îloise pour lancer ce concept unique et novateur : une restauration gourmande à partir de conserves de poisson, sublimée par des ingrédients frais soigneusement choisis. Cela donne de savoureuses tapas, des burgers et autres plats classiques de la mer (ou pas) totalement revisités (et bien au-delà des tartinades !). Décor océanique très agréable.

Ex. de plats proposés :

Foie gras de canard mi-cuit au thon blanc Germon
Le burger « Le Nantais »
Cheese cake double vanille et caramel à la fleur de sel de Guérande

Midi : **L M M J V S D** / 10€90 / 16€50 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 16€50 / 25€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 12€50 / 13€50

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

6 rue Santeuil

44000 Nantes

Tél. : 02 49 62 04 51

www.latablee-labelleiloise.com





25. Tapas et Vinos Restaurant

Le genre d'adresse que l'on aimerait avoir en bas de chez soi, pour ses délicieuses tapas servies le soir autour d'un verre de vin ibérique ou du nouveau monde (carte habilement étudiée), dans une ambiance animée décontractée. Et quand on s'aventure plus loin, on découvre les sidérantes assiettes contemporaines (le midi et le soir) exécutées par une jeune cheffe espagnole pleine de fougue.

Ex. de plats proposés :

Pintxos d'idiababal
Cochinita pibil
Sphère de chocolat 70%

Midi : **L M M J V S D** / 16€90

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 2€ / 18€

♿ salle (Source : établissement)

15 rue Kervégan

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 86 91

www.tapasetvinos.fr



26. Totum Cantine

L'emblème nantais de la cuisine bio, végétarienne et sans gluten porté par un chef engagé et maître restaurateur : Pascal Roy. Il y apporte incontestablement sa technique et sa créativité pour y faire découvrir l'immensité du répertoire de la cuisine végétale sous forme de « bowl », assiettes du jour, tartes, burgers, mais aussi desserts. Pas de réservation. Possibilité de poursuivre l'expérience chez Totum Bistro (p.20).

Ex. de plats proposés :

Poireau fumé, labneh végétal et zaatar, vinaigrette au sirop d'érable
Aubergine à la chermoula, oignons rouges caramélisés et grenade, baba ganoush de courgettes, tahini de noix
Gâteau nantais vegan à l'orange et aux épices de pain d'épices

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 19€50 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 17€ / 19€50

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 13€

11 quai Turenne

44000 Nantes

Tél. : 06 10 53 22 20

www.totumcantine.bio



— Centre ville —
Viarme / Hauts Pavés



1. L'Ariana
2. Le Bistrot à Gilles
3. Les Bouteilles
4. By Sainbioz

5. Chez Tonton
6. Crêperie l'Optimist
7. Dilemme
8. Lamaccotte

9. Parfum de Crêpe
10. Le Prologue
11. Tartines et Bouchons
12. La Terrasse du Stade



1. L'Ariana

Très certainement le plus ancien des restaurants de la rue Léon Jamin (où sont déjà présentes des adresses de notre sélection) puisqu'il s'y trouve depuis presque une trentaine d'années. Toutefois, il affiche fièrement (et il y a de quoi) sa différence avec une cuisine afghane (hélas méconnue), raffinée, parfumée, épicée mais pas relevée (pas de piments qui emportent la bouche) qui vaut la peine qu'on la découvre. Et tout particulièrement sa modique formule du midi, considérée comme une excellente affaire !

Ex. de plats proposés :

Soupe royale à base de bouillon de veau, courgette, graines de soja, gingembre et coriandre

Ravioles de poireau cuites à la vapeur, bœuf haché, tomate et menthe séchée
Crème cardamome et graines de sésame

Midi : **L M M J V S D** / 11€ / 14€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 24€ / 30€

Carte des plats mini-maxi : 13€ / 16€

28 rue Léon Jamin
44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 12 68

www.restaurant-ariana.com



2. Le Bistrot à Gilles

Un excellent choix quand on est à la recherche d'une atmosphère chaleureuse de bistrot où l'on se régale d'une généreuse et goûteuse cuisine française moderne, élaborée par un patron tout ce qu'il y a de plus jovial. Menus « chenapan », « loustic » et aussi assiettes végétariennes et végétaliennes que l'on découvre dans une grande salle indétectable depuis la rue. Prix moyens

Ex. de plats proposés :

Crom' exquis de foie gras et haricots verts en salade

Ris de veau et rognon de veau façon cocotte gourmande

Véritable nantais maison au rhum jamaïcain

Midi : **L M M J V S D** / 19€90 / 35€90

Soir : **L M M J V S D** / 25€90 / 35€90 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 10€90 / 20€90

♿ salle (Source : établissement)

11 bis rue de la Bastille
44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 41 58

www.lebistrotagilles.com





3. Les Bouteilles

Derrière le marché Talensac, un bistrot à tendance vinicole, où parmi les flacons (dans les casiers, sur les étagères), environ 600 étiquettes (!), on a réussi à glisser quelques tables. On y sert une cuisine bistrotière sans artifice et sans concession sur la qualité des produits. Les ingrédients bigrement bien sélectionnés (petites productions artisanales) ont le goût de ce qu'ils sont et sont associés à de grands crus servis au verre. Bon accueil et vente à emporter... de bouteilles !

Ex. de plats proposés :

Croustillant de pieds de cochon désossés, anguille fumée, pickles
Dos de barbu sauvage du Croisic en croûte de noisettes du Piémont et citron de Nice
Mille-feuille 2187, chibouste vanille de Tahiti, framboises de Damien Rio

Midi : L M M J V S D / 20€ / 30€

Soir : L M M J V S D / 30€ / 40€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 12€ / 30€

11 rue de Bel Air
44000 Nantes
Tél. : 02 40 08 27 65



4. By Sainbioz

Une adresse qui se taille une réputation pour ses burgers (servis à table) et son brunch (le dimanche). Les addicts y vont pour les buns bio (pains moelleux et croustillants à l'extérieur, les patty (steak) juicy, les fromages fondants (de Beillevaire) et pour tous les autres produits bien associés et bien sélectionnés (petits producteurs locaux, souvent bio). Délicieux burgers au bœuf, poulet, fromage de chèvre, canard confit, foie gras et aussi veggie ou vegan. Accueil attentionné, prix raisonnables.

Ex. de plats proposés :

Croustillant de Curé Nantais et poire
« Coteau Nantais »
Veggy Burger à la burrata
Pavlova

Midi : L M M J V S D / 14€

Soir : L M M J V S D / 14€

Carte des plats mini-maxi : 11€50 / 25€

♻️ salle (Source : établissement)

34 rue Léon Jamin
44000 Nantes
Tél. : 09 83 58 05 58
www.bysainbioz.com



Viarme / Hauts Pavés



5. Chez Tonton **Nouveau!**

Le décor qui vous entoure ne laisse pas de doutes sur la référence : ici les tontons, on les aime flingueurs ! Ce tonton-là propose une cuisine bistrotière (terrines maison, belles pièces de viande, etc.) bien tournée mais pas que. De petites touches asiatiques (le chef est passé par Song) se glissent çà et là et les propositions évoluent en fonction des trouvailles du marché, mais sans addition qui flingue !

Ex. de plats proposés :

Terrine de foie de volaille au Cognac et au Porto

Filet de dorade sebaste, lait coco/citronnelle
Moelleux au chocolat, caramel au beurre salé

Midi : L M M J V S D / 17€ / 27€

Soir : L M M J V S D / 26€ / 33€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 13€ / 19€

♻️ salle (Source : établissement)

2 place Sainte-Élisabeth

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 01 92



6. Crêperie l'Optimist

Une espèce assez rare, qui bouscule un peu le microcosme des crêperies nantaises. Le pitch « optimiste » : deux frères, dont les parents ont tenu une crêperie dans les années 80, l'un en salle, l'autre en cuisine passé par de grandes maisons, qui réinjecte de la « vraie cuisine » dans la crêpe. Un concept savoureux, original, qui n'atomisera pas pour autant votre porte-monnaie, puisque l'on reste sur des prix tout à fait classiques.

Ex. de plats proposés :

Galette ciboulette

Yole : galette au caviar d'aubergines, courgettes grillées, mousse de chèvre et tomates confites

Livarde : crêpe à la crème Paris-Brest, caramel au beurre salé et amandes pralinées

Midi : L M M J V S D / 9€90 / 18€90

Soir : L M M J V S D / 18€90

Carte des plats mini-maxi : 2€70 / 13€20

♻️ salle (Source : établissement)

20 rue Jean Jaurès

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 48 21

www.creperie-loptimist.fr



Viarme / Hauts Pavés



7. Dilemme

C'est bien d'aller en tandem, chez cette jeune demoiselle (Elisa Pichaud, 27 ans), ex-Monté-Christo, qui étonne avec des recettes fusion, mêlant cuisines française, italienne (elle est aussi passée par l'un des 10 meilleurs restaurants italiens au monde) et asiatique. Des combinaisons originales à découvrir dans deux salles tapissées de vieilles pierres, poutres apparentes, parquet de bois et cheminée (qui fonctionne en hiver) où règne une douce atmosphère.

Ex. de plats proposés :

Saint-Jacques snackées, purée de patates douces parfumée à la truffe
Souris d'agneau, polenta crémeuse parfumée à l'estragon
Moelleux au chocolat, glace au lait d'amandes

Midi : **L M M J V S D** / 14€90 / 18€90

Soir : **L M M J V S D** / 21€90 / 39€50

Carte des plats mini-maxi : 10€50 / 20€50

24 rue Jean Jaurès

44000 Nantes

Tél. : 02 85 37 87 89

www.restaurantledilemme.fr



8. Lamaccotte

Un endroit dans l'air du temps, où le nouveau chef reste dans la ligne d'exploration culinaire de son prédécesseur, avec une cuisine moderne et des plats mystérieusement décrits seulement par leurs ingrédients principaux. Le service avenant et les prix peu élevés (le midi) complètent ce joli tableau égayé par un bon choix de vins de Loire dont de beaux Muscadet.

À partir d'octobre 2019, Lamaccotte change d'adresse ! Retrouvez le restaurant au 7 rue Saint-Denis à Nantes (anciennement Bistrot L'Alchimiste).

Ex. de plats proposés :

Thonine / guacamole / crumble épicé / mayonnaise curry
Ris de veau / émulsion / coques / asperges
Fraise / menthe / petits pois

Midi : **L M M J V S D** / 20€ / 35€

Soir : **L M M J V S D** / 42€ / 52€ (sem)

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

63 rue de Bel Air

44000 Nantes

Tél. : 02 85 37 42 30

www.lamaccotte-restaurant-nantes.com



Viarme / Hauts Pavés



9. Parfum de Crêpe

Un concentré de la ville de Nantes, ses lieux et objets culturels emblématiques défilent dans votre assiette sous forme d'appétissantes crêpes et galettes portant les noms évocateurs de : « Machines de l'île », « Lieu Unique », « Anneaux de Buren », « Passage Pommeraye », « Marché Talensac », escortées de produits régionaux de toute beauté (farine certifiée bretonne, cidre bio, produits du marché, bière du Bouffay). Soirées à thème culinaire (Kig ha farz, etc.) et musical (concerts). Bon accueil.

Ex. de plats proposés :

Salade, chèvre sur blinis, poitrine fumée, noix, tomates
Marché de la Petite Hollande : saumon fumé sur purée de cœur d'artichaut à la crème
Le Nid de M. Jullien : abricot poêlé, glace lait d'amandes, chantilly et nougatine maison

Midi : **L M M J V S D** / 13€50

Soir : **L M M J V S D** /

Carte des plats mini-maxi : 3€50 / 18€80

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

3 rue de la Bastille
44000 Nantes
Tél. : 02 28 44 38 09
www.parfumdecrepe.fr



10. Le Prologue

Entre la place Viarme et la Tour Bretagne, on se dirige sans hésitation vers ce restaurant atypique, au nom singulier, disposant de deux salles en rez-de-chaussée, qui ne communiquent pas entre-elles, et d'une terrasse insoupçonnable (dans une cour). Des recettes pleines de bons sentiments et de fraîcheur, toujours généreuses, et revisitant avec sagacité les classiques de la cuisine française.

Ex. de plats proposés :

Langoustines et chair de tourteaux, salicornes mousseuses
Suprême de poulet Label Rouge de Challans, caramel de fraises, risotto de mâche nantaise
Pavlova de fraises Gariguettes, cœur de framboises en confiture

Midi : **L M M J V S D** / 18€10 / 48€

Soir : **L M M J V S D** / 19€80 / 48€ (sem)

14 rue du Capitaine Corhumel
44000 Nantes
Tél. : 02 40 48 08 08
www.restaurantleprologue.com





11. Tartines et Bouchons

De belles portions de viande bovine bien juteuses sont régulièrement servies aux tables serrées de ce restaurant de quartier toujours animé. Ceci explique son succès auprès d'une clientèle d'habitues, tablées de chefs d'entreprise ou copains carnivores, qui apprécient également les poelées de fruits de mer et les desserts maison, ainsi que la possibilité de manger collés-serrés sur les hauts tabourets du comptoir, qui scinde l'espace en deux.

