

# *Guide* **les Tables de Nantes 2013**



**Gratuit**  
[www.lestablesdenantes.fr](http://www.lestablesdenantes.fr)

**Le  
voyage  
à Nantes**  
[www.levoyageanantes.fr](http://www.levoyageanantes.fr)

## Les critères de votre sélection :

-  Incontournables
-  Tradition
-  Fruits de mer et poissons
-  Belle cave
-  Petits prix
-  Bio et végétariens
-  Atypiques
-  En amoureux
-  Enfants bienvenus
-  Inviter ses beaux-parents
-  Grandes tablées
-  Terrasse
-  Jolie vue
-  Entre copains
-  Entre copines
-  Entre collègues
-  Après 22h

♥♥♥ Nos trois coups de cœurs...



Les adresses qui proposent  
au moins 5 Muscadet à la carte.

**14/18€ : Le premier tarif correspond à la formule  
(entrée-plat ou plat-dessert) et le deuxième s'applique  
au menu (entrée-plat-dessert).**

**Les jours de fermeture des restaurants  
sont notés en rouge dans les infos pratiques.**

# Les Tables de Nantes...

## 2<sup>e</sup> édition !

*Le Voyage à Nantes* et InterLoire poursuivent leur sélection des bonnes tables locales. Plébiscité l'an dernier, le guide conserve les mêmes règles et esprit : valoriser les restaurateurs qui jouent le jeu du produit local et frais en le sublimant dans leurs cuisines et en l'accompagnant de vins locaux astucieusement associés, sans oublier l'attention portée à l'accueil et au cadre.

Vous y trouverez des bistrotts, gastros, crêperies ou petites adresses du midi... Décor contemporain, végétal, baroque, chaleureux ou délicieusement daté... Le guide présente une multitude de propositions, d'ambiances, d'identités culinaires, de personnalités qui sont le reflet de la vitalité de la cuisine nantaise.

De Nantes jusqu'au vignoble, les adresses ont été sélectionnées par notre jury. Renouvelé partiellement chaque année, le regard d'une designer culinaire y croise celui d'une scientifique, le maraîcher y interroge un « Maître Capello » gastro-

nomique ! Une vingtaine de bouches aiguës, analysent et débattent pendant des mois de la qualité d'une cuisson ou d'un assaisonnement, d'un accueil courtois ou décevant, d'une carte des vins sublime ou d'accords ratés...

Cette académie joyeuse, parfois houleuse, toujours intègre, s'attache à visiter tous les établissements qui ont souhaité participer aux Tables de Nantes en renvoyant une candidature dans les délais impartis. Procédure parfois difficile à respecter pour certains ! Dès lors, il vous semblera peut-être qu'il y manque certaines adresses...

La sélection 2012/2013 compte 97 adresses. On y retrouve avec plaisir de nombreux restaurants, on y accueille de nouveaux venus, certains qui n'avaient pas encore répondu à l'appel ou d'autres qui ont su évoluer.

Pour vous être encore plus utile, le guide est également disponible cette année en version mobile (et en anglais).



## **Kostar, le magazine gourmand**

Tout au long de la saison 2012-2013, *Kostar* vous invite à passer à table : les chefs, les producteurs, comme les produits se retrouvent dans les différentes rubriques du magazine. Découvrez les chefs coups de cœur de cette édition du guide des Tables de Nantes autour d'une variation en trois temps. La rubrique *Chef oui chef* cuisine les plus créatifs d'entre eux.

Et on retrouvera au fil des numéros, ainsi que sur le site des Tables de Nantes, les sélections *Kostar* en bars à vins, terrasses, bonnes adresses sur la côte et dans le département...

## **Kostar, le magazine de la création dans l'Ouest**

Depuis 2006, *Kostar*, magazine cultures & tendances, rend compte de la créativité dans le triangle Nantes-Angers-Rennes. La gastronomie a naturellement trouvé sa place car notre région ne manque ni de chefs, ni de produits de qualité !

—

Sortie des n° : mi-novembre, mi-janvier, mi-mars, mi-juin, mi-septembre.

Disponibles dans les restaurants, bars, caves, épicerie fines, boutiques et les lieux de culture.

—

**[www.kostar.fr](http://www.kostar.fr)**

Photo : Francis Grizard  
Couverture *Kostar* : Le goût et les couleurs



## Pas de bonne cuisine sans bons produits !

La région nantaise propose un extraordinaire marché pour les chefs des Tables de Nantes. Entre les produits de la mer d'une extrême fraîcheur, les fruits et légumes qui bénéficient d'une longue tradition maraîchère (la fameuse carotte nantaise et la mâche sont nées ici !), les élevage bovins, porcins et volailles, ainsi que de nombreuses autres productions : la variété est toute l'année riche sur les étals !

À cette diversité s'ajoute la qualité, à un niveau unique en France. La région reste la 1<sup>ère</sup> en nombre de signes officiels de qualités

(AOC et label rouge) et le département se situe au 1<sup>er</sup> rang national pour le bio. Nous avons tous les ingrédients d'une cuisine fraîche, diverse et savoureuse qui caractérise bien la cuisine nantaise d'aujourd'hui.

Cette richesse alimentaire n'est pas réservée qu'aux chefs puisque vous pouvez la retrouver au fil des saisons sur les nombreux marchés de Nantes, de la Métropole ou dans le vignoble.

# Les marchés



## Les marchés...

### Nantes centre / Nantes Métropole / Vignoble

#### Le mardi

Marché de Talensac,  
Marché des Américains  
(boulevard des Américains),  
Marché Jean-Macé (place  
Jean-Macé, boulevard de  
la Liberté).

— Rézé (Le Château),  
Saint-Aignan-de-Grand-Lieu,  
Saint-Herblain (ZUP Bellevue),  
Saint-Sébastien-sur-Loire  
(Centre).

— Clisson,  
Marché de Haute-Goulaine.

#### Le mercredi

Marché de Talensac,  
Marché Bio (square  
Villebois-Mareuil),  
Marché Châtelets (place  
Esnoult des Châtelets, Pirmil),  
Marché du Ralliement  
(place du Ralliement),  
Marché du soir (Bottière  
Chénaie, place du Comman-  
dant Cousteau).

— Basse-Goulaine,  
La Montagne,  
Saint-Herblain (Crémeterie),  
Marché bio Saint-Sébastien-  
sur-Loire (Parking René  
Massé de 16h30 à 19h),  
Thouaré-sur-Loire.

— La Haye-Fouassière,  
Geneston (troisième  
mercredi du mois),  
Château-Thébaud.

#### Le jeudi

Marché de Talensac,  
Marché du Pont du Cens  
(rue du Chanoine Poupard),  
Marché Sainte-Anne (place  
Garenes),  
Marché de Zola (place Zola).

— Bouaye (place du Marché),  
Bouguenais,  
Carquefou,  
Couëron (Bourg),  
Basse-Indre (place Jean-  
Ligonday),  
Les Sorinières,  
Saint-Sébastien-sur-Loire,  
La Fontaine.

#### Le vendredi

Marché de Talensac,  
Marché de la Marrière  
(rue de la Marrière),  
— Bouguenais,  
La Chapelle-sur-Erdre,  
Orvault (Petit Chantilly),  
Rézé (Pont-Rousseau),  
Saint-Herblain (ZUP Belle-  
vue et au Bourg, place de  
la Béchirel),  
Saint-Sébastien-sur-Loire  
(Le Douet),  
Saint-Etienne-de-Montluc.  
— Clisson

#### Le samedi

Marché de Talensac,  
Marché de la Petite Hollande  
(place de la Petite Hollande),  
Marché des Dervallières  
(place des Dervallières),  
Marché de Saint-Joseph-de-  
Porterie (Bourg, place des  
Tonneliers).

— Couëron (la Chabossière),  
Le Pellerin,  
Marché bio de Trentemoult,  
Saint-Herblain (Tillay),  
Marché bio de Saint-Jean-  
de-Boiseau,  
Sainte-Luce-sur-Loire,  
Vertou,  
Château-Thébaud,  
Vieillevigne.

#### Le dimanche

Marché de Talensac,  
Marché Vieux Doulon  
(place du Vieux Doulon),  
Carquefou (rue des Antilles),  
Bouaye (boulevard du  
Bois-Jacques).

— Indre,  
La Chapelle-sur-Erdre,  
Rézé (Ragon),  
Sautron,  
Vertou.  
— Vallet,  
Le Loroux-Bottereau,  
Chapelle Basse-Mer,  
Oudon.

## Les vins





## Les Muscadet en croisade

Le pari des Tables de Nantes est de reconquérir les restaurants pour mettre à l'honneur les AOC du vignoble de Nantes et plus largement celles de la Loire. Nous avons eu à cœur de mettre en lumière les « passeurs », ceux et celles qui naturellement conseillent un grand muscadet de vigneron dès l'apéritif ou nous bluffent à l'aveugle avec une expression impertinente du cépage unique au monde : le melon de Bourgogne.

Au cours de notre sélection, nous avons pu observer que les cartes de vins s'étoffaient de perles de Loire en trois couleurs, « en bulles » et « en tranquilles ». Quelques adresses se permettent même l'audace d'afficher exclusivement de belles cuvées ligériennes. Des prophètes ? Des aventuriers téméraires ? Ou tout simplement des visionnaires amoureux de nos précieux terroirs ? Nantes et son vignoble prennent enfin le temps de se

découvrir pour mieux s'aimer ; et nous accompagnons l'idylle. Les débuts timides et pudiques annoncent aujourd'hui des relations de confiance et solides. La cuisine inventive et décomplexée « à la nantaise » épouse à merveille l'esprit et les valeurs des vins de Loire : accessibilité, évasion, hédonisme, authenticité et partage.

Saluons donc allègrement toutes les tables de Nantes qui participent à cette réconciliation. Elles proposent un pieux refuge aux 69 AOC de Loire. Guidées en tête de ligne par les éclairés nantais, muscadets, gros plant et coteaux d'Ancenis, elles empruntent le fleuve royal à la conquête de la terre sainte nantaise. Et comme nul n'est prophète en son pays, veillons à ce que cette croisade ne soit jamais vaine !

# Les vins



## Maison des vins de Loire à Nantes : la plus belle cave de Muscadet au monde



Situé en plein cœur de ville, place du Commerce, à l'endroit même de l'ancien Port-aux-vins, la Maison des vins de Loire est une escale phare du *Voyage à Nantes*.

Elle offre une véritable porte d'entrée sur le vignoble ligérien. Plus de 80 références sélectionnées à l'aveugle parmi les appellations du Nantais, de l'Anjou et de la Touraine sont proposées à la dégustation et constituent une très belle idée cadeau ou tout simplement la promesse de passer un agréable moment entre amis.

En toute décontraction mais avec professionnalisme, l'équipe de la Maison des vins de Loire est à votre disposition pour vous informer, vous conseiller et vous orienter

dans le vignoble. Pour les aficionados, des cours d'œnologie, des ateliers de dégustation, des soirées à thème ou des rencontres vigneronnes rythment également l'année et prolongent le voyage autour des nectars de la Loire. (Programme sur le site internet)

### Informations pratiques :

Maison des vins de Loire  
15, place du commerce  
44000 Nantes  
Tél. 33 (0)2 40 89 75 98  
[www.vinsdeloire.fr](http://www.vinsdeloire.fr)  
[mdevin-nantes@vinsdeloire.fr](mailto:mdevin-nantes@vinsdeloire.fr)/[www.vinsdeloire.fr](http://www.vinsdeloire.fr)

### Ouvert toute l'année

Du mardi au vendredi : 10h30 - 13h / 15h - 19h  
Samedi en journée continue  
Fermeture annuelle : début janvier



## Où déguster les vins de Loire ?

En complément des restaurants sélectionnés et de la Maison des Vins, vous trouverez à Nantes de nombreux bars à vins pour approfondir vos connaissances du vignoble ligérien. En toute convivialité et grâce aux conseils précieux des professionnels qui y officient, vous pourrez découvrir les nombreux terroirs et appellations de la Loire et déguster de nombreuses interprétations qu'en font les vignerons les plus talentueux. À chaque bar à vins sa sélection, à vous de choisir !

### *Petite sélection :*

#### **Les Bouteilles - La Cantine**

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

#### **Les Carafés**

8 rue Grande Biesse, Nantes  
Tél. 02 51 72 24 60

#### **La Comédie des Vins**

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

#### **Le Picolo**

6 rue Mazagran, Nantes  
Tél. 02 40 69 03 39

#### **La Provence**

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

#### **Rouge Bouteille**

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

#### **Le vin vivant**

93 rue Maréchal Joffre, Nantes  
Tél. 02 40 89 79 83



# Les coups de cœur 2013

## Les Tables de Nantes

Initiés l'an dernier avec la première édition des Tables de Nantes, les « coups de cœur », choix d'importance au sein du jury, marquent un événement majeur dans l'actualité culinaire nantaise.

Cette attribution n'élit pas les « meilleurs restaurants » de la sélection, mais plutôt ceux que nous avons envie d'accompagner : soit parce que leur démarche s'inscrit parfaitement dans la ligne que nous nous sommes fixée, soit parce que ce sont de jeunes maisons prometteuses mais encore fragiles. Des adresses excitantes où l'esprit de la cuisine nantaise règne ardemment, avec des chefs talentueux qui aiment et magnifient chaque jour de beaux produits et sont des représentants convaincus de la qualité du vignoble nantais.

En somme, des lieux engagés et des cuisines d'auteurs qui peuvent ne pas plaire à tout le monde mais qui revendiquent tous, une identité forte.

En 2012, nos trois coups de cœur s'étaient envolés pour Madrid en représentants de la cuisine nantaise pour créer des tapas « à la nantaise » lors d'une conférence de presse à la résidence de l'Ambassadeur de France. L'année 2013 permettra également à nos coups de cœur de partir pour un voyage d'étude culinaire au sein d'une des grandes villes européennes partenaires du *Voyage à Nantes*.

***Une aventure à suivre sur  
[www.lestabledenantes.fr](http://www.lestabledenantes.fr)***



## Les Chants d'Avril Christophe François

### **Quel est votre parcours à la fois professionnel et humain ?**

Dès l'âge de 7 ans, je voulais être cuisinier ! Après un passage par l'école Vatel, un Relais & Châteaux, puis *Le Grenadin* de Patrick Ciotte, à 25 ans, j'ouvrais avec ma femme mon premier restaurant.

### **Pourquoi avoir choisi de vous installer à Nantes ?**

En 2008, nous étions à la recherche d'une ville dynamique près de la mer car je suis un fervent pêcheur de bar de ligne. Dans le quartier du Champs de Mars, nous avons été séduits par cette ancienne épicerie des années 50.

### **Quels sont vos produits de prédilection ?**

Outre les poissons d'une fraîcheur inégale, les fruits et légumes cueillis le matin même par des producteurs locaux et le lait cru de La Panetière, il y a les 27 variétés de tomates de mon propre potager.

### **Quels sont vos vins favoris ?**

Il y a ici des hommes qui élaborent d'excellents Muscadet, aux typicités si singulières, selon qu'ils proviennent de Clisson, Vallet, Grandlieu ou Ancenis. Je métonne toujours qu'ils ne soient pas plus mis en avant par les restaurateurs, étant donné leur qualité.