Ex. de plats proposés :

Asperges blanches de Chambord et mousseline
Magret de canard, sauce bigarade
Le tiramisù au Petit LU

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 20€85

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 25€ / 35€

♻️ salle (Source : établissement)

11 rue d'Auvours

44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 85 40

www.tartinesetbouchons.com



12. La Terrasse du Stade

(Restaurant du SNUC) (Hors plan)

Situé au cœur d'une oasis de verdure de 5 hectares, à quelques minutes du centre-ville, où l'on vient respirer... la terrasse est bien au cœur du stade ! Mais nul besoin de remporter trois sets de tennis ou de plaquer votre adversaire pour vous attabler ici ; les plats sont soignés et valent le détour. Tout comme la belle carte de Muscadet.

Ex. de plats proposés :

Œuf poché et asperges vertes, sauce hollandaise
Sauté de cochon fermier Argoat au curry, semoule
Sablé breton aux fraises de Noirmoutier

Midi : **L M M J V S D** / 18€50

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 23€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

74 boulevard des Anglais

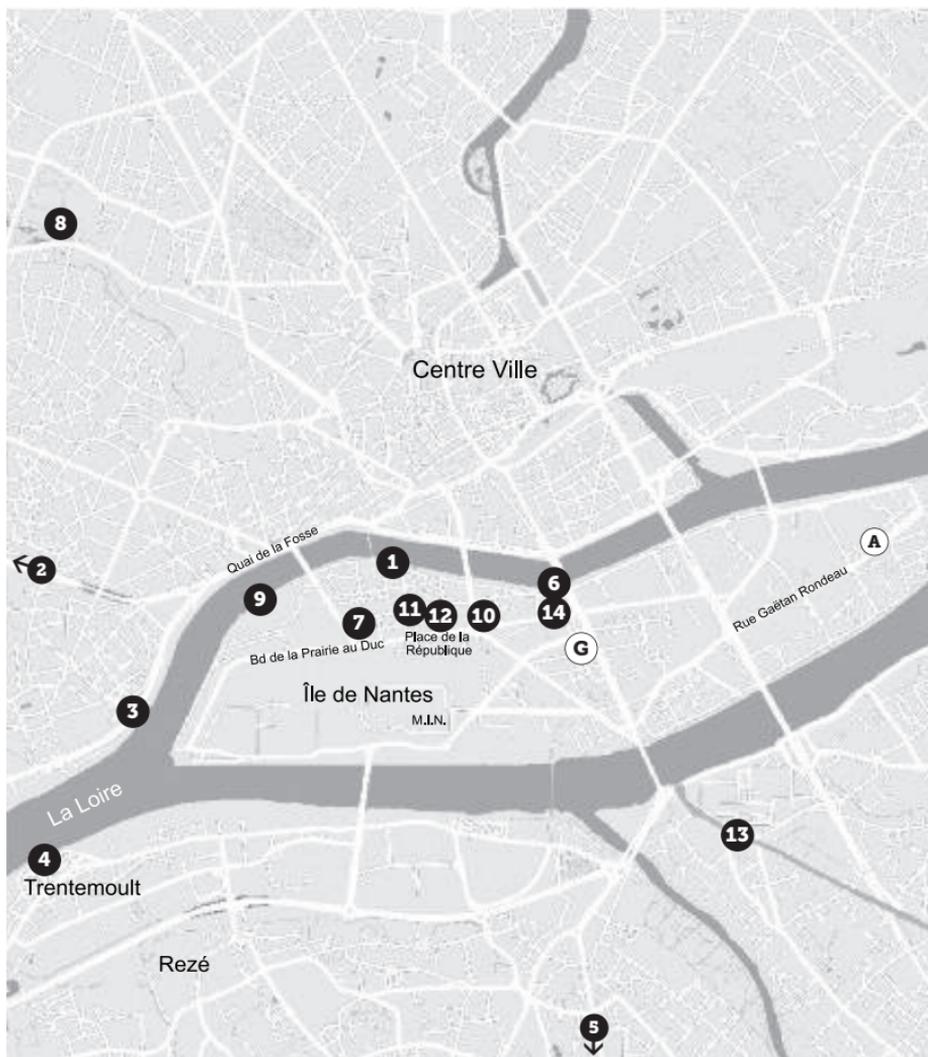
44100 Nantes

Tél. : 02 28 25 47 66

www.laterrassedustade.com



— Autour du centre —
Chantiers navals / Île de Nantes / Rezé-Trentemoult



- 1. Le 1
- 2. À Boire et à Manger
- 3. L'Atlantide 1874 – Maison Guého
- 4. La Civelle
- 5. Le Coraly
- 6. La Grande Barge
- 7. LuluRouget

- 8. Le Manoir de Procé
- 9. O Deck
- 10. La P'tite Ardoise
- 11. Papalou
- 12. République « Côté Jardin »
- 13. Le Rouge Ardoise
- 14. Ti Lichous

Vit'fait, bien fait ! :

- A. Le B.A. Ba
- G. Malumbi

Chantiers navals / Île de Nantes / Rezé-Trentemoult



1. Le 1

Sur l'Île de Nantes, un restaurant (estampillé Jean-Yves Guého) « casual chic » (grandes baies vitrées, mobilier en bois clair, cuisine à vue), doté d'une terrasse couverte (la « Canadienne » du collectif Fichtre), où l'on s'arrête volontiers pour observer le tranquille cours de la Loire et l'effervescence de la ville juste en face. Le Palais de Justice voisin (signé Jean Nouvel) fait venir des avocats (mais pas seulement) prenant fait et cause pour la cuisine fine, juste, irréprochable. Prodigieuse cave sous verre.

Ex. de plats proposés :

Verrine givrée de tourteau, tartare avocat-fraise et baies de la passion
Dos de cabillaud en croûte de chorizo,
pommes de terre écrasées aux herbes
Soufflé chaud Grand Marnier

Midi : L M M J V S D / 16€ / 28€

Soir : L M M J V S D / 28€ / 31€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

1 rue Olympe de Gouges
44200 Nantes
Tél. : 02 40 08 28 00
www.leun.fr

I ♥
Muscadet !



2. À Boire et à Manger (Hors plan)

Une atmosphère agréable et une cuisine qui ne cherche pas midi à quatorze heures (ardoise courte), sans chichis, rassurante, un peu comme à la maison et qui change quotidiennement, attirent les habitués de cet ancien quartier ouvrier de Nantes (Chantenay). La carte des vins mettant en exergue Muscadet et autres Val de Loire, et la petite salle lumineuse (baies vitrées, murs en pierre, sol en béton ciré, mobilier en bois clair) sont d'autres attraits.

Ex. de plats proposés :

Terrine de campagne maison
Dos de lieu, huile de coriandre
Truffé au chocolat

Midi : L M M J V S D / 16€10 / 17€10

Soir : L M M J V S D / 25€ / 30€

Carte des plats mini-maxi : 10€90 / 11€40

♿ salle (Source : établissement)

16 rue de La Marseillaise
44100 Nantes
Tél. : 02 40 58 05 10

I ♥
Muscadet !





3. L'Atlantide 1874 Maison Guého

Équilibre parfait entre les textures, les saveurs et l'esthétisme : les plats sortent des cuisines de Jean-Yves Guého (une étoile au Michelin) avec un degré d'exigence et de beauté identique. Sa cuisine stylée, intemporelle, fourmillant de collisions très heureuses, vous envoie sur un nuage, dans un espace vitré (il y a d'autres salles) bénéficiant de l'une des plus belles vues de la ville (magique le soir quand *Les Anneaux* de Buren s'illuminent !). Cave suscitant l'admiration. Service très attentif.

Ex. de plats proposés :

Chair d'araignée en gelée de caviar de France à l'aneth, écume de carcasse et fenouil

Sole rôtie aux épices cantonaises, caramel de gingembre, gnocchis et pak-choi
Soufflé flambé au Grand Marnier

Midi : L M M J V S D / 40€ / 100€

Soir : L M M J V S D / 50€ / 100€

Carte des plats mini-maxi : 28€ / 44€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

5 rue de l'Hermitage
44100 Nantes
Tél. : 02 40 73 23 23
www.atlantide1874.fr



4. La Civelle

Larguez les amarres et la ville, à bord du Navibus, pour une croisière de 10 minutes sur la Loire (au prix d'un ticket de tram !) et partez à la découverte de Trentemoult, ancien village de pêcheurs multicolore. Bien calée sur la jetée, cette institution donnant sur la Loire (deux salles vitrées) propose une cuisine bistrotière terre/mer en osmose avec le marché, soutenue par de belles étiquettes de Muscadet mais pas seulement. Déco néo-industrielle chaleureuse.

Ex. de plats proposés :

Marinade de petits poulpes et poivrons, olives taggache et agrumes

La souris d'agneau revisitée à chaque saison
Les profiteroles de Trentemoult

Midi : L M M J V S D / 31€

Soir : L M M J V S D / 31€

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 35€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

21 quai Marcel Boissard
44400 Rezé-Trentemoult
Tél. : 02 40 75 46 60
www.lacivelle.com



Chantiers navals / Île de Nantes / Rezé-Trentemoult



5. Le Coraly (Hors plan)

Une bonne voire une excellente surprise ! À Rezé, sur un axe très fréquenté (bien repérer l'adresse avant de s'y rendre) cet endroit gentiment endormi renaît grâce à l'énergie d'un jeune couple plutôt doué. Une fois la déco eighties, ni branchée ni cosy, oubliée, on se laisse prendre au jeu des intitulés (très alléchants !), avant de s'extasier devant des assiettes semi-gastronomiques raffinées très bien réalisées. Un lieu à découvrir absolument si vous êtes dans le coin « parce qu'il le vaut bien ! ».

Ex. de plats proposés :

Langoustines rôties en carapace,
condiment mangue-estragon
Suprême de poulet jaune farci à l'ail des
ours, asperges et polenta croustillante,
jus de volaille
Macaron aux fraises de Haute-Goulaine,
mousse chocolat blanc et cardamome

Midi : **L M M J V S D** / 15€ / 18€

Soir : **L M M J V S D** / 26€50 / 36€

Carte des plats mini-maxi : 19€ / 21€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

131 rue Aristide Briand

44400 Rezé

Tél. : 02 40 05 15 37

www.restaurant-le-coraly.fr



6. La Grande Barge

Derrière cette devanture rouge vif, se cache un lieu de partage et de rencontre prenant la forme d'un micromarché bio solidaire (issu de l'association ECOS) et d'un resto-bar. Dès l'entrée, le ton est donné par une carte en bois du département indiquant l'emplacement des fermiers partenaires (traçabilité garantie !). Côté cuisine, on est sur de belles assiettes bio, fraîches et « faites maison », végétariennes ou avec de la très goûteuse viande produite par des « paysans amoureux de leur métier ». Prix doux. Vente de plats à emporter. Terrasse.

Ex. de plats proposés :

Velouté de pleurotes et sarrasin
Bol de saison : œuf mollet, quinoa à la
tomate séchée, fenouil rôti au sésame,
haricots rouges à la sauge, mâche et
cruautés

Tarte au fromage blanc de brebis et caramel
au beurre salé

Midi : **L M M J V S D** / 9€80 / 17€50

Soir : **L M M J V S D**

8 rue Grande Biesse

44200 Nantes

Tél. : 02 53 97 65 40

www.ledebutdesharicots.fr





7. LuluRouget

Le nouveau chef étoilé de la ville de Nantes, qui enfle jour après jour son tablier, pour marier sensibilité, curiosité et saveurs, et mettre en appétit les convives. Alors, on plonge avec délice sa fourchette dans une cuisine contemporaine bluffante, pointue, dont les règles sont : la perpétuelle remise en question et l'acharnement dans la recherche du goût et de nouvelles associations pertinentes. Cave intelligente.

Ex. de plats proposés :

Feuilles croustillantes de lotte demi-sel à la menthe et à l'anchois
Saint-Pierre nacré, artichauts en textures et lait d'aïle des ours
Complicité fraise/persil

Midi : **L M M J V S D** / 32€ / 52€ / 62€
Soir : **L M M J V S D** / 62€ / 75€ / 90€ (sem)
♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

4 place Albert Camus
Zero Newton
44200 Nantes
Tél. : 02 40 47 47 98

**I ♥
Muscadet!**



8. Le Manoir de Procé

Bien blotti dans le Parc de Procé, l'un des poumons verts de Nantes (d'une superficie de 12 hectares) où s'épanouissent toutes sortes d'arbres remarquables, ce manoir secret du XVIII^e s. possède un atout non négligeable, une accueillante terrasse extérieure. On peut aussi s'attarder à tout moment à l'intérieur (le lieu fait office de café-restaurant-salon de thé) et goûter une formule déjeuner, combinant des bases classiques à un zeste de modernité (quelques assiettes bio), à bon prix.

Ex. de plats proposés :

Crème brûlée au foie gras
Suprême de poulet de Challans, asperges, pommes de terre nouvelles
Tiramisù fraise-pistache

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 24€
Soir : **L M M J V S D**

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

Parc de Procé
44 rue des Dervallières
44000 Nantes
Tél. : 02 51 86 47 23
www.manoirdeproce.fr

**I ♥
Muscadet!**



Chantiers navals / Île de Nantes / Rezé-Trentemoult



9. O Deck

Un bâtiment flottant sur la Loire (près des Machines de l'Île) dont l'atout majeur est : l'un des plus beaux panorama de la ville de Nantes (surtout le soir !). La décoration agréable (grandes baies vitrées, cloisons en bois clair, chaises en velours aux tonalités pastel, tables en bois sombre), la cuisine pas prétentieuse, les portions copieuses et le service bien rythmé y attirent des tablées d'amis et de couples. Vins bien sélectionnés que l'on va chercher soi-même au Chai 33.