### **Les Chants d'Avril**

2 rue Laënnec  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 89 34 76  
[www.leschantsdavrill.fr](http://www.leschantsdavrill.fr)

**Voir page 16**

## ♥♥♥ Les coups de cœur 2013



### **Lulu Rouget** **Ludovic Pouzelgus**

#### ***Quel est votre parcours à la fois professionnel et humain ?***

Deux expériences extrêmement riches, l'une à *L'Atlantide*, l'autre aux côtés de Michel Troisgros (trois étoiles au Michelin) ont été primordiales dans mon parcours et m'ont donné une certaine idée de l'excellence.

#### ***Pourquoi avoir choisi de vous installer à Nantes ?***

J'y suis né, je m'y sens bien et il se trouve que c'est une ville très vivante et créative. De plus, je trouve stimulante la présence de ces chefs trentenaires en devenir, formés auprès des plus grands.

#### ***Quels sont vos produits de prédilection ?***

J'accorde une attention toute particulière aux produits de l'Atlantique (sardines de Saint-Gilles, maquereaux de La Turballe, cabillaud de Saint-Guénolé, homard breton, etc.) et aux légumes régionaux souvent magnifiques (tomates, pousses de salade, betteraves, mâche, poireaux, etc.)

#### ***Quels sont vos vins favoris ?***

Spontanément, je vais vers les vins d'Anjou (René Mosse, Jo Python, etc.) mais aussi vers les Muscadet (Domaine de l'Ecu, Jo Landron, etc.) et l'exceptionnel Gros Plant de Vincent Caillé.

#### **Lulu Rouget**

1 rue du Cheval Blanc  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 47 98  
**Voir page 27**



## L'U.Ni Nicolas Guiet

### **Quel est votre parcours à la fois professionnel et humain ?**

Après *L'Hôtel de la Plage* (Finistère) et le *Domaine des Hauts de Loire* (2 macarons au Michelin), mon expérience la plus marquante fut d'être le second d'Eric Guérin (*La Mare aux Oiseaux*), durant 5 ans. Il m'a appris tous les rouages du métier.

### **Pourquoi avoir choisi de vous installer à Nantes ?**

C'est une ville extrêmement tonique dans les domaines de l'art, la culture et la gastronomie. Elle possède aussi l'avantage d'être géographiquement proche du Morbihan et du Maine-et-Loire, d'où ma femme et moi sommes originaires.



### **Quels sont vos produits de prédilection ?**

Le végétal, les légumes, les herbes... De la racine jusqu'aux fanes ! Et les très beaux produits de la mer, provenant du Croisic, La Turballe, l'Île d'Yeu, etc.

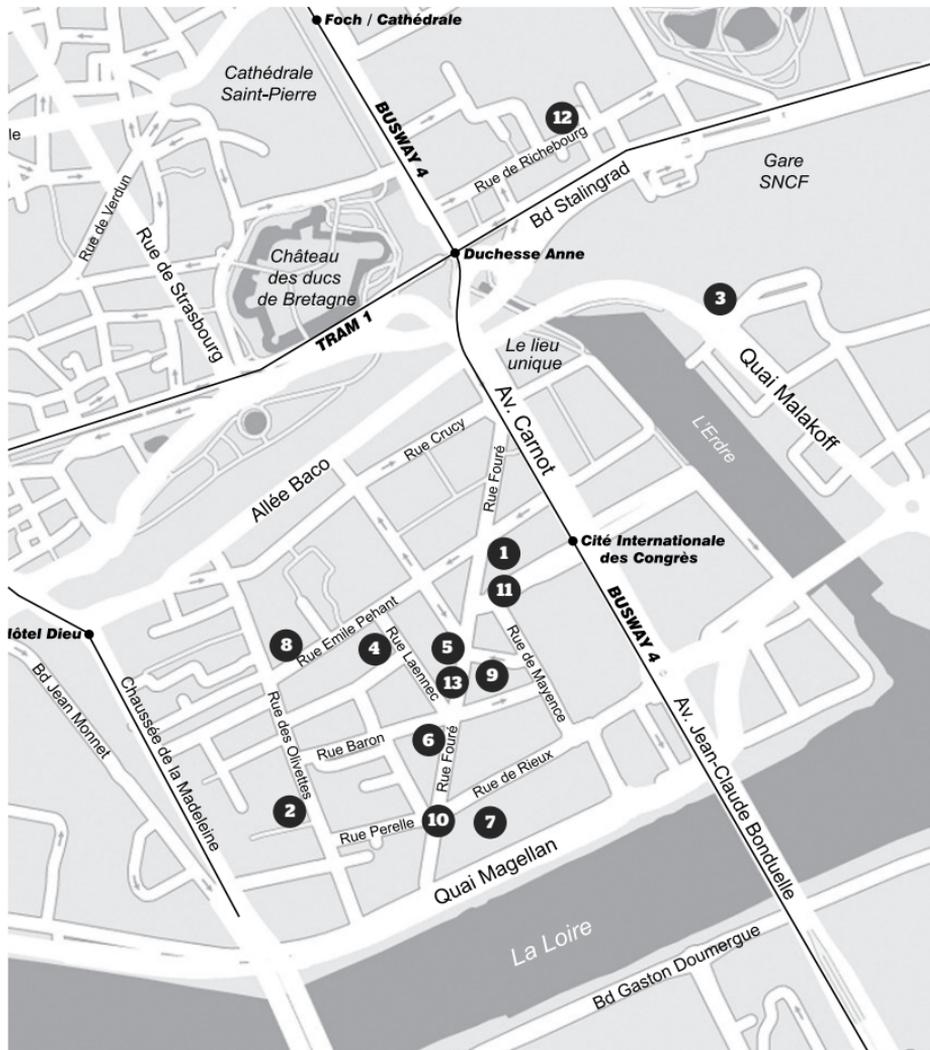
### **Quels sont vos vins favoris ?**

Ceux du vignoble nantais redynamisé par des jeunes qui se battent tous les jours pour produire des vins de terroirs, complexes et expressifs, comme Alexis Sauvion, Vincent Caillé, Pierre Luneau-Papin.

**L'U.Ni**  
36 rue Fouré  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 75 53 05  
**Voir page 21**

# Centre ville

## Gare / Champs de Mars / Madeleine



- 1. À Ma Table
- 2. L'Atelier d'Alain
- 3. Brasserie Hôtel Mercure Gare Sud
- 4. Les Chants d'Avril
- 5. Le Coup Fourré

- 6. Le Gressin
- 7. Maison Baron-Lefèvre
- 8. Le P'tit qu'a fait
- 9. Plan B
- 10. La Raffinerie

- 11. Le Square
- 12. La Tavola
- 13. L'U.Ni



## À ma Table

Ici on va à l'essentiel : décor de bistro d'après-guerre, service simple et aimable, vins conviviaux et générosité familiale dans l'assiette. À l'ardoise renouvelée tous les jours, une cuisine traditionnelle rassurante proposant gibier, volaille, deux poissons du jour et une viande rouge. La cave fait mouche avec quelques sympathiques bouteilles à tendance Val de Loire sagement tarifées. Idéal pour un déjeuner entre collègues de travail voire une sortie entre copains.

### Ex. de plats proposés :

Bavarois aux 2 saumons et crème d'aneth.  
Brochette de magret de canard sauce pêche de vigne.  
Aumônière d'ananas et de mangue au coulis kumquat.