Ex. de plats proposés :

Cromesquis de Curé Nantais, bouquet de mâche
Curry de poissons des criées locales
Crémets d'Anjou AOP, confiture de mûroise bio de Vallet

Midi : L M M J V S D / 16€ / 34€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 24€ / 34€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 16€ / 32€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

30 quai Fernand Crovan
44200 Nantes
Tél. : 02 40 71 71 00

I ♥
Muscadet !



10. La P'tite Ardoise

Cet ex-resto ouvrier, près de la place de la République, poursuit sa route sans perdre de vue ses fondamentaux : l'accueil, la bonne humeur, la générosité et la simplicité des assiettes, que l'on commente avec des bâtons de craie sur des « p'tites ardoises ». Une adresse où l'on se sent bien, incarnée par un patron ayant toujours un petit mot (d'humour !) pour chacun.

Ex. de plats proposés :

Notre pâté de foie de volaille
Fish & chips de lieu noir, sauce blanche à la coriandre fraîche
Brioche perdue, sauce caramel salé, glace vanille

Midi : L M M J V S D / 13€50

Soir : L M M J V S D

♻️ salle (Source : établissement)

15 bis boulevard Babin Chevaye
44200 Nantes
Tél. : 02 40 69 66 20





11. Papalou

Un bistrot de quartier fréquenté pour l'accueil amical des propriétaires et l'honnêteté de bons petits plats français, italiens, thaïlandais et parfois végétariens. Un moment encore plus agréable lorsque l'on sait que ces derniers sont façonnés à partir de produits bien sélectionnés (fermiers, de plus en plus locavores ou bio). Plats à emporter pour les plus pressés. Bon choix de vins.

Ex. de plats proposés :

Œuf cocotte aux épinards et son fromage fermier aux herbes
Pavé de cabillaud et son jus d'herbes, riz aux petits légumes et assortiment de purées
Crêmet nantais aux 2 caramels, passion et beurre salé

Midi : L M M J V S D / 18€50

Soir : L M M J V S D

♻️ salle (Source : établissement)

10 boulevard de la Prairie au Duc
44200 Nantes
Tél. : 02 51 82 47 40



12. République « Côté Jardin »

Ici les sérieux mangeurs glissent leur serviette dans leur col et s'extasient devant les entre-côtes et bien d'autres belles pièces bouchères. Tandis que d'autres viennent pour la généreuse verve bistrotière du chef et ses préparations authentiques, simples et fraîches servies dans un décor naturel ou dans une cour « côté jardin ». Le tout rincé par de bons crus communaux du Muscadet.

Ex. de plats proposés :

Tourteau décortiqué et préparé, mayonnaise maison, roquette de pays
Dos de cabillaud sauvage beurre d'agrumes, petits légumes, écrasé de pommes de terre
Baba au rhum maison, chantilly, petit verre de rhum arrangé

Midi : L M M J V S D / 19€95 / 38€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 26€ / 38€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 15€90 / 19€90

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

7 place de la République
44200 Nantes
Tél. : 02 40 84 20 00
www.restaurantrepublique.com

I ♥
Muscadet!



Chantiers navals / Île de Nantes / Rezé-Trentemoult



13. Le Rouge Ardoise **Nouveau !**

Une adresse connue dans le quartier Saint-Jacques, reprise par un chef passé par l'école Ferrandi (le Harvard des cuisiniers !), qui a roulé sa bosse en Polynésie et Nouvelle Zélande, pour nous délivrer une cuisine bistrotière voyageuse, gourmande le midi et plus raffinée le soir. Ardoise « home made » soignée très accrocheuse. Un bon plan pour les habitués avec une jolie terrasse ceinte de murs en pierre. Prix raisonnables.

Ex. de plats proposés :

Langoustines en kadaïf, crème d'avocat et dés de légumes croquants
Cœur de carré de veau, purée d'héliantis, palets de céleri rave et jus corsé aux aïrelles
Crèmeux chocolat blond, orange sanguine et tuiles au chocolat

Midi : L M M J V S D / 11€ / 18€

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 7€ / 23€

☎ salle (Source : établissement)

48 rue Saint-Jacques

44200 Nantes

Tél. : 02 51 86 44 91



14. Ti Lichous

S'offrir un Kig Ha Farz, le fameux pot au feu breton (le jeudi soir en hiver), une matelote ou une frigosse, peut être un objectif difficilement atteignable, mais c'est sans compter Ti Lichous. Un authentique repaire breton, où l'on peut aussi se régaler de savoureuses galettes et crêpes flanquées de cidres artisanaux, de produits bigoudens (à emporter) ou de desserts iconiques, qui tiennent bien au corps (gâteau et far bretons). Accueil aimable, prix mesurés. « Trugarez ! » (Merci !).

Ex. de plats proposés :

Assortiment de Lichoueries

Kig Ha Farz

Gâteau de crêpes

Midi : L M M J V S D / 8€50 / 25€

Soir : L M M J V S D

☎ salle + toilettes (Source : établissement)

12 rue Grande Biesse

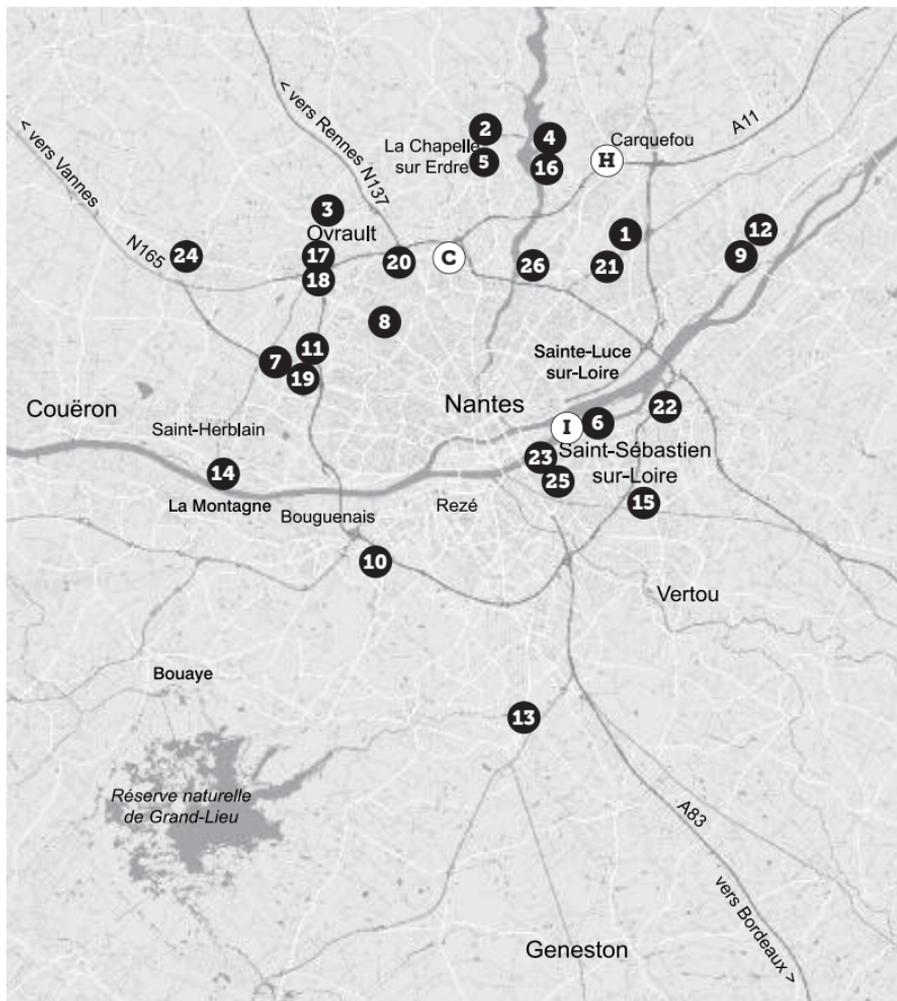
44200 Nantes

Tél. : 02 40 35 44 60

www.facebook.com/tilichous



– Nantes Métropole –



1. Le 20
2. L'Archipel
3. Au Gré des Saveurs
4. Auberge du Vieux Gachet
5. Le Bouquet Garni
6. Cara
7. Le Carré Blanc
8. Les Caudalies
9. La Chaumière
10. Du Coq à l'Âne
11. Edith et Marcel

12. L'Envol
13. L'Épicurien à l'Abbaye de Villeneuve
14. Le François 2
15. Le Laurier Fleuri
16. Le Manoir de la Régate
17. L'Orée du Bois
18. Le Pavillon
19. Les Pellières
20. Quintessia

21. Rest'O Bio Nantes
22. Le Restaurant du Pont
23. Le Rive Gauche
24. Le Romarin
25. So Good Brasil
26. Les Terrasses de l'Erdre

Vit'fait, bien fait ! :

- C.** La Cantine d'Albert
- H.** Merci Bernard
- I.** Moscati



1. Le 20

Avec sa situation atypique (dans la zone industrielle de Sainte-Luce) on a toujours l'impression de faire une découverte (GPS conseillé) en venant dans cet élégant restaurant. On y va principalement pour un déjeuner (business), pour ses beaux volumes, les murs habillés de laque rouge, le bois blond, les sièges feutrés et les suspensions XXL qui font vite oublier le proche environnement. Cuisine terre/mer efficace toujours avec une petite teinte originale. Terrasse aux beaux jours.

Ex. de plats proposés :

Asperges chemisées de saumon fumé,
pousse et crème de moutarde à l'ancienne
Thon mi-cuit, mousseline de patates douces
et son pesto
Feuillantine de fraises de Basse-Goulaine,
crème yuzu, coulis framboise, sorbet cassis,
éclats de noix de pécan torréfiées

Midi : L M M J V S D / 18€80 / 24€80

Soir : L M M J V S D

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

20 rue de la Jalousie
44980 Sainte-Luce-sur-Loire
Tél. : 02 40 25 81 56



2. L'Archipel

Un lieu présentant l'avantage de vous emmener vers les bords de l'Erdre et de vous faire vivre une expérience culinaire hors du commun. Une petite oasis connue de tous les bacs fins, pour sa subtile cuisine contemporaine, émaillée de fragrances asiatiques cinglantes. À l'automne, le restaurant change de cap et propose désormais une formule "esprit bento" (ouvert seulement le midi).

Ex. de plats proposés :

Tartare de canard et thon rouge, caviar de betterave et gaspacho de pastèque
Pluma de cochon ibérique au thé fumé
lapsang-souchon et poivre long rouge de Madagascar
Vacherin basilic-chocolat blanc-rhubarbe et financier

Midi : L M M J V S D / 17€ / 21€50

Soir : L M M J V S D / 35€ / 55€ (sem)

♻️ salle (Source : établissement)

4 rue François Clouet
44240 La Chapelle-sur-Erdre
Tél. : 02 40 72 00 60
www.facebook.com/restaurantlarchipel





3. Au Gré des Saveurs

Les formules Bento (3 entrées, 1 plat, 2 desserts sur un plateau compartimenté) et les assiettes bistro-nomiques bien troussées ne laissent pas indifférents les foodies, qui font sans problème le déplacement vers le ravissant bourg d'Orvault. Une fois installés sur les banquettes bleu-ciel, d'un atelier industriel chaleureux, ils ouvrent leurs chakras pour se laisser transporter « au gré des saveurs » agicheuses du chef officiant dans la cuisine à vue.

Ex. de plats proposés :

L'œuf bio cuit mollet, asperges vertes, mousse de saumon fumé et gravlax, réduction à l'orange, copeaux de caviar séché
Turbot de Noirmoutier au beurre moussoux à la sarriette, pâtes zita, asperges blanches Val de Loire et petits violets en barigoule, sauce xères-tomate
Chibouste fruit de la passion, framboise, chocolat au lait, sablé speculoos

Midi : L M M J V S D / 17€ / 21€

Soir : L M M J V S D / 27€ / 31€

♣ salle (Source : établissement)

12 rue Hubert de la Brosse
44700 Orvault Bourg
Tél. : 09 83 72 94 00



4. Auberge du Vieux Gachet

Une adresse des bords de l'Erdrre, où le charme agit toute l'année (rives arborées et folie fin XVIII^e en ligne de mire), grâce à une terrasse sur les flots l'été et des tables derrière de grandes baies vitrées les mois d'hiver. L'exquise cuisine explorant techniques d'hier, d'aujourd'hui, et réinventant des plats traditionnels en les améliorant de nouvelles saveurs, y contribue tout autant. Dessert à tomber !

Ex. de plats proposés :

Croustillant de homard, sauce armoricaine
Ris de veau, beurre roussi, jus au vieux Porto
Baba au rhum, crème battue vanille

Midi : L M M J V S D / 22€ / 65€

Soir : L M M J V S D / 35€ / 65€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 50€ / 79€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

Le Vieux Gachet

44470 Carquefou

Tél. : 02 40 25 10 92

www.aubergeduvieuxgachet.com

I ♥
Muscadet !





5. Le Bouquet Garni

« C'est bien, jusque dans les plus petits détails » assurent les habitués de cette table de La Chapelle-sur-Erdre, dont le style alerte et inventif se fond bien dans l'espace moderne composé de deux salles chaleureuses (tonalités de terre, rubis et gris souris). Le chef (une vraie tête chercheuse !) et sa femme péruvienne y convient à un tour du monde de saveurs, textures et parfums, propres à affoler les papilles les plus difficiles. Assiettes très esthétiques.

Ex. de plats proposés :

Gaspacho de betterave fumée, maquereau des Sables d'Olonne façon tempura, huile de roquette

Quasi de veau, houmous de pois chiche à l'huile de sésame, poivron rouge grillé, jus de veau corsé

Macaron citron, crèmeux de mascarpone à la vanille de Madagascar, fraises de Saint-Julien-de-Concelles

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 21€50

Soir : **L M M J V S D** / 28€ / 36€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 22€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

38 rue Martin Luther King
44240 La-Chapelle-sur-Erdre
Tél. : 02 40 77 88 99



6. Cara **Nouveau!**

Boulevard des Pas Enchantés, un resto de quartier au taquet le midi (réservation conseillée) vite repéré par les habitants de Saint-Sébastien, qui ont flairé là une très bonne affaire ! Au menu, produits régionaux (poissons côtiers des Sables d'Olonne, Saint-Jacques et veau bretons, légumes anciens, etc.), frais, suivant la saisonnalité, bien mitonnés, avec le soir des propositions plus travaillées. Merci qui ? Merci Cara ! (abréviation de Caradec, le prénom du chef-patron breton).

Ex. de plats proposés :

Velouté de chou-fleur, chips de panais, poitrine fumée

Filet de bar poêlé, risotto au parmesan, crème chorizo

Nage de fraises et rhubarbe, sorbet fraise/basilic

Midi : **L M M J V S D** / 15€50 / 40€

Soir : **L M M J V S D** / 27€50 / 40€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 6€ / 22€

124 boulevard des Pas Enchantés
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire
Tél. : 02 40 34 66 84

www.restaurantcara.com





7. Le Carré Blanc

Une brasserie contemporaine, attrayante pour son décor couleur sable, son comptoir blanc et les grandes photos noir et blanc qui constellent ses murs. La situation (près du centre commercial Atlantis), les classiques de brasserie bien tournés, et le service attentif et bien rythmé, en font une adresse fiable, pour un déjeuner d'affaires ou entre collègues ou d'un dîner avant/après une séance de cinéma.

Ex. de plats proposés :

Panna cotta au parmesan, œuf mollet, asperges vertes et jambon ibérique
Pavé de thon aux épices, garniture comme une tajine aux olives
Sablé breton aux framboises, fromage blanc, émulsion litchi et chocolat blanc

Midi : L M M J V S D / 18€70 / 34€50

Soir : L M M J V S D / 28€ / 34€50 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 25€50

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

Rue du Moulin de la Rousselière

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 63 33 22

www.brasserie-lecarrereblanc.fr



8. Les Caudalies

Une adresse sur la route de Vannes, où les foodies bien rencardés vont explorer l'univers d'un chef bordelais et de son épouse sommelière confirmée. Au rez-de-chaussée, on s'attable pour une cuisine fine d'inspiration régionale actualisée, soutenue par une cave substantielle. Tandis qu'à l'étage, plus informel, on mange sur le pouce des assiettes de charcuterie, de fromages, des salades de saison, ainsi que des plats (ou desserts) servis dans des bocaux, avec un verre de vin bien conseillé !

Ex. de plats proposés :

Le homard rôti au vin jaune et héliantis
Filet de veau et rognons au poivre des minorités
Crèmeux au citron de Nice et oranges sanguines

Midi : L M M J V S D / 23€ / 46€

Soir : L M M J V S D / 23€ / 46€

Carte des plats mini-maxi : 24€ / 60€

♣ salle (Source : établissement)

229 route de Vannes

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 94 35 35

www.restaurant-lescaudalies.com



I ♥
Muscadet !



9. La Chaumière

Les gourmands, quelle que soit leur appartenance, école classique ou aimant les touches contemporaines, trouvent leur compte dans cet endroit enraciné sur les bords de Loire, offrant une cuisine généreuse dédiée aux produits de saison qu'ils proviennent de la terre, de la mer ou du fleuve. Le contenu de la cave justifie aussi le déplacement puisque toutes les appellations du Val de Loire y sont bien répertoriées.

Ex. de plats proposés :

Médailon de caille et homard sur une concassée de tomates et asperges, samossa de crustacé, mesclun, vinaigrette à l'huile de crustacé

Dos de cabillaud rôti en croûte d'anchois et persil, risotto aux asperges vertes, compotée de tomates, vinaigrette tiède safranée
Macaron fraise, ganache fraîcheur basilic et citron, tartare de fraises sur son crumble, fondant et jus de fraises

Midi : L M M J V S D / 16€ / 48€

Soir : L M M J V S D / 16€ / 48€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 22€

♣ salle (Source : établissement)

12 rue des Ponts
44470 Thouaré-sur-Loire
Tél. : 02 40 77 30 94

I ♥
Muscadet !



10. Du Coq à l'Âne

En seulement dix minutes, on passe d'un sujet à un autre et de la vie urbaine à la campagne, dans ce restaurant adossé à une ferme pédagogique (clapiers, poulailler, bergerie) qui sert une cuisine française repensée, locavore (produits des fermes alentours) et bio, qui ne manque pas de vivacité. Salle au décor d'auberge de campagne vite remplie (pensez à réserver !). Certains jours, vente à emporter de bons produits... fermiers.

Ex. de plats proposés :

Mille-feuille de légumes de saison au fromage de chèvre
Kouign Amann aux poires et fève de tonka

Midi : L M M J V S D / 18€50 / 23€50

Soir : L M M J V S D

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

La Ranjonnière
44340 Bouguenais
Tél. : 02 40 34 72 10





11. Edith et Marcel

Edith et Marcel est le nouveau nom du restaurant Du Bonheur dans la cuisine qui, à l'occasion d'un changement de décor, en profite également pour changer d'identité. Mais que les amateurs se rassurent, l'équipe et les formules restent les mêmes. Une ambiance et une cuisine de brasserie contemporaine bien pratique dans ce quartier, pour les repas entre collègues ou à l'occasion d'un concert au Zenith tout proche.

Ex. de plats proposés :

Asperges blanches de Monsieur Pineau, sauce mousseline
Lieu jaune de nos côtes rôtis aux légumes
primeurs de La Chapelle-Basse-Mer
Tartelette aux fraises de Monsieur Ménard

Midi : L M M J V S D / 21€ / 32€

Soir : L M M J V S D / 27€ / 37€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 26€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

Esplanade Georges Brassens

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 28 25 28 00

www.du-bonheur-dans-la-cuisine.fr



I ♥
Muscadet!

12. L'Envol

Quand on se trouve à Thouaré, très exactement sur la route de Mauves, on se dirige sans réfléchir vers ce petit restaurant à devanture rouge, on ne peut plus honorable. Ceux qui s'y arrêtent, sont en effet rarement déçus par les plats traditionnels suivant les saisons bien interprétés. Prix accessibles, ardoise changeant régulièrement (toutes les semaines), jolie terrasse à l'arrière de la maison et accueil agréable.

Ex. de plats proposés :

Fricassée d'escargots en persillade, rouleau d'aubergine farci à la fondue d'oignons et brunoise de chorizo, crème d'ail et émulsion aux herbes fraîches

Filet de bœuf en tournedos et son escalope de foie gras poêlée, fondue d'échalotes et son jus au Porto

Croustillant aux deux chocolats, kumquat confit et sa crème anglaise

Midi : L M M J V S D / 20€90 / 33€50

Soir : L M M J V S D / 23€90 / 33€50 (sem)

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

85 rue de Mauves

44470 Thouaré-sur-Loire

Tél. : 02 40 68 07 21

www.restaurant-lenvol.net





13. L'Épicurien à l'Abbaye de Villeneuve

Logée dans une ancienne abbaye du XIII^e s., cette table classique téléporte dans un autre espace temps les amateurs d'histoire et de vieilles pierres qui la connaissent. Ils y apprécient le service « vieille école », les plats sous cloches gastronomiques, le costume 3 pièces du personnel, les jolies moulures. Idéal pour célébrer une noce (jardin apprêté) ou tout autre événement familial. La salle est un peu défraîchie, mais voici une expérience historique !

Ex. de plats proposés :

Foie gras d'Alain François au Coteaux du Layon, chutney au fruit de la passion et neige de fleur de sel

Cotriade au rythme de la marée, riz en cité interdite, pommes de terre douces saveur yuzu
La sphère noire aérienne, alliance de fraise-myrrille et saveurs exotiques au Petit LU

Midi : L M M J V S D / 19€ / 64€

Soir : L M M J V S D / 36€ / 64€ (sem)

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

Route de la Roche-sur-Yon

44840 Les Sorinières

Tél. : 02 40 04 40 25

www.abbayedevilleneuve.com

14. Le François 2

Classicisme et raffinement incitent à visiter de façon régulière cet établissement confortable (murs en pierre, tables juponnées, teintes chaleureuses, ravissante cour fleurie) respectueux des saveurs et des produits fermiers régionaux (pigeons de Mme Cassard, volailles de Challans, esturgeon d'Aquitaine, etc.). Les menus pour tous portefeuilles font que l'on prend toujours plaisir à passer sa serviette (en tissu) dans son col !

Ex. de plats proposés :

Tarte de maqueux de La Turballe

à la compotée de rhubarbe

Cuisse de pintade de plein air farcie

(Vendée), jus brun au Vadouvan

Tarte aux fraises de La Chapelle-Basse-Mer

déstructurée et pistaches, crème glacée

à la pistache

Midi : L M M J V S D / 16€50 / 31€

Soir : L M M J V S D / 31€ / 57€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 26€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

5 place Aristide Briand

44220 Couëron

Tél. : 02 40 38 32 32

www.francois2.com

I ♥
Muscadet !





15. Le Laurier Fleuri

Qualité des produits, respect des saisons, fraîcheur, vivacité, subtilité, à chaque repas le leitmotiv du chef est de créer la surprise toujours et encore, avec des mets inventifs, techniques et esthétiques sans cesse renouvelés. Si bien que l'on est enchanté (et que l'on a plus faim), quand on quitte cette table située sur la route de Clisson. Excellent rapport/qualité prix effaçant un emplacement pas très glamour.

Ex. de plats proposés :

Ormeaux rôtis aux asperges vertes et son lard Colonnata
Pintade fermière de Challans en deux façons, garniture de saison autour des petits pois et pommes de terre mitraillées, jus de volaille réduit
Tartare de fraises, avocat aux zestes de citron vert, crèmeux baie de Cimes, cake moelleux au thé sencha

Midi : L M M J V S D / 20€50 / 34€

Soir : L M M J V S D / 20€50 / 51€

Carte des plats mini-maxi : 16€ / 31€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

460 route de Clisson
44120 Vertou
Tél. : 02 51 79 01 01
www.lelaurierfleuri.fr



16. Le Manoir de la Régate

Ici, on prend véritablement une claque en goûtant aux associations subtiles (parfois intrigantes), aux jeux de textures affolants et à la haute technicité d'un jeune chef sensible ayant fourbit ses armes auprès de chefs multi-étoilés (les frères Ibarboure au Pays Basque, Thierry Drapeau en Vendée, Wakuda Tetsuya en Australie). Sous le regard complice de son père (également présent en cuisine), il vous envoie sur orbite avec ses assiettes d'une précision haute-couture !

Ex. de plats proposés :

Truite de mer confite, crèmeux de chèvre au poivre de Tasmanie, kombu breton, pickles de daikon, pomme verte
Cochon breton aux algues, tofu, couenne soufflée, bouillon shitaké
La balade au bord de l'Erdre, glacé aux cacahuètes, crèmeux pistache et chocolat

Midi : L M M J V S D / 22€ / 65€

Soir : L M M J V S D / 25€ / 65€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

155 route de Gachet
44300 Nantes
Tél. : 02 40 18 02 97
www.manoirdelaregate.com





17. L'Orée Du Bois

Bien à l'écart de la ville et de ses nuisances sonores, les convives sont aux anges quand les assiettes finement réalisées font leur apparition sur la table, surtout s'ils se trouvent sur la terrasse ombragée émaillée de petits bassins (à la belle saison). On s'y régale d'une cuisine bourgeoise teintée de modernité élaborée par un chef qui maîtrise ses classiques. Bon accueil et large sélection de vins de Loire bio.

Ex. de plats proposés :

Langoustines rôties, asperges du Val de Loire (Maison Poupard), coppa, chantilly parmesan, grosse allumette fleur de sel
Poisson sauvage, méli-mélo de légumes, tagliatelles goût de truffe, huile de sobrasada
Moelleux au chocolat, cœur coulant passion, crème glacée coco

Midi : L M M J V S D / 22€ / 44€

Soir : L M M J V S D / 36€ / 49€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 15€50 / 35€

94 rue de la Garenne

44700 Orvault

Tél. : 02 40 63 63 54

www.restaurant-loreduedubois.fr



18. Le Pavillon

Perdue dans une zone pas très glam (route de Vannes), coincée entre deux concessionnaires auto, cette belle maison bourgeoise, aimante cependant et depuis longtemps de nombreux fans, avec une cuisine généreuse de bonne facture, à des prix tout à fait abordables... À visiter absolument si vous êtes dans le coin.

Ex. de plats proposés :

Fricassée de langoustines aux girolles et légumes de Monsieur Léauté
Filet de merlu de La Turballe rôti aux légumes primeurs de La Chapelle-Basse-Mer
Tartelette sablée aux fraises de Monsieur Vinet et émulsion verveine

Midi : L M M J V S D / 17€ / 40€

Soir : L M M J V S D / 25€ / 60€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 31€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

379 route de Vannes

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 94 99 99

www.restaurant-lepavillon.fr

I ♥
Muscadet !