Midi : L M M J V S D / 15€/20€

Soir : L M M J V S D / 15€/20€

♿ salle

11 rue Fouré  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 01 18  
[www.amatable-restaurant.com](http://www.amatable-restaurant.com)



## L'Atelier d'Alain

Ce bistro de quartier attire une clientèle « casual chic » d'habités avec une cuisine soignée et une ambiance animée mais relax. Alain, personnage accueillant, cultive l'atmosphère joviale en conversant amicalement avec ses clients. Le filet de pigeon au foie gras basse température ou les agnolotti de chair d'araignée et artichauts, roquette embeurrée, filet de bar, parmesan, croustille aux olives, et une brillante sélection des vins en font une adresse « plaisir » qui vaut la dépense.

### Ex. de plats proposés :

Croustillant d'huîtres aux petits légumes.  
Filet de rouget de pays rôti à la fleur de sel.  
Tuiles aux fraises, chiboust, fraises, framboises et groseilles en mille-feuille, sorbet framboises-poivrons rouges.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

(uniquement groupes mercredi soir)

Carte des plats mini-maxi : 18€/28€

Menu enfant : 12€

♿ salle

24 rue des Olivettes  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 84 38 66  
[www.atelieralain.fr](http://www.atelieralain.fr)





## **La Brasserie (Hôtel Mercure Gare Sud)**

Les voyageurs ne commettent pas d'erreur d'aiguillage en choisissant ce lieu qui garde l'esprit des brasseries de gare d'autrefois, dans un décor chic contemporain. Le grand buffet d'entrées et les plats composés de produits emblématiques locaux sont autant d'initiations à l'art de vivre de la région nantaise : cassolette de Saint-Jacques & langoustines rôties au Muscadet et poireaux de Loire, Curé Nantais, sorbet Petit-LU, Nantillais, etc. Service rapide et souriant.

### **Ex. de plats proposés :**

Buffet des saveurs (le midi).  
Bar grillé, émulsion d'huîtres.  
Gratin de fruits frais aux éclats de BN.

Midi : L M M J V S D / 16€10/18€70

Soir : L M M J V S D / 16€10/18€70

Carte des plats mini-maxi : 9€50/19€50

Menu enfant : 5€70

♿ salle et toilettes

50-51 quai Malakoff  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 35 30 30  
www.mercure.com



## **Les Chants d'Avril**



Culte des beaux produits, cuissons techniques et Formule Mystère étayent le portrait de ce délicieux piège. Une institution nantaise reprise par un chef passé par de bonnes tables parisiennes. On se frotte les yeux devant le beignet de foie gras au caramel balsamique, le consommé glacé de homard, émiété de lapin et homard au citron vert, le cabillaud rôti à l'andouille de Guemené, le gaspacho de pêche blanche à l'anis et framboises, et la cave très pointue (belles bouteilles de Muscadet et autres vins locaux). Excellent accueil.

### **Ex. de plats proposés :**

Nem croustillant de sardines de Saint-Gilles, menthe, lard fumé, émulsion poivron.  
Volaille de Challans et fricassée de pommes de terre de Sainte-Luce.  
Comme un snicker's (choco, caramel, cacahuètes et croquant noisettes).

Midi : L M M J V S D / 18€50/22€

Soir : L M M J V S D / Menu : 22€

Menu enfant : 10€

2 rue Laënnec  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 89 34 76 - www.leschantsdavril.fr





## Le Coup Fourré

Difficile de faire son choix dans la carte fraîche, originale et ses intitulés teintés d'humour : Froggy & Rosbif (fish n'chips, coleslaw et frites maison), Riri, Fifi et Loulou (cœurs de canard et tamarin, oignon botte, chips de pancetta, crumble d'échalotes et jus de Jerez), La danse du veau (veau, fèves, sauce encornet chorizo, quinoa et tuile de riz noir). Le tout servi par une jeune équipe dans le décor contemporain d'un jardin d'hiver (collection d'arrosiers, de pots, végétaux). Très bon accueil.

### **Ex. de plats proposés :**

Terrine maison de foie de volaille, confiture d'oignons.

La danse du veau.

Café ou thé gourmand.

—  
Midi : L M M J V S D / 12€/14€

Soir : L M M J V S D / Menu 24€50

Carte des plats mini-maxi : 12€/17€50

Menu enfant : 8€

♿ salle et toilettes

—  
30 rue Fourré  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 72 31 81  
<http://lecoupfourre.free.fr>



## Le Gressin

Au fil des ans, cet établissement nantais s'est transformé en valeur sûre disent les fondus de sa brillante cuisine classique. Cocotte de homard bleu, pressé de légumes d'été en gelée de crustacés, tête de veau rôtie aux épices, filet de sandre au beurre blanc nantais, rouleau de langoustine au lard, risotto crémeux légèrement safrané, légumes de printemps croquants. Accueil aimable et service professionnel, idéal pour un repas de famille.

### **Ex. de plats proposés :**

Langoustines et légumes pochés dans son bouillon corsé « Parfum d'Asie ». Suprême de pigeon au foie gras et choux vert, cuisse confite et jus aux baies de genièvre. Nougat glacé maison au Cointreau et coulis de fruits rouges.

—  
Midi : L M M J V S D / Menu : 15€

Soir : L M M J V S D / 23€/29€

Menu enfant : 8€50

♿ salle

—  
40 bis rue Fourré  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 26 24



## Maison Baron-Lefèvre

Les mangeurs et buveurs sérieux saluent une cuisine de terroir authentique, bien exécutée par une brigade effervescente, dans la cuisine ouverte de ce loft, à la fois brasserie, épicerie fine et atelier. On goûte absolument le demi-pigeonneau rôti de chez Mr Terrien et son escalope de foie gras ou le filet de Saint-Pierre rôti et son émulsion aux physalis et on conclut avec le crêmet Nantais et sa marmelade de coing. La cave perceptible dès l'entrée est indéniablement bien achalandée.

### Ex. de plats proposés :

Foie gras chaud poêlé aux navets du jardin.

Lamproie de Loire en civet.

Variation autour du chocolat.

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

Soir : **L M M J V S D** / Menu : 25€

Carte des plats mini-maxi : 16€/28€

Menu enfant : 15€

♿ salle et toilettes

—  
33 rue de Rieux  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 89 20 20  
www.baron-lefevre.fr



## Le P'tit qu'a fait

Un lieu assez unique dans son format et sa personnalité, qui se définit comme un « troquet ludique et familial ». Des tablées d'enfants, de mamans, des après-midi ateliers de théâtre, des jeux et des livres pour toutes les tranches d'âge, des thés-goûters-apéros animés, une belle ambiance de fin de semaine, bruyante mais pas trop. Et puis, une cuisine saine (bio), simple, intuitive, très goûteuse, pas triste du tout car bien assaisonnée. Accès wifi pour mamans bloggeuses.

### Ex. de plats proposés :

Clafoutis pommes camembert thym.

Boeuf mijoté aux épices douces.

Indémoulable au chocolat.

—  
Midi : **L M M J V S D** / 10€50/13€50

Soir : **L M M J V S D** (selon programmation) 16€/19€

Menu enfants : 8,50€/12€

Formule bébé : 5€

—  
11 rue des Olivettes  
44000 Nantes  
Tél. 09 52 67 31 26  
leptitquafait.over-blog.com



## Plan B

Une adresse récente qui a su se hisser en position de « Plan A », c'est-à-dire de premier sur la liste plutôt que de solution refuge. Les habitués le tiennent en estime pour son approche moderne de la cuisine bistrotière, son service bien rodé, son atmosphère détendue et ses prix corrects. Au menu, filet mignon sauce au miel, carpaccio de betterave à l'huile de sésame et roquette ou cabillaud au beurre blanc servi sur un risotto de riz noir. Idéal à l'heure du déjeuner, ravissante terrasse aux beaux jours.