19. Les Pellières

« Envoyez les volailles fermières rôties, les cochons de lait grillés et la tête de veau ! » crie le chef tandis que les convives se pourlèchent les babines et se penchent avec plaisir sur ces plats gaulois, mais aussi sur du saumon fumé maison, des veloutés de légumes (du jardin du chef) ou de la sole meunière. Un répertoire généreux, de préférence rincé avec de bonnes bouteilles du Val de Loire, servi dans le décor néo-campagnard d'une longère proche du Zénith.

Ex. de plats proposés :

Salade maraîchère et saumon fumé par nos soins
Carré d'agneau primeur
Soupe de fraises et son sorbet citron

Midi : L M M J V S D / 18€50 / 28€

Soir : L M M J V S D / 28€

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 24€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

Esplanade Georges Brassens

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 65 08 88

www.baron-lefevre.fr



20. Quintessia

Loin des sentiers battus, mais valant la peine que l'on déniche son site en pleine nature (tout proche de la ville), ce lieu attire des convives en quête d'un moment de détente ou d'air pur. Les assiettes alertes, délicates, centrées sur les produits du terroir, les arbres centenaires et le service attentif ne déçoivent jamais leurs attentes. Le livre de cave se distingue par une belle sélection exclusivement ligérienne.

Ex. de plats proposés :

Marbré de foie gras au pain d'épices, gelée au Coteaux du Layon et petite brioche
L'espadon en deux façons : grillé et en tartare, délice de betterave et sauce aux crustacés

Délice aux fruits rouges, croustillant au chocolat blanc et pommes caramélisées

Midi : L M M J V S D / 26€ / 28€80

Soir : L M M J V S D / 26€ / 28€80

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

24 chemin des Marais du Cens

44700 Orvault

Tél. : 02 40 76 84 02

www.quintessia-resort.com



I ♥
Muscadet!



21. Rest'O *Nouveau!* Bio Nantes

Petit dernier des restaus bio où, avant de passer à table (ou après) on peut faire un tour dans les rayons du magasin Biocoop, dont il partage l'espace avec la boulangerie La Panetière des Hameaux. Dans l'assiette un plat carné et un plat végétarien, qui changent quotidiennement, agilement mijotés avec les produits du magasin qui font du bien par où ils passent ! Prix modiques.

Ex. de plats proposés :

Salade de tomates, concombre et poivron jaune, pesto végétal, mozzarella di buffala, crusty suédois

Flan exotique, crémeux de choux à la cardamome, poulet façon cajun, potatoes rôties à l'ail des ours et aubergines confites
Moelleux orange sanguine-citron vert, crème d'amande végétale (sans lactose, sans gluten)

Midi : L M M J V S D / 15€50

Soir : L M M J V S D

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

19 avenue du Marché Commun
44300 Nantes

Tél. : 02 52 59 58 46

www.leshameauxbio.fr/rest-o-bio/
rest-o-bio-nantes/



22. Le Restaurant du Pont

Avec un changement de propriétaires, c'est une nouvelle histoire qui s'écrit pour ce restaurant aux portes du vignoble. Dans la lignée de son prédécesseur mais avec une vision plus épurée, Mathieu Corbineau fait la part belle à une gastronomie de terroir recherchée, émaillée de subtils accents floraux. Ceci mis à part, on ne note pas de changements majeurs puisque les bons produits régionaux, associés judicieusement, et les vins choisis avec attention (9 Muscadets) répondent toujours présents. Accueil prévenant dans une salle agréable.

Ex. de plats proposés :

Mi-cuit d'espadon aux épices barbecue, émulsion beurre blanc fumé
Filet de bœuf, brocoli, ail des ours, aloe vera
Délice fruits rouges, avocat, céleri confit

Midi : L M M J V S D / 20€ / 50€

Soir : L M M J V S D / 38€ / 65€ (sem)

♻️ salle (Source : établissement)

147 rue du Grignon
44115 Basse-Goulaine

Tél. : 02 40 03 58 62

www.restaurant-du-pont.fr



I ♥
Muscadet!



23. Le Rive Gauche

Dans une salle chaleureuse un peu japonisante et sur une terrasse (invisible depuis la rue) donnant sur un jardin arboré, on se délecte d'une cuisine fine, technique, jonglant avec les saveurs de produits nobles et roturiers, en fonction de l'humeur du chef, Christophe Fouré. On se déplace aussi vers cette maison de bord de Loire (à devanture rouge) pour la cave futée où figurent de beaux nectars régionaux et la formule du midi avantageuse (verre de vin et café compris).

Ex. de plats proposés :

Foie gras poché et poêlé, morillons, pommes de terre nouvelles, jus de canard
Agneau de lait des Pyrénées au sésame, sucrine braisée, fèves, navets nouveaux, coulis de piquillos
Pavlova fruits rouges, passion, ceviche d'ananas, glace au poivre de Timut

Midi : **L M M J V S D** / 23€90 / 57€90

Soir : **L M M J V S D** / 32€ / 57€90 (sem)

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

10 côte Saint-Sébastien

44200 Nantes

Tél. : 02 40 34 38 52

www.lerivegauche-restaurant.com



24. Le Romarin

Quel bel exemple de constance que cet établissement fiable, qui n'a jamais dévié de sa route pour le plus grand plaisir d'habituels amateurs de « menus gourmets » et d'une « carte blanche » finement ouvragés, soutenus par un choix éclairé de vins locaux mais pas uniquement. Belle atmosphère classique dans deux salles lumineuses et une jolie terrasse aux beaux jours. Prix raisonnables.

Ex. de plats proposés :

Grosse asperge, hollandaise au champagne, langoustines et huître chaude

Ris de veau aux champignons de saison et Cognac

Le Vercors : succès, glace noix, caramel beurre salé, noix caramélisées, chocolat

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 65€

Soir : **L M M J V S D** / 23€50 / 65€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 30€

♣ salle (Source : établissement)

79 rue de Bretagne

44880 Sautron

Tél. : 02 40 63 15 87

www.restaurant-leromarin.com





25. So Good Brasil

Auparavant classé dans la catégorie « Vite Fait Bien Fait ! », cette adresse est désormais un véritable restaurant, proposant de faire découvrir une authentique cuisine brésilienne. La patronne, aussi dynamique que chaleureuse, transpose cette belle atmosphère ensoleillée dans la salle et dans les assiettes, mais aussi dans les verres : cocktails revigorants et bière spécialement brassée pour le restaurant.

Ex. de plats proposés :

Pao de queijo farci

Feijoada

Crème au fruit de la passion

Midi : L M M J V S D / 15€50 / 17€50

Soir : L M M J V S D / 24€ / 26€

Carte des plats mini-maxi : 10€90 / 12€90

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

131 route de Clisson

44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

Tél. : 02 28 01 63 87

www.sogoodbrasil.fr



26. Les Terrasses de l'Erdre

Nouveau !

Au sein du Parc des Expositions, le grill et la cuisinière sont en surchauffe pour proposer de bonnes grillades (belle sélection de viande de bœuf) et des poissons cuisinés, ainsi que des spécialités réalisées avec des produits locaux. En plus des assiettes néo-bistrotières de bonne tenue (fraîches, revues chaque jour, au fil des saisons), on y apprécie, pour un moment de convivialité, le bar à vin et la cave remplie de belles quilles. Accueil souriant. Terrasse avec vue, le tout accessible même hors événements !

Ex. de plats proposés :

Salade de blanc de volaille fumé, copeaux de parmesan et crème d'asperges

Filet de sandre de l'Erdre vapeur de notre pêcheur Arnaud Gueret, poêlée d'asperges de Saint-Julien-de-Concelles, beurre blanc

Tartelette citron meringuée des Terrasses

Midi : L M M J V S D / 19€

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 6€50 / 29€95

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

Porte n°4 du Parc des Expositions

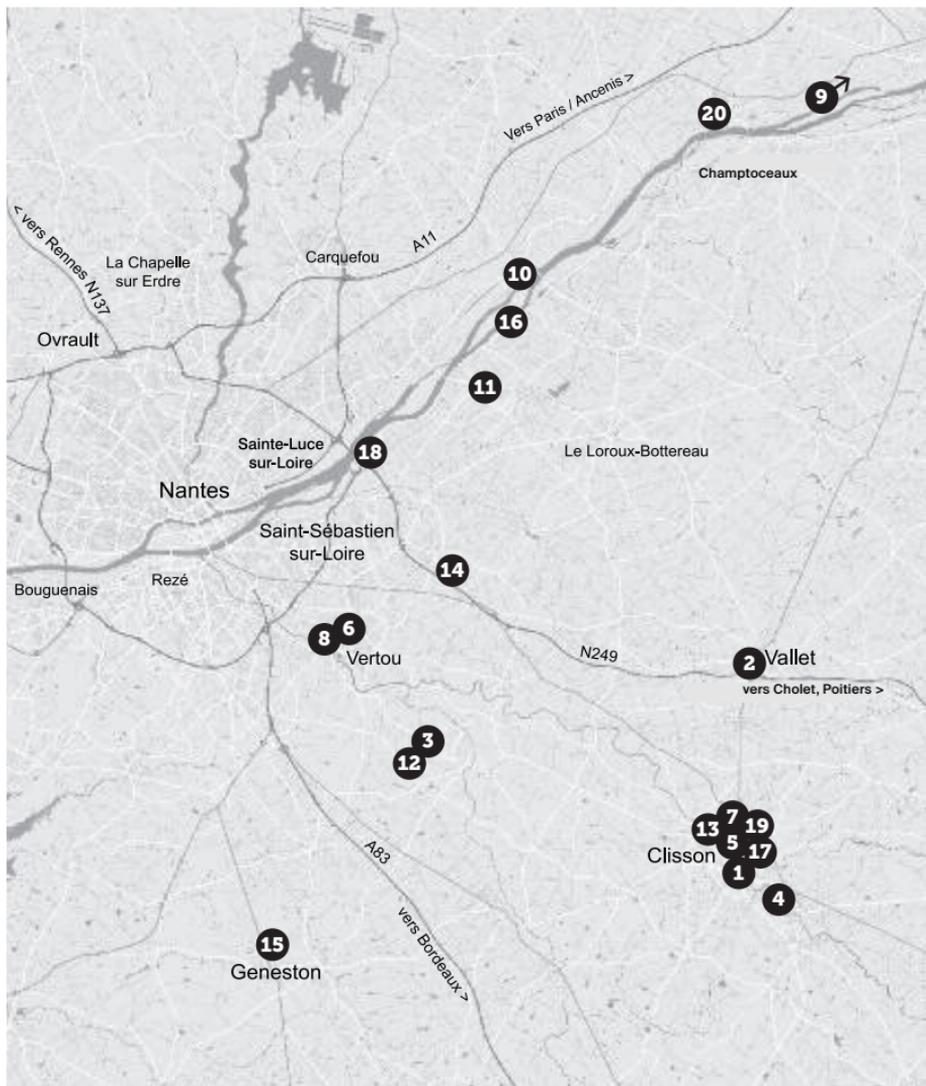
Route de Saint-Joseph de Porterie
44300 Nantes

Tél. : 02 51 13 41 49

www.lesterrassesdelerdre.fr



— Le Vignoble —



- | | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|
| 1. L'Atelier de Laurence | 8. La Cave de l'Inattendu | 15. Le Pélican |
| 2. Au Fil des Saisons | 9. La Charbonnière | 16. La Pierre Percée |
| 3. Auberge de la Gaillotièrre | 10. Le Clos du Cellier | 17. Le Restaurant de la Vallée |
| 4. Auberge de la Madeleine | 11. Le Grill de l'Europe | 18. Villa Mon Rêve |
| 5. Auberge du Château | 12. L'Itacaré | 19. Villa Saint-Antoine |
| 6. La Cantine Ô Moines | 13. Le Kilbus | 20. Villa Saint-Germain |
| 7. La Cascade | 14. Le Manoir de la Boulaie | |



1. L'Atelier de Laurence

Une petite crêperie bien placée dans Clisson (proche du parc de la Garenne-Lemot), où l'on s'arrête avec plaisir pour siroter un chocolat chaud maison, très onctueux, reconstituant, ou pour prendre une glace, une crêpe ou une galette (tout est fait maison) à composer soi-même avec les produits bruts locaux de qualité, principalement bio (farine de blé noir, confitures, jus de pomme, vins et bières). Accueil aimable.

Ex. de plats proposés :

Galette beurre

Galette œuf, andouille, Curé Nantais, fondue d'oignons

Crêpe pomme-caramel avec sorbet mangue maison

Midi : **L M M J V S D** / 8€ / 25€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 8€ / 25€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 2€50 / 10€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

3 bis rue Saint-Antoine

44190 Clisson

Tél. : 02 28 21 66 16



2. Au Fil des Saisons

Après une balade œnologique dans les meilleurs domaines du Muscadet, on s'accorde les petits plaisirs d'une terrasse sur une placette face à l'église et d'une cuisine simple, fraîche et goûteuse trouvant toujours les bonnes associations. On aime les petits légumes saisonniers croquants (provenant de fermes alentours) précisément assaisonnés, qui apportent du mordant aux fruits de mer et poissons du marché bien préparés. Réservation recommandée.