### Ex. de plats proposés :

Gaspacho de légumes.  
Mignon de porc, crème de pruneaux,  
mousseline de carottes.  
Tarte citron meringuée Plan B.

Midi : **L M M J V S D** / 12€/15€

Soir : **L M M J V S D** / 16€/19€

Carte des plats mini-maxi : 8€50/16€

Menu enfant : 7€50

♿ salle et toilettes

29 rue Fouré  
44000 Nantes  
Tél. 02 85 37 15 02  
www.planbnantes.com



## La Raffinerie ♥♥♥2011

Une cuisine néo-bistrotière bouleversante de simplicité et de profondeur, qui adopte les préceptes de « Raffinerie » en modifiant les matières premières en produits finis de haute valeur ! Cuissons précises, mise en relief des produits avec de subtiles influences exotiques vietnamiennes, réunionnaises ou grecques. On aime le pain, les glaces et sorbets inédits maison (qui en disent long sur le sérieux, le professionnalisme et la gourmandise du chef) et l'été venu la petite terrasse ombragée. Nouveau décor à découvrir.

### Ex. de plats proposés :

Terrine du chef, confitures.  
Poulpe rôti, coriandre et citron.  
Filet de Saint-Pierre, risotto.

Midi : **L M M J V S D** / 16€/19€

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

Carte des plats mini-maxi : 17€/22€

Menu enfant : 10€

♿ salle

54 rue Fouré  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 74 81 05  
www.restaurantlaraffinerie.fr

## Centre ville Gare / Champs de Mars / Madeleine



### Le Square

Ici on ne triche pas avec l'essentiel : produits, cuissons, inventivité. Tout y est ! Naviguant avec talent entre tradition (légumes secs, oubliés, redécouverts) et évolution (légumes exotiques, épices d'ici et d'ailleurs), Pascal Pérou s'illustre en tirant les jus, fonds de sauce et assaisonnements vers des sommets. Tandis que Christophe Hu, le sommelier, vous aiguille avec flair vers de grands classiques et des cuvées confidentielles de toute beauté. Parfait pour un déjeuner d'affaires.

#### Ex. de plats proposés :

Langoustines rôties au beurre de gingembre, polenta crémeuse.  
Foie de veau en persillade.  
Baba chocolat au rhum à notre façon, compotée d'ananas, écume de lait aux épices.

Midi : L M M J V S D / 13€90/19€40  
Soir : L M M J V S D / Menu : 32€  
Carte des plats mini-maxi : 15€80/29€  
Menu enfant : 10€

♿ salle et toilettes

14 rue Jemmapes  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 35 98 09  
www.squarenantes.com



### La Tavola

La gastronomie italienne s'invite ici à votre « tavola » (table) grâce à un chef dans la « cucina » (cuisine) qui mitonne antipasti et assiettes ensoleillées avec des produits bio locaux. Poulet farci de pain à l'ail, figues et gorgonzola et sa polenta, gnocchis de betterave et cardamome gratinés à la Provola affumicata. L'accueil chaleureux et les bons conseils du patron (qui détaille la carte) participent à un moment de vrai bonheur. Une bonne tavola en somme !

#### Ex. de plats proposés :

Sardines a Beccafico.  
Carpaccio di pesce.  
Caponata Sicilienne.

Midi : L M M J V S D  
Soir : L M M J V S D  
Carte : plats à 16€  
Menu enfant : 7€50

♿ salle

18 rue de Richebourg  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 74 11 61



## L'U.Ni ♥♥♥

Le chef Nicolas Guiet (ancien second d'Eric Guérin) affiche sa différence en magnifiant le végétal avec la complicité du maraîcher Olivier Durand et ses cultures expérimentales. Au menu, explosion de saveurs mer/terre et légumes portés à leur plus haute expression. Purée de coco, grecque de choux violets, Saint-Jacques à la plancha au jus de lard et sablé au muesli avocat, foie gras au confit d'agneau, chocolat blanc et Petit-LU. PS : l'U.Ni, c'est l'Univers de Nicolas..

### **Ex. de plats proposés :**

Tartine Crok radis et œuf poché (pour les petits).

Barbue cuite doucement, petits navets et feuilles d'épinards d'Olivier, bouillon miel d'Alain au citron.

Avocat chocolat blanc comme un millefeuille au Petit-LU

—

**Midi : L M M J V S D / 17€/21€**

**Soir : L M M J V S D / Menu : 33€**

Carte des plats mini-maxi : 21€/23€

Menu enfant : 11€

♿ salle et toilettes

—

36 rue Fouré

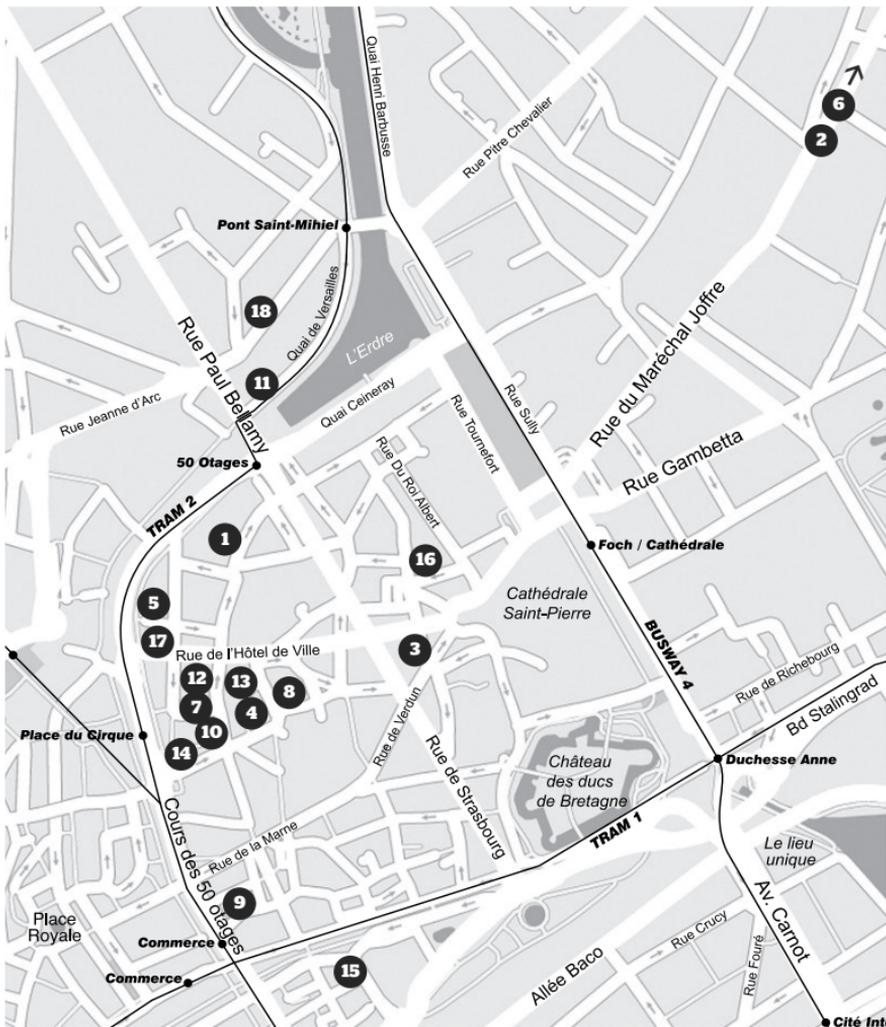
44000 Nantes

Tél. 02 40 75 53 05



## Centre ville

### Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles



- 1. À l'ardoise
- 2. **Hors plan** L'Abelia
- 3. Bistrot L'Alchimiste
- 4. Le Bouchon
- 5. Le Break
- 6. **Hors plan** Le Cou de la Girafe

- 7. L'Embellie
- 8. Les Enfants Terribles
- 9. L'Étage
- 10. Lulu Rouget
- 11. L'Océanide
- 12. Le P'tit Bouillon

- 13. La Pasta
- 14. Penn Kalet
- 15. La Poissonnerie
- 16. Resto-revues
- 17. Le Salon de Mlle B.
- 18. Tontonic



## À l'ardoise

Ce que l'on mange ici est bon, juste bien troussé avec une sincérité des produits, des cuissons minutées et une désarmante authenticité. On se sent comme chez soi dans le décor simple, gentiment coloré (murs en pierre, tables turquoise) de ce restaurant en miniature et sa micro terrasse. Ne pas rater le foie gras emblématique de la maison (aussi vendu à emporter) et le vin à la ficelle (on ne paie que ce que l'on consomme). Large sélection de vins. Bon accueil.

### **Ex. de plats proposés :**

Tartare de saumon aux fruits de la passion.  
Saltimbocca de bœuf et purée au lard et parmesan.  
Gâteau Nantais à la mangue.

Midi : **L M M J V S D / 11€ / 14€**

Soir : **L M M J V S D / 21€ / 24€**

Carte des plats mini-maxi : 9€ / 16€

♿ salle

11 rue Léon Blum

44000 Nantes

Tél. 02 40 47 54 51

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



## L'Abelia Hors zone

Une maison du XIX<sup>e</sup> traitant ses clients avec générosité, dans un décor de tableaux, appliques et meubles dépareillés sur toile de fond saumonée et jaune d'or. Ce restaurant est admirable de constance pour offrir une cuisine française d'un académisme brillant, émaillée d'associations subtiles et modernes. Carte des vins balayant largement les vignobles du Muscadet et de la Loire. Accueil et service attentif. Bon rapport qualité/prix.

### **Ex. de plats proposés :**

Cassolette de langoustines  
aux pointes d'asperges.  
Rognon de veau cuit au sautoir, pommes  
nouvelles et jus de veau au romarin.  
Délice crémeux aux gariguettes.

Midi : **L M M J V S D / Menu à 25€ / 32€**

Soir : **L M M J V S D / Menu : 32€**

Carte : plats à 20€

Menu enfant : 21€

♿ salle et toilettes

125 bd des Poilus

44300 Nantes

Tél. 02 40 35 40 00

[www.restaurantlabelia.com](http://www.restaurantlabelia.com)





## Bistrot l'Alchimiste

Une bénédiction pour les émules de Bacchus. La carte des vins de Béatrice Dominé, patronne œnologue, toujours en quête des meilleurs accords, complète les préparations irréprochables de fraîcheur du chef. Le midi, on hésite entre les plats du jour et les plats prestigieux (un peu plus nobles et recherchés), proposant 2 viandes et 2 poissons du marché. Le soir, les belles étiquettes sortent des casiers lors de dégustations œnologiques (45€ dîner inclus sur réservation).

### Ex. de plats proposés :

Soupe froide, crèmeuse d'avocats à la cardamome.  
Papillote de merlu et saumon, panais sautés et riz basmati.  
Financier aux kiwis.

Midi : L M M J V S D / 14€10/16€10

Soir : L M M J V S D



7 rue Saint-Denis

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 46 20

www.centre-de-degustation.com



## Le Bouchon

Ce restaurant devrait vous en « boucher » un coin par la beauté de sa terrasse. Un flot de tranquillité dans une ravissante cour pavée arborée. Sans nul doute l'une des plus jolies de Nantes. Et pour sa carte combinant épices, saveurs du monde et poissons du moment. Sans oublier les desserts réalisés par la patronne en personne. La déco soignée, intimiste (soulignée par une profusion de luminaires suspendus), la musique et la qualité de l'accueil devraient également vous séduire.

### Ex. de plats proposés :

Cabillaud en croûte de parmesan.  
Selle d'agneau en croûte d'épices, pommes de terre fondantes au romarin.  
Cheesecake from Virginia, au coulis de fruits rouges.

Midi : L M M J V S D / 13€/16€

Soir : L M M J V S D / 21€/26€

Carte des plats mini-maxi : 9€/23€

Menu enfant : 9€

7 rue Bossuet

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 08 44



## Le Break

Dans une atmosphère chaleureuse, élégante sans être guindée, on peut donner carte blanche au chef (menu « confiance ») et se laisser piloter de surprise en surprise. Foie gras maison (qui peut être vendu au détail) et chutney de figue, bar et Saint-Jacques, déclinaison autour de la fraise. Les accords mets/vins, la grande terrasse, le menu différent tous les jours, et le personnel très souriant sont d'autres atouts. Prix corrects.

### Ex. de plats proposés :

Tatin de pommes au foie gras.  
Nems de langoustines, crumble de courgettes et serrano au parmesan.  
Gaufre caramélisée et fraises poêlées.

Midi : L M M J V S D / 15€50/19€50

Soir : L M M J V S D / Menu : 26€

Carte des plats mini-maxi : 12€50/26€

Menu enfant : 13€

9 allée Duquesne  
Cours des 50 Otages  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 21 99  
[www.lebreak.fr](http://www.lebreak.fr)



## Le Cou de la Girafe Hors zone

*Chut ! Ne parlez à personne de cette adresse !* implorent les adeptes qui s'y rendent avant un spectacle du Grand T, et n'ignorent pas que ce restaurant est aussi ouvert le midi (toute la semaine). On y goûte une cuisine familiale actuelle, simple, ponctuée de délicates épices : cassolette de pétoncles et fruits de mer, palmitos au curry ; cœur de merlu en croûte de pain, tagliatelles aux épinards et compotée de mangue.

### Ex. de plats proposés :

Tartare de betteraves au chèvre frais, vinaigrette à l'orange.  
Plat du jour selon l'humour du chef.  
Baba cube punché au rhum, nage de fruits rouges cuisinés aux épices doux.

Midi : L M M J V S D / 14€/18€50

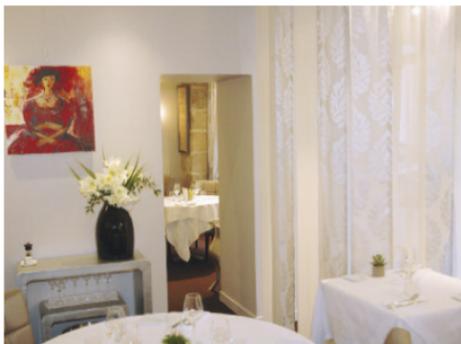
Soir : L M M J V S D (sauf si spectacle)

Carte : plats à 10€30

♿ salle et toilettes

84 rue du Général Buat  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 81 98 26  
[www.legrandt.fr/Le-restaurant.html](http://www.legrandt.fr/Le-restaurant.html)

## Centre ville **Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles**



### **L'Embellie**

On ouvre ses chakras pour savourer l'embellie culinaire proposée par le nouveau chef Patrice Bierg. Sa carte, courte et fraîche, anticipe le raffinement simple de plats expressifs et précis, enracinés dans le terroir. On ne regrette pas d'avoir cédé au carpaccio de thon, saumon, cabillaud mariné aux herbes fraîches, au filet de sandre de pays au beurre d'agrumes et à la pêche rôtie et sa crème glacée à la verveine. Accueil et cadre distingués. En cave, de bons vins de Loire.

#### **Ex. de plats proposés :**

Asperges tièdes et bavarois sauce mousseline.  
Pigeonneau de Monsieur Terrien, désossé et rôti au jus simple.  
Makis de fruits frais et sorbet ananas.