Ex. de plats proposés :

Rouleaux croustillants de lapin, sauce piquillos

Saint-Jacques poêlées, risotto aux fèves

et petits pois et son émulsion à la badiane

Fondant au chocolat et sa crème brûlée

à l'estragon, fraîcheur ananas

Midi : **L M M J V S D** / 16€80 / 42€

Soir : **L M M J V S D** / 23€ / 42€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 14€ / 20€

♻️ salle (Source : établissement)

20 place Charles de Gaulle

44330 Vallet

Tél. : 02 40 36 30 05

www.aufildesaisons.com



I ♥
Muscadet !



3. Auberge de la Gaillotière

Bien enracinée dans le terroir (au sens propre comme au figuré) cette longère plantée au milieu des vignes, vous fait voyager entre bon sens terrien, convivialité et assiettes généreuses fraîches, faites maison. On y va pour fuir le stress urbain, pour l'atmosphère amicale générée par de grandes tablées, pour les menus grande/moyenne/petite faim et la carte des vins qui fait la part belle aux appellations régionales.

Ex. de plats proposés :

Tartelette fine, légumes croquants et marinés, maquereaux fumés maison
Dos de lieu noir breton, sauce vin blanc et safran
Sablé de Régis : crémeux citron et fraises de Saint-Julien-de-Concelles

Midi : **L M M J V S D** / 14€50 / 22€50
Soir : **L M M J V S D** / 22€50 / 28€50 (sem)
♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

La Gaillotière
44690 Château-Thébaud
Tél. : 02 28 21 31 16
www.auberge-la-gaillotiere.fr

I ♥
Muscadet !



4. Auberge de la Madeleine

Un peu cachée dans le bourg de Gétigné, cette pépète gastronomique est fort connue des locaux car c'était déjà une bonne adresse (également repérée par le guide) qui s'appelait alors La Gétignère. Elle a repris un nouveau nom et un bel élan grâce à un jeune chef inspiré qui propose à chaque service, une cuisine subtile à la fois classique et moderne. Une halte indispensable dans le vignoble !

Ex. de plats proposés :

Tarte feuilletée aux champignons,
Saint-Jacques rôties et foie gras poêlé,
jus de viande
Saint-Pierre rôti aux langoustines, beurre moussoux à l'estragon, crème des pincés
Mille-feuille caramélisé, crème légère à la vanille

Midi : **L M M J V S D** / 21€ / 34€
Soir : **L M M J V S D** / 34€
♻️ salle (Source : établissement)

3 rue de la Navette
44190 Gétigné
Tél. : 09 61 62 03 92
www.aubergedelamadeleine.fr



I ♥
Muscadet !





5. Auberge du Château

Une verrière et une micro-terrasse en surplomb de la Sèvre, au pied du château et au bout du pont du XV^e siècle... Une fois le décor de ce petit restaurant planté, on s'intéresse à l'ardoise « faite maison », oscillant entre terre et mer, construite essentiellement avec des produits locaux (foie gras de Vendée, Saint-Jacques, cabillaud, magret de canard, entrecôte, etc.) délicatement ponctués d'épices. PS : réservez une table près de la baie vitrée.

Ex. de plats proposés :

Gravlax de truite, mousse de chèvre aux herbes et son sorbet à la betterave
Râble de lapin farci au basilic thaï et noix de cajou
Bounty au chocolat, dacquoise coco, crémeux chocolat, ganache montée à la noix de coco

Midi : L M M J V S D / 16€ / 32€50
Soir : L M M J V S D / 28€90 / 32€50
Carte des plats mini-maxi : 13€90 / 22€90

2 rue de la Collégiale
44190 Clisson
Tél. : 02 40 54 32 08
www.aubergeduchateau-clisson.fr



6. La Cantine ô Moines

Ici, on savoure la vue sur les bords d'une Sèvre bucolique et nostalgique à souhait (ancien moulin, chaussée des moines de l'abbaye Saint-Martin, anciens chantiers de construction d'embarcations fluviales, etc.) Une atmosphère relax propice à la dégustation de plats bien exécutés par un chef défenseur de produits de qualité pour la plupart labellisés. Prix tout à fait honnêtes.

Ex. de plats proposés :

Mille-feuille d'asperges vertes locales, œuf parfait, mayonnaise safranée émulsionnée
Pavé de cabillaud en feuille de nori cuit vapeur, beurre blanc, quinoa gourmand, légumes de saison et shiitakes
Sablé breton aux pralines roses, mousse vanillée au fromage blanc, rhubarbe rôtie au jus de fraises

Midi : L M M J V S D / 18€90 / 49€90
Soir : L M M J V S D / 19€90 / 49€90 (sem)
Carte des plats mini-maxi : 7€90 / 24€90
♣ salle + toilettes (Source : établissement)

12 quai de la Chaussée des Moines
44120 Vertou
Tél. : 02 40 34 21 33
www.lacantineoimoines.fr





7. La Cascade

Une ancienne auberge des bords de Sèvre, située aux portes de Clisson, reprise par deux couples d'amis bien inspirés. En terrasse aux doux airs de gingettes les beaux jours ou dans une vaste salle chaleureuse lorsque la météo est moins favorable, on y sert une bonne cuisine de bistrot classique mais aussi des plats plus canailles ou contemporains selon l'approvisionnement et l'humeur du chef. Les Muscadets et autres vins locaux y sont à l'honneur.

Ex. de plats proposés :

Langoustines en kadaïf, herbes marines et citron
Médailillon de lotte, chou-fleur et romanesco, consommé d'épinards
Gourmandise carotte et gingembre (compote, sablé, mousse carotte, sorbet gingembre)

Midi : L M M J V S D / 19€50 / 31€

Soir : L M M J V S D / 19€50 / 31€

Carte des plats mini-maxi : 12€ / 24€

26 route de Gervaux
44190 Clisson
Tél. : 02 40 54 02 41
www.la-cascade.net

I ♥
Muscadet !



8. La Cave de l'Inattendu

Une bénédiction pour ceux qui fréquentent cette « cave à manger », où un forcené du sourcing, sillonnant les vignobles français et étrangers, vous surprendra par sa super-fétoire collection de vins. On y décèle les compagnons idéaux d'ardoises fromagères, de planches de charcuteries ou d'assiettes bistrotières bien ficelées. Plusieurs espaces à découvrir : épicerie, cave, bar à vin, atelier de dégustation.

Ex. de plats proposés :

Tarte tatin de carottes nantaises et émincé d'anguilles fumées
Ballotine de volaille Cou Nu de Haute-Goulaine à la crème de langoustines
Biscuit breton au beurre salé, parfumé à la liqueur de Petit LU

Midi : L M M J V S D / 19€50 / 33€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 19€50 / 33€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

25 route des Sorinières
44120 Vertou
Tél. : 02 51 79 82 58

I ♥
Muscadet !





9. La Charbonnière (Hors plan)

Faites le voyage dans une France d'il y a quelques années, en vous glissant sur l'un des sièges de ce restaurant d'Ancenis, doté d'une grande terrasse panoramique sur la Loire. Les goûts du jour se sont infiltrés par petites doses dans sa généreuse et très goûteuse cuisine de terroir et les serveurs pro y sont aux petits soins d'une clientèle diverse d'habitueés qui apprécient les additions raisonnables.

Ex. de plats proposés :

Tièdeur d'asperge, Comté, Serrano, mousseline, graine de moutarde
Filet de canette, sauce cassis/betterave, pressé de pommes de terre
Chocolat / pistache / speculoos

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 39€

Soir : **L M M J V S D** / 21€ / 39€

Carte des plats mini-maxi : 29€ / 39€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

Boulevard de Kirkham

44150 Ancenis

Tél. : 02 40 83 25 17

www.restaurant-la-charbonniere.com

**I ♥
Muscadet !**



10. Le Clos du Cellier

Animée par un feu continu, Nathalie, la cheffe de ce restaurant (ouvert sur une jolie placette), prend plaisir à faire son travail et ça se voit. Ses sortilèges saisonniers aussi beaux que bons foisonnent de jus, sauces, réductions corsées et basses températures qui affriolent les papilles quelles que soient leurs obédiences (conservatrices ou modernes). Les bouteilles bien choisies (et bien conseillées) et le rapport qualité-prix en font une affaire imbattable !

Ex. de plats proposés :

Foie gras de canard aux épices de pain d'épices, compressé de joue et queue de bœuf, marmelade de mangue
Anguilles braisées et fumées aux sarments de vigne, sauce vin rouge
Tartelette aux fraises, crème fouettée sur sa tuile

Midi : **L M M J V S D** / 20€ / 44€

Soir : **L M M J V S D** / 32€ / 44€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 24€ / 32€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

1 place du Mémorial

44850 Le Cellier

Tél. : 02 40 25 38 45

www.restaurantleclusducellier.fr



**I ♥
Muscadet !**



11. Le Grill de l'Europe

Une réconfortante et solide nourriture rustique est l'atout simple de cet endroit sans chichis dans le village de Saint-Julien-de-Concelles. Côtes de bœuf, suprêmes de volailles, brochettes de poissons grillent tranquillement dans la cheminée sur des sarments de vigne. Pas de souci après ça pour se lancer (en saison) vers les anguilles grillées ou la lamproie en matelote. Accueil amical.

Ex. de plats proposés :

Terrine du chef
Côte de bœuf
Douceur de fraises

Midi : L M M J V S D / 12€50 / 22€

Soir : L M M J V S D / 22€ / 28€

Carte des plats mini-maxi : 13€50 / 23€50

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

17 place de L'Europe
44450 Saint-Julien-de-Concelles
Tél. : 02 40 36 53 11
www.legrilldeleurope.fr



12. L'Itacaré

Pour un petit voyage immobile dans le vignoble, on peut faire une halte à cette adresse au nom intrigant, où un couple bourlingueur a posé ses bagages et sert une cuisine d'outre-mer parfumée, découverte au Brésil. Outre l'exotisme des assiettes, une vraie hospitalité compense un peu la rusticité du décor en pierre et poutres. Carte des vins mettant en valeur les Muscadets des vignes toutes proches (Château-Thébaud).

Ex. de plats proposés :

Acras
Dorade en feuille de banane
Tarte tatin au poivre d'agrumes

Midi : L M M J V S D / 15€50 / 23€

Soir : L M M J V S D / 18€50 / 23€

Carte des plats mini-maxi : 7€ / 21€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

La Fruitière
44690 Château-Thébaud
Tél. : 02 40 04 21 51
www.restaurant-itacare.fr

I ♥
Muscadet!





13. Le Kilbus

Une adresse secrète (dans une ruelle près des Halles) qui mérite que l'on s'y attarde pour découvrir une cuisine bistroitière alerte, originale, soucieuse des détails et des ingrédients (frais et de saison) servie dans un décor à tendance nordique (mobilier en chêne brut, chaises esprit 50's, mur blanc). Large carte des vins partant tous azimuts, où chacun trouvera son nectar de prédilection. Accueil sobre.

Ex. de plats proposés :

Dorada sauvage marinée aux agrumes, guacamole et biscuits piment d'Espelette
Agneau de lait grillé, jus réduit aux herbes, pressé de légumes
Financier et crème pâtissière à la pistache et son tartare de fraises fraîches

Midi : L M M J V S D / 25€ / 32€

Soir : L M M J V S D / 32€ / 36€ (sem)

14 rue des Rémouleurs
44190 Clisson
Tél. : 09 80 38 35 11

I ♥
Muscadet !



14. Le Manoir de la Boulaie

Admirable de constance, de précision, de sensibilité et de créativité, la cuisine du désarçonnant Laurent Saudeau (deux étoiles au Michelin de longue date) s'exprime à travers de délicates touches d'épices toujours remarquablement dosées. Un travail d'orfèvre (jeu de textures, formes et volumes) associé à une brillante sélection de vins, qui se découvrent dans le cadre d'une superbe folie XIX^e et son parc.

Ex. de plats proposés :

Tuiles craquantes d'araignée de mer, caviar Oscière, condiments shiso
Pigeon de Mesquer et poulpe grillé au feu de bois, tarte de betterave acidulée
Galet des îles : noix de coco, chocolat, banane/passion

Midi : L M M J V S D / 59€ / 148€

Soir : L M M J V S D / 88€ / 148€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 47€ / 55€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

33 rue de la Chapelle Saint-Martin
44115 Haute-Goulaine
Tél. : 02 40 06 15 91

I ♥
Muscadet !





15. Le Pélican

À Geneston, une formule gagnante dans un cadre feutré (relooké) secoue l'appétit de convives, à grands coups de Saint-Jacques et langoustines flambées, de bisques, de viandes rôties puis gratinées et de jus corsés. Une cuisine gourmande appliquée qui fait des merveilles accompagnée de vins crus locaux (Muscadet et Val de Loire) extraits d'une carte des vins formidable. Accueil aux petits oignons !

Ex. de plats proposés :

Noix de Saint-Jacques snackées, asperges, cacahuètes et notes asiatiques
Filet de canard de la ferme des Hautes Granges à Montbert, cuit basse température, mille-feuille de pommes de terre, poivre de Penja
Barre chocolat de Colombie grand cru 75% Gelenscer, confit de framboises et sorbet chocolat de Madagascar

Midi : **L M M J V S D** / 28€ / 55€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 28€ / 55€ (sem)

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

13 place Georges Gaudet
44140 Geneston
Tél. : 02 40 04 77 88
www.restaurantlepelican.fr

I ♥
Muscadet !