—  
Midi : L M M J V S D / 19€90/25€

Soir : L M M J V S D / Menu : 28€

Carte des plats mini-maxi : 22€/38€

Menu enfant : 13€

♿ salle

—  
14 rue Armand Brossard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 20 02  
[www.restaurantlembellie.com](http://www.restaurantlembellie.com)



### **Les Enfants Terribles**

Une adresse hautement recommandée pour la qualité de ses plats délicats et imaginatifs faisant la part belle à des nems d'aiguillettes de canard, à une dorade au beurre d'épices, au cochon de lait en cocotte. Elle charme aussi pour sa douce atmosphère d'ancien appartement avec grande cheminée et beaux planchers de bois, où l'on se sent comme chez soi. Pour les parents à pousette, mini menu enfant. Service chaleureux et accueillant.

#### **Ex. de plats proposés :**

Filet mignon de porc breton au Curé Nantais.  
Filet de dorade royale émulsion au fenouil et riz aux épices.  
Riz au lait de coco et caramel au beurre salé.

—  
Midi : L M M J V S D / 14€/18€

Soir : L M M J V S D / 24€/26€

Carte des plats mini-maxi : 13€/22€

Menu enfant : 12€

—  
4 rue Fénelon  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 00 38



## L'Étage

Une cuisine lumineuse et vive servie dans un lieu tamisé façon lounge bar intimiste (tonalités chaudes, fauteuils de velours, mobilier sombre). Carpaccio de betteraves mozzarella, véritable gaspacho andalou et son pan con tomate, pièce du boucher (fondante) sauce au Banyuls frites maison (excellentes), tartare de saumon à la coriandre, guacamole et citron vert.

### **Ex. de plats proposés :**

Bonbons de langoustine au basilic, raïta de concombre.

Cabillaud en croûte de chorizo et quinoa façon risotto parfumé au citron.  
Crêmet Nantais aux fruits rouges.

—  
**Midi : L M M J V S D / Menu : 8€90**

**Soir : L M M J V S D / 18€50/21€90**

Carte des plats mini-maxi : 12€/16€50

Menu enfant : 9€

—  
15 rue Beauregard  
44000 Nantes

Tél. 02 40 12 10 04

[www.letage-nantes.com](http://www.letage-nantes.com)



## Lulu Rouget ♥♥♥♥

Ludovic Pouzelgues, dit Lulu Rouget, a expérimenté tous les postes de *L'Atlantide* (y compris celui de la pâtisserie), a été formé par le chocolatier-pâtissier Vincent Guerlais, avant de passer par la *Maison Troisgros* à Roanne. Fort de cette expérience peu commune, sa personnalité s'exprime aujourd'hui à travers une véritable cuisine d'auteur (différente tous les jours !) exaltant les richesses de l'océan. Son plat signature étant « le roug(et) noir de Lulu ». Sélection de vins pointue.

### **Ex. de plats proposés :**

Fines tranches crues de faux-filet de vache nantaise, condiment anchois/basilic.  
Côtelette de lotte, riz noir, poivron rouge.  
Citron/Meringue/Sablé.

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

**Soir : L M M J V S D / Menu : 35€**

—  
1 rue du Cheval Blanc

44000 Nantes

Tél. 02 40 47 47 98



## L'Océanide

Les convives sont immédiatement séduits par les boiseries et le cuir associés aux tables dressées avec élégance. Puis, ils suivent les yeux fermés l'inventaire des richesses de l'océan proposé par le chef, David Garrec. Savoureux ormeaux sauvages en meunière de balsamique, raviolis de homard bleu cuits vapeur sauce cumbawa. Le tout valorisé par un choix de grands crus et de Muscadet d'exception. À midi, menu soigné à prix modéré.

### **Ex. de plats proposés :**

Assiette de queues de langoustines rôties au beurre.

Pavé de turbot sauvage rôti aux champignons, oignons nouveaux.

Soufflé glacé aux fruits rouges, servi avec son vapoureux de fruits.

—  
Midi : **L M M J V S D** / Menu : 20€70

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

Carte des plats mini-maxi : 19€/38€

Menu enfant : 12€

—  
2 rue Paul Bellamy

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 32 38

[www.restaurant-oceanide.com](http://www.restaurant-oceanide.com)



## Le P'tit Bouillon

Comme dans une cantine, on saisit un plateau (le service est quasi inexistant) et on choisit parmi les soupes, les salades, les plats végétariens, etc. Bref, des assiettes « light » en calories mais « high » en saveurs. Une bonne adresse pour le midi avec des formules, à petits prix, adaptées à toutes les bourses et tous les appétits. Parmentier de poulet mariné au citron vert et gingembre, lasagnes végétariennes, crumble provençal. Excellent accueil.

### **Ex. de plats proposés :**

Crème de verdure à la fêta.

Crumble de poulet, poireaux, bleu et poires.

Soupe de fraises et rhubarbe à la menthe.

—  
Midi : **L M M J V S D** / 9€50/11€

Soir : **L M M J V S D** / 13€/16€

♿ salle

—  
18 rue Armand Brossard

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 35 77

[www.leptitbouillon.com](http://www.leptitbouillon.com)



## La Pasta

Les italo-philes sont prêts à traverser la ville pour venir savourer les pâtes fraîches, maison et parfaitement cuites, de cette adresse turbulente qui change de la routine. Loin de décourager les fidèles, le coude à coude et les répliques données en salle et en cuisine par la famille de Nitto ont un fort pouvoir d'attraction. Le plat du jour, sans cesse renouvelé, à prix fixe (midi et soir) vous donne envie de l'essayer souvent. Ravioli al burro di salvia e parmigiano (beurre de sauge et parmesan) et sans doute le meilleur tiramisu de Nantes.

### **Ex. de plats proposés :**

Artichauts à la paysanne.

Focaccia Roma.

Panna cotta au coulis de figues du jardin.

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

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

Carte des plats mini-maxi : 8€ / 16€

♿ salle

—  
14 rue Saint-Léonard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 33 22



## Penn Kalet

Très bien placé, dans une petite rue piétonne à deux pas du cours des 50 otages, *Penn Kalet* est l'endroit idéal pour s'essayer à la dégustation de cidres tant sa cave est riche en cidres doux, demi-secs, bruts avec des taux d'alcool différents, fermiers et élevés dans les règles de l'art. Le tout accompagné d'authentiques mais néanmoins originales galettes bretonnes à la farine de blé noir (fromage de chèvre, miel, concombre et menthe) et de crêpes à la farine de froment bio (crème d'avocat, dattes, chantilly maison).

### **Ex. de plats proposés :**

Galette créative de saison duo d'asperges, saumon d'Ecosse, estragon, œuf, emmental.

Galette Poulette.

Crêpe Cidrée.

—  
**Midi : L M M J V S D / Menu : 9€70**

**Soir : L M M J V S D / Menu : 9€70**

Carte des plats mini-maxi : 2€60 / 11€40

♿ salle et toilettes

—  
2 rue Armand Brossard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 35 39 36  
[www.pennkalet.com](http://www.pennkalet.com)



## La Poissonnerie

Depuis des années ce spécialiste du poisson attire dans ses nasses les amateurs de saveurs marines, avec des spécimens de grande qualité : bar en croûte de sel de Guérande, rouget barbet au jus de piment fumé, médaillons de lotte au confit de cidre. Ne pas rater la dégustation d'huîtres (Morbihan, Prat Ar Cum, Marennes), l'éloquent plateau de fromages et l'incroyable carte des vins comprenant 29 vins de Loire blancs !

### *Ex. de plats proposés :*

Huîtres chaudes, en coquille,  
crème aux truffes de Lalbenque.  
Homard au cidre brut Claude Scaviner.  
Soufflé chaud au citron vert.

—  
**Midi : L M M J V S D / 15€40 ou 15€/27€50**

**Soir : L M M J V S D / 38€ ou 31€/47€**

Carte : plats à 22€

♿ salle

—  
4 rue Léon Maître  
44300 Nantes  
Tél. 02 40 47 79 50  
[www.lapoissonnerie.fr](http://www.lapoissonnerie.fr)



## Resto-revues

Une cuisine bio et végétarienne (mais pas seulement) qui met en appétit, dans un lieu simple et singulier. À l'étage, la salle aimante les lilliputiens mais fait fuir les Gulliver(s) qui vont au rez-de-chaussée. On oublie tout quand la terrine végétale aux champignons, les farcis de petits légumes, les mezzes bretons (mousse d'artichaut blini au sarrasin tartare d'algues et taboulé de chou-fleur), les cannelloni de lapin aux blettes gratinées à l'Izarou font leur apparition. Accueil discret.

### *Ex. de plats proposés :*

Mousseline de saumon sauvage  
au fenouil et tartare d'algues.  
Lapin à la Mauresque (abricots secs,  
tomates, menthe, fèves et pistaches).  
Glace à la violette et coulis de fraises bio.

—  
**Midi : L M M J V S D**

**Soir : L M M J V S D / Menu : 15€50**

Menu enfant : 10€

♿ salle

—  
2 rue du Refuge  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 42 91



## Le Salon de Mademoiselle B

Vous ne connaissez pas encore ce petit bistrot/salon de thé, harmonieusement dépareillé, tenu par Aurélie Briot, allias « Melle B ». Mais ceux qui l'ont déniché viennent grignoter des assiettes simples et fraîches (rillettes de thon, papillotes de saumon frais et légumes primeurs) alors que les autres se jettent sur les pâtisseries. Une aubaine pour les petits déjeuners, déjeuners et goûters entre filles surtout si l'on aime les sucreries.

### **Ex. de plats proposés :**

Cuisse de poulet fermier bio  
au thym, grenailles aux herbes.  
Lieu jaune rôti, beurre noisette  
et nem de blette.  
Grand suisse, coulis de fruits.

—  
**Midi : L M M J V S D / 12€50/14€50**

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

Carte des plats mini-maxi : 9€50/13€50

—  
13 rue Armand Brossard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 41 17 21  
[www.lesalondemademoiselleb.com](http://www.lesalondemademoiselleb.com)



## Tontonpic

Une clientèle de gourmets éclairés aime prendre d'assaut cette table, chic et moderne, pour y déguster les poissons étincelants de fraîcheur et les produits de saison sublimes avec malice par Steven Jourdon (passé par *La Tour d'Argent, La Marée, Le Port de l'Alma*, tous des étoilés parisiens). La créativité de la cuisine bistro, la sélection de vin intelligente et les prix décents font que l'on y revient encore et encore.

### **Ex. de plats proposés :**

Moelleux Muscadet au Curé Nantais.  
Mikado d'espadon, céleris au soja  
et coriandre fraîche.  
Ganache de chocolat noir  
façon mille-feuille.

—  
**Midi : L M M J V S D / 16€80/22€10**

**Soir : L M M J V S D / 16€80/22€10**

—  
5 rue Chateaubriand  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 74 09 27  
[www.tontonpic.fr](http://www.tontonpic.fr)





## L'Alexandre

Un authentique bistrot de quartier où les habitués, antiquaires, ouvriers, chefs d'entreprise, employés, figures du quartier aiment à se retrouver. On s'y sent comme chez soi dans le décor vintage (banquettes vertes, nappes Vichy, vieilles photos de Nantes), où Annie mijote de petits plats simples et goûteux. Terrine de lapin, de foies de volaille et foie gras maison. Gigot d'agneau, magret de canard, ris de veau, andouillette (400g). Muscadet au verre (bar) et verre ficelle (en salle).

### **Ex. de plats proposés :**

Terrine de lapin.  
Rognons de veau.  
Crème brûlée.

—  
**Midi : L M M J V S D / Formule : 13€50**  
**Soir : L M M J V S D / Menu : 15€50**

—  
2 rue Menou  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 89 73 67  
[www.lalexandre.fr](http://www.lalexandre.fr)



## L'Atlantide Hors zone

Pour tout hédoniste en quête d'une cuisine contemporaine, créative, stylée, haute en saveurs et en technicité, Jean-Yves Gueho (une étoile au Michelin) vous « éveille le palais » avec de la chair d'araignée de mer rafraîchi, marmelade de tomates et effeuillé d'avocat ; du filet de turbot collé-serré, farce homardine, coulis de homard ; ou une épaule d'agneau de lait des Pyrénées confites aux épices douces. Vue superbe surplombant l'Île de Nantes.

### **Ex. de plats proposés :**

Asperges vertes de pays, tartine croustillante au lard blanc et jaune d'œuf confit au caviar.  
Saint-Pierre de nos côtes cuit au plat, pommes boulangères, morilles crémees au vin de voile.  
Ondulation de fraises et rhubarbe, vinaigrette de coriandre.

—  
**Midi : L M M J V S D / Menu : 32€**  
**Soir : L M M J V S D / Menu : 40€**  
Carte des plats mini-maxi : 27/40€

♿ salle et toilettes

—  
16 quai Ernest Renaud  
44100 Nantes  
Tél. 02 40 73 23 23 - [www.restaurant-atlantide.net](http://www.restaurant-atlantide.net)





## Aux Petits Oignons

Depuis le changement de direction de ce vétéran nantais, les foodistas bien informés arrivent au galop pour goûter une cuisine bien française exécutée avec justesse, à laquelle s'ajoute une bonne expertise du vin (vignerons du Muscadet et du Val de Loire mis en avant). L'éclairage diffus, la déco sobre et le service décontracté sont en phase avec l'atmosphère cool et les prix raisonnables. Tartare de bœuf, pot-au-feu, confit de canard à la landaise, tête de veau sauce gribiche.

### **Ex. de plats proposés :**

Foie gras maison.  
Cassolette de rognons de veau cuisinée à l'ancienne.  
Tiramisu nantais.

—  
**Midi : L M M J V S D / 12€50/14€50**  
**Soir : L M M J V S D / Menu : 19€90**  
Carte des plats mini-maxi : 11€50/19€  
Menu enfant : 9€90

—  
2 rue Suffren  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 71 84 84  
[www.aux-petits-oignons.com](http://www.aux-petits-oignons.com)



## Le Beckett's Canteen

Tenu par un ineffable Irlandais, Mark Kelly, cette cantine citadine s'attire les compliments pour sa « world food » fraîche et savoureuse, sa Guinness, son accueil prévenant et son atmosphère animée. Avant tout, on cherche ici à vous faire plaisir et la plupart du temps c'est réussi. Ce qui pousse certains à dire que c'est l'une des meilleures affaires de Nantes ! Salade de bœuf aux épices, steak poêlé au poivre et son risotto au massala.

### **Ex. de plats proposés :**

Tajine d'aubergines au bœuf bresaola.  
Risotto aux épices et aux tomates séchées.  
Cheesecake façon New-York.

—  
**Midi : L M M J V S D / 11€50/14€**  
**Soir : L M M J V S D**  
Carte des plats mini-maxi : 9€/15€  
Menu enfant : 6€

—  
3 rue Guépin  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 76 46



## Le Bistrot à Gilles

On ne peut pas se tromper en venant dans ce bistrot, où l'on est chaleureusement accueilli par le patron qui vous régale de plats traditionnels. La cervelle d'agneau panée très maîtrisée, les tartares de poisson, les entrecôtes fondantes et les vins de Loire laissent de bons souvenirs aux amateurs avertis. Les tables colorées, une terrasse et un petit