16. La Pierre Percée

Touuuut au long de la Divatte, en bord de Loire, une très bonne adresse reprise récemment par un couple chaleureux : elle en salle, lui en cuisine. Les assiettes alternent entre tradition qu'inspire le lieu et créativité voyageuse du chef, fortement influencée par les saveurs de l'Asie. Un rapport qualité / prix remarquable et une vue imprenable, n'hésitez pas à prendre la route !

Ex. de plats proposés :

Tartare de daurade royale et saumon mariné, sorbet piquillos
Sandre rôti, déclinaison de légumes maraîchers et véritable beurre blanc
Sablé breton, mousse légère à la pistache et fraises de Saint-Julien-de-Concelles

Midi : **L M M J V S D** / 14€50 / 17€50

Soir : **L M M J V S D** / 26€50 / 32€50

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

177 levée de la Divatte
44450 La Chapelle-Basse-Mer
Tél. : 02 40 31 05 20
www.restaurantlachapellebassemer.fr





17. Le Restaurant de la Vallée

Une situation en saillie de la Sèvre, avec vue sur le château médiéval de Clisson valent le détour pour goûter une cuisine voyageuse, mêlant produits du terroir et épices des quatre coins de la planète. En famille ou entre amis, on choisit entre 3 atmosphères (la verrière pour la vue, la tour ou les arcades) et 2 menus, le « menu du marché » (fraîcheur et saisonnalité garanties) et le « menu du chef » dans lequel ce dernier affine son propos. Vins appropriés.

Ex. de plats proposés :

Financier au crabe et gambas en kadhaïf, bouillon thai

Lieu jaune poêlé, beurre à la vanille bourbon
Fraisier au Philadelphia et palet breton,
sorbet pivron rouge/framboise

Midi : **L M M J V S D** / 23€50 / 38€50

Soir : **L M M J V S D** / 32€50 / 38€50

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 20€

1 rue de la Vallée
44190 Clisson
Tél. : 02 40 54 36 23
www.restaurant-delavallee.com



18. Villa Mon Rêve

Avec une carte à faire pâlir les gourmets les plus retors, Jérôme Ponchelle, passé par le Connaught (un étoilé londonien) force aussi l'admiration avec ses menus « Bord de Loire » et « Quat'saisons », où le terroir se conçoit toujours avec quelques onces de modernité. Tout est technique, raffiné et formidablement préparé, c'est pourquoi on bondit sans hésitations vers cette adresse mythique des bords de Loire, où coule un sang neuf. Beaux casiers de muscadets en plus.

Ex. de plats proposés :

Cœur de ris de veau sauté au beurre moussoux, crème de morilles et champignons

Filet de Saint-Pierre rôti au Noilly Prat, beurre aux algues Beillevaire

Pralinette : praliné gros grain au chocolat blanc caramélisé, sorbet citron

Midi : **L M M J V S D** / 22€50 / 61€

Soir : **L M M J V S D** / 36€ / 61€

Carte des plats mini-maxi : 25€ / 80€

♣ salle (Source : établissement)

2 levée de la Divatte
Route des Bords de Loire
44115 Basse-Goulaine
Tél. : 02 40 03 55 50
www.villa-mon-reve.com





19. Villa Saint-Antoine

Du fait de son emplacement au bord de la Sèvre, avec vue sur le château de Clisson, les demeures d'inspiration italienne et le pont de pierre du XV^e s., on pourrait s'attendre à un attrape-touristes. Pas du tout ! Cette table est tout autant fréquentée par une clientèle locale pour sa cuisine actuelle, bien fichue, simple, fraîche et imaginative. Carte des vins fiable, étayée par des Muscadets des environs. Service fluide. Prix justes. L'été on réserve impérativement sur la terrasse.

Ex. de plats proposés :

Filets de sardines de Saint-Gilles juste marinés, compotée de fenouil et crème d'harenga

Magret de canard Alain François laqué et fumé au foin, rhubarbe confite et jeunes carottes nantaises

Fraises nantaises, ganache chocolat Valrhona Opalys, rose des sables et sorbet mélisse

Midi : L M M J V S D / 21€90 / 42€

Soir : L M M J V S D / 32€ / 42€ (sem)

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

8 rue Saint-Antoine
44190 Clisson / Tél. : 02 40 85 46 46

www.hotel-villa-saint-antoine.com



20. Villa Saint-Germain

Une table qui donne envie d'aller s'initier à la douceur de vivre des bords de Loire, en même temps qu'à une cuisine délicate, créative, éoustillant les papilles avec de judicieux détournements et associations. Les œnophiles aimeront aussi la cave approvisionnée en nectars régionaux, dont de beaux muscadets. Déco chaleureuse, intimiste (mobilier noir et blanc, murs en pierre, sol en terre cuite), accueil personnalisé. Très bon rapport qualité/prix. Réservation indispensable.

Ex. de plats proposés :

Ravioles de gambas, jus corsé et émulsion à la fève de tonka

Mi-cuit de thon mariné au gingembre,

crème d'avocat et quinoa au chorizo

Gaufre façon profiteroles, chouchou, praliné, choco tiède, glace vanille maison

Midi : L M M J V S D / 20€ / 32€

Soir : L M M J V S D / 32€ / 32€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 9€ / 26€

♣ salle (Source : établissement)

170 rue Alphonse Fouschard

44521 Oudon

Tél. : 02 51 14 10 04

www.villa-st-germain.fr







Les Food Trucks

Des bonnes adresses itinérantes
sélectionnées pour vous !

137 (Le)

Tél. 06 24 01 06 61
www.le137.com

Au Goût De La Rue

Tél. 07 83 44 91 91
www.augoutdelarue.fr

B-Gourmet

Tél. 07 62 24 23 30
www.b-gourmet.fr

Bilo&Dilo

Tél. : 07 68 00 69 20 *Nouveau !*
www.facebook.com/BiloetDilo

La Cave en Voyage – Wine Truck

Tél. : 07 81 07 21 03
www.lacaveenvoyage.com

Nouveau !

Coclé

Tél. 06 86 67 61 13
www.cocle.fr

French Truck Burger

06 84 16 00 30
<http://frenchtruckburger.wixsite.com/frenchtruckburger>

Le Rout'Art Gourmand

Tél. 06 47 09 68 30
www.leroutartgourmand.com



***Fruits et légumes, viandes, laitages,
produits de la mer et d'eau douce,
miels, plantes et fleurs...***

La région nantaise fourmille de producteurs de qualité. D'ailleurs, la région des Pays de la Loire reste au premier rang national pour les signes officiels de qualité (AOC et labels rouges) et la Loire-Atlantique occupe toujours la première marche du podium pour l'agriculture biologique. Retrouvez-les sur les marchés et prenez plaisir à cuisiner leurs produits frais, locaux et de saison !

À vos paniers!

Les principaux marchés

(Nantes centre / Nantes Métropole / Vignoble)

MARDI

Marché de Talensac
Marché des Américains
Marché Jean-Macé
Marché Malakoff - Pré Gauchet
(place Rosa Parks)
Marché du soir paysan (Solilab)
Marché du soir Champ de mars
(rue Émile Masson)
Marché du soir de la Bourgeo-
nière (avenue d'Assise)
—
Rezé (quartier Château)
Saint-Herblain — Bellevue
(place Denis-Forestier)
Saint-Sébastien-sur-Loire
(place Cambronne)
Sautron marché du soir
(halle de la Linière)
—
Clisson (sous les Halles)
Haute-Goulaine (espace de la Treille)

MERCREDI

Marché de Talensac
Marché bio (place du Commerce)
Marché Toutes-Aides
(place Victor Basch)
Marché du Ralliement
(place du Ralliement)
Marché des Dervallières
(place des Dervallières)
Marché Châtelets (place
Esnoult des Châtelets, Pirmil)
Marché du soir Bottière Chénaie
(place Jacques-Yves Cousteau)
—
Basse-Goulaine (parking du Grignon)
La Montagne (place Similien Guérin)
Saint-Herblain — Crémeterrie
(rue de la Branchoire)
Thouaré-sur-Loire (rue de Mauves)
—
La Haye-Fouassière (place Pirmil)
Geneston (place Georges Gaudet)
Getigné

JEUDI

Marché du soir Talensac
Marché du Pont du Cens
(place du Bout des Pavés)
Marché Butte Sainte-Anne
(place des Garenes)
Marché Nature et Fourchette
(rue du Pré-Gauchet)
Marché de Zola (place Émile Zola)
—
Bouaye (place du Marché)
Bougenais - Les Couëts
(place de la Chapelle)
Carquefou (place Mellay)
Couëron — Bourg (place Charles
de Gaulle)
Basse-Indre (place Jean-Ligonday)
Les Sorinières
Rezé marché du soir
(quartier Ragon)
Saint-Sébastien-sur-Loire
(CC de la Fontaine)
Vertou (cale de Beautour)
Marché du soir Loroux-Bottereau
(place Saint-Jean)

VENREDI

Marché de Talensac
Marché de la Marrière
(rue de la Marrière)
—
Bougenais — Bourg
(place de l'église)
Bougenais marché du soir
(place de la Grande Ouche)
La Chapelle-sur-Erdre
(place de l'église)
Orvault — Petit Chantilly marché
du soir (rue de Kindia)
Rezé (quartier Pont-Rousseau)
Saint-Herblain — Bourg
(place de l'Abbé-Chérel)
Saint Herblain — Bellevue
(place Denis Forestier)
Saint-Sébastien-sur-Loire
(place des libertés)

Clisson (quartier Notre Dame,
place du Minage, place Saint-
Jacques, place des douves)
Château-Thébaud
(place de l'église)

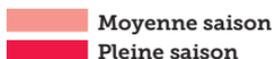
SAMEDI

Marché de Talensac
Marché de la Petite Hollande
Marché des Dervallières
Marché de Saint-Joseph-de-Porterie
(place des Tonneliers)
—
Couëron (place des cités)
Orvault Marché fermier de Gagné
Le Pellerin (sous les Halles)
Marché bio de Rezé-Trentemoult
(rue du Général Leclerc)
Sainte-Luce-sur-Loire
(place du Général de Gaulle)
Vertou (place du marché,
rue du Poitou)
Château-Thébaud
Vieillevigne (place de Verdun)
Saint-Julien-de-Concelles
(place Totton)
La Chapelle Basse-Mer

DIMANCHE

Marché de Talensac
Marché Vieux Doulon
Bouaye (place du Bois-Jacques)
—
Indre
La Chapelle-sur-Erdre
Rezé (quartier Ragon)
Sautron (halle de la Linière)
Vieillevigne (place de Verdun)
Vertou (place de La Berquetterie)
—
Vallet (place Charles de Gaulle)
Le Loroux-Bottereau
(rue Porte Saumon)
La Chapelle Basse-Mer
Oudon (place du Hâvre)

Le calendrier...



Printemps

Été

LES FRUITS

	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août
Fraise						
Framboise						
Rhubarbe						
Prune						
Cassis/Groseille						
Raisin						
Poire/Pomme						
Coing						

LES LÉGUMES

Mâche						
Légume racine (navet)						
Poireau						
Radis						
Carotte						
Betterave						
Épinard						
Tomate/Concombre						
Courge						

LA MER

St-Jacques et pétoncle						
Sole						
Encornet						
Langoustine						
Merlu ou merlan						
Sardine et maquereau						
Coque et palourde						
Moule						
Huitre						

C'est le Saint-Estève, véritable effluve, un petit pays de montagne à la maison.

Certains appellent cette zone « le pays de la montagne », d'autres « le pays de la montagne », d'autres « le pays de la montagne », d'autres « le pays de la montagne ».

Le St-E. de la montagne est un vin de montagne, un vin de montagne, un vin de montagne, un vin de montagne.

Le St-E. de la montagne est un vin de montagne, un vin de montagne, un vin de montagne, un vin de montagne.

Le St-E. de la montagne est un vin de montagne, un vin de montagne, un vin de montagne, un vin de montagne.



Bars à vins et caves à manger

*Petite sélection non exhaustive
de nos adresses préférées !*

Aquoiboniste

2 rue Menou, Nantes
Tél. : 02 40 89 73 67

Nouveau !

Le Bé2M

32 bis rue Fouré, Nantes
Tél. 09 80 77 61 72

Le Brocéliande

40 rue du préfet Bonnefoy, Nantes
Tel : 02 40 74 25 51

La Comédie des Vins

4 rue Suffren, Nantes
Tél. 02 40 73 11 68

Le Jéroboam

21 rue Léon Blum, Nantes
Tél. 02 72 02 30 47

Numéro 23-Bistrot à vin

23 rue Saint Léonard,
Tél.02 40 20 10 96

La Provence

3 rue de l'Échelle, Nantes
Tél. 02 40 48 78 71

Rouge Bouteille

64 boulevard Pasteur, Nantes
Tél. 09 81 34 08 55

Et petite adresse bonus, bien cachée et avec laquelle nous partageons l'amour des bons produits, mais cette fois italiens :

Emporio Guiducci

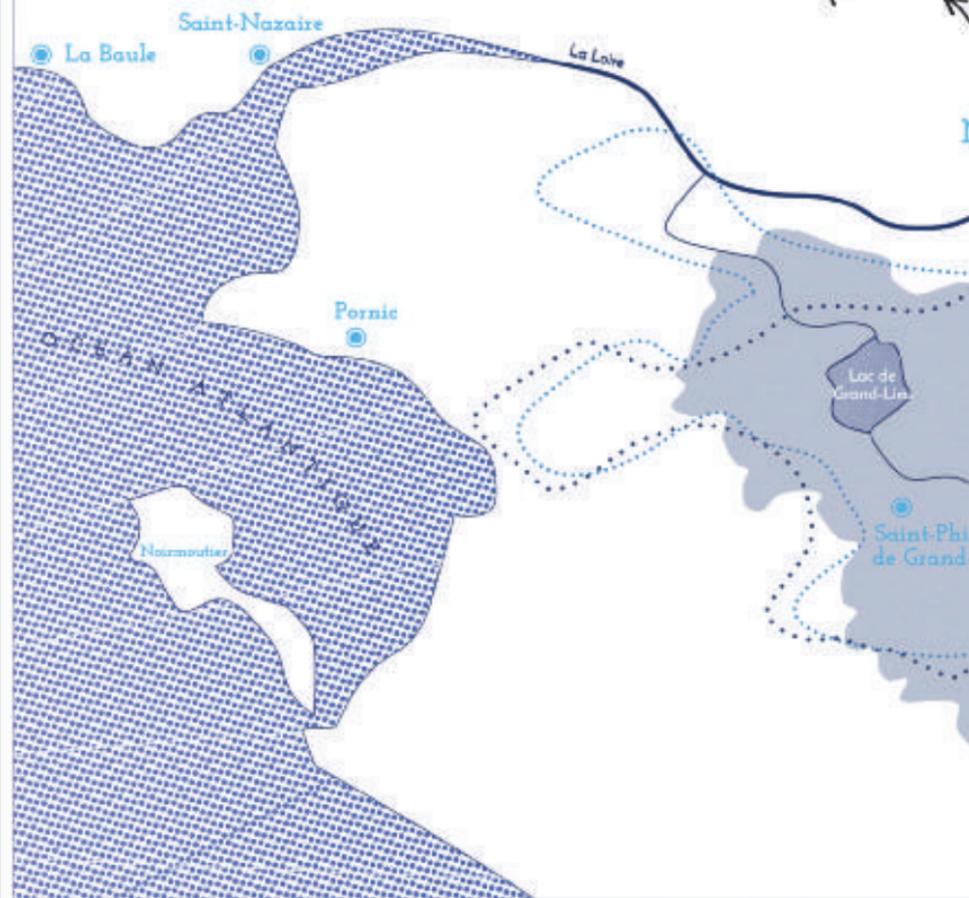
27 rue Adolphe Moitié, Nantes
Tél. 02 85 37 87 37

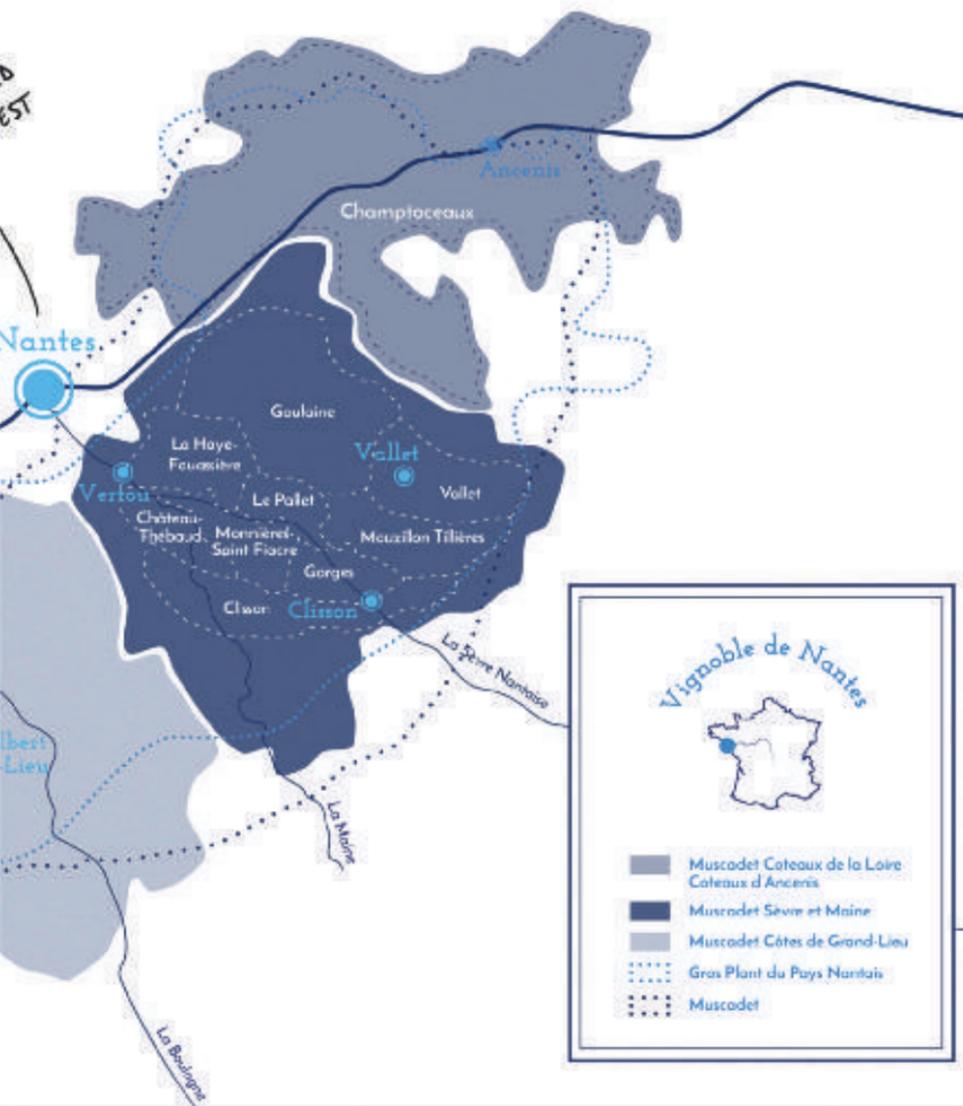
MUSCADET

VINS DE NANTES

↑ BRETAGNE

47° 15' 05" NOR
1° 53' 10" OUS
↑





Vignoble de Nantes



- Muscadet Coteaux de la Loire
Coteaux d'Anceis
- Muscadet Sèvre et Maine
- Muscadet Côtes de Grand-Lieu
- Gras Plant du Pays Nantais
- Muscadet

Index

1 (Le)	p.53	Chop Chop	p.4	P'tite Ardoise (La)	p.57
20 (Le)	p.61	Cigale (La)	p.36	Papalou	p.58
À Boire et à Manger	p.53	Civelle (La)	p.54	Papill'	p.6
A Cantina	p.32	Clos du Cellier (Le)	p.79	Parfum de Crêpe	p.50
À Partager	p.32	Coin des Crêpes (Le)	p.24	Passagère (La)	p.6
Abélia (L')	p.22	Coraly (Le)	p.55	Pasta (La)	p.28
Aménité (L)	p.22	Crêperie de Brocéliande	p.37	Pavillon (Le)	p.69
Archipel (L)	p.61	Crêperie Fleur de Sel	p.25	Pélican (Le)	p.82
Ariana (L)	p.46	Crêperie Heb Ken	p.37	Pellières (Les)	p.70
Aristide	p.33	Crêperie L'Optimist	p.48	Petit Boucot (Le)	p.41
Art'N Blum	p.23	Crêperie Mam'zelle Breizh	p.38	Petits Saints (Les)	p.28
Atelier de Laurence (L')	p.75	Crêperie la Tête Noire	p.38	Pickles	p.29
Atlantide 1874 (L)	p.54	Cuit Lu Cru	p.25	Pierre Percée (La)	p.82
Au Fil des Saisons	p.75	Dilemme	p.49	Plan B	p.19
Au Gré des Saveurs	p.62	Dînette	p.4	Poisson Paré	p.7
Auberge de la Gaillotière	p.76	Dolce Vita	p.39	Prologue (Le)	p.50
Auberge de la Madeleine	p.76	Du Coq à l'Âne	p.65	Quintessia	p.70
Auberge du Château	p.77	Edith et Marcel	p.66	Ramen Ya	p.7
Auberge du Vieux Gachet	p.62	Envol (L')	p.66	Reflet (Le)	p.29
B.A.Ba (Le)	p.3	Épicurien à l'Abbaye de Villeneuve (L)	p.67	République "Côté Jardin"	p.58
Bad Hunter	p.13	Etrillum (L')	p.26	Rest'O Bio Nantes	p.71
Badérioc (Le)	p.3	François 2 (Le)	p.67	Restaurant de la Vallée (Le)	p.83
Bé2M	p.13	Glaz	p.5	Restaurant du Pont (Le)	p.71
Beckett's Canteen	p.33	Grande Barge (La)	p.55	Restaurant ICI	p.30
Bistrot à Gilles (Le)	p.46	Grappillon (Le)	p.39	Rive Gauche (Le)	p.72
Bistrot du 7 (Le)	p.34	Grill de l'Europe (Le)	p.80	Romarin (Le)	p.72
Bonimenteurs (Les)	p.14	Imagine	p.40	Rouge Ardoise (Le)	p.59
Bouchon (Le)	p.23	Instinct Gourmand (L')	p.26	Roza	p.42
Bouquet Garni (Le)	p.63	Itacaré (L')	p.80	Sapio	p.42
Bouteilles (Les)	p.47	Izakaya Joyi	p.17	So Good Brasil	p.73
Brasserie Félix	p.14	Kilbus (Le)	p.81	Song Saveurs et Sens	p.43
Brassés (Les)	p.15	Lamaccotte	p.49	Sources	p.30
By Sainbioz	p.47	Laurier Fleuri (Le)	p.68	Stick	p.8
Cachette (La)	p.24	Le Lion et L'Agneau	p.17	Sugar Blue	p.8
Café de l'Orangerie	p.15	LuluRouget	p.56	Suppli Factory	p.8
Café du Musée (Le)	p.16	Mademoiselle B	p.27	Tablee de la Belle-Îloise (La)	p.43
Café Jul'Mar	p.34	Maison Baron-Lefèvre (La)	p.18	Tapas et Vinos Restaurant	p.44
Café Kléber	p.35	Malumbi	p.5	Tartines et Bouchons	p.51
Canclaux (Le)	p.35	Manoir de la Boulaie (Le)	p.81	Terrasse du Stade (La)	p.51
Cantine d'Albert (La)	p.4	Manoir de la Régate (Le)	p.68	Terrasses de l'Erdre (Les)	p.73
Cantine ô Moines (La)	p.77	Manoir de Procé (le)	p.56	Ti Lichous	p.59
Cara	p.63	Marceau (Le)	p.40	Totum Bistro	p.20
Carré Blanc (Le)	p.64	Merci Bernard	p.5	Totum Cantine	p.44
Cascade (La)	p.78	Moscato	p.6	U.Ni (L')	p.20
Caudalies (Les)	p.64	Nazca Cebicheria	p.18	Villa Mon Réve	p.83
Cave de l'Inattendu (La)	p.78	Nouveau Monde (Un)	p.41	Villa Saint-Antoine	p.84
Chants d'Avril (Les)	p.16	O Bistrot Quai	p.19	Villa Saint-Germain	p.84
Charbonnière (La)	p.79	O Deck	p.57		
Chaumière (La)	p.65	Océanide (L')	p.27		
Chez Franklin	p.36	Orée du Bois (L')	p.69		
Chez Tonton	p.48	P'tit qu'a fait (Le)	p.7		



Les Vins de Nantes :

Les Vins de Nantes regroupent près de 600 vignerons sur trois AOC : Muscadet, Gros Plant du Pays Nantais et Coteaux d'Anenis, couvrant 9000 hectares de vigne sur trois départements (Loire-Atlantique, Nord-Vendée et Ouest-Anjou).

Le vignoble produit également d'excellents vins gourmands en trois couleurs en IGP Val de Loire et des bulles de qualité.



Le Guide Les Tables de Nantes est édité par la société publique locale *Le Voyage à Nantes*, titulaire de la délégation de service public tourisme confiée par Nantes Métropole.

SPL Le Voyage à Nantes.
Siège social : 1-3 rue Crucy
BP 44022 Nantes Cedex

0 892 464 044

Service 0,35 € / min
* prix appel

Siret 482 414 216 00044 RCS Nantes – NAF 9103Z

Textes : Francesca Torre, Richard Baussay
Photos : DR, non contractuelles, fournies par les restaurateurs dans le cadre de l'appel à candidature ou par Le Voyage à Nantes, sauf : couverture, p.11, p.85 (© Appelle-moi Papa / Camille Dronne) ; p.9, 10, 11 et 88 (© Christophe Bornet by Kristo) ; p.86 (© Xavier Saint-Hilier) ; p.91 (© David Gallard) ; p.94 (© Franck Tomps).
Maquette : Anima productions. Nantes

Guide
**Les Tables
de Nantes**

– Édition 2019/2020 –

**96 pages de bonnes adresses,
132 restaurants sélectionnés,
25 nouveautés,
17 adresses "Vit' fait bien fait !",
9 adresses de bars à vins,
8 Food Trucks**

Sans oublier des infos
sur les produits frais,
les marchés, le Muscadet.

Retrouvez des services complémentaires
et des actus toute l'année sur :
www.lestabledenantes.fr

NOUVEAU !

Inscrivez-vous à la newsletter des Tables de Nantes
pour connaître toute l'actu culinaire
de la région et d'ailleurs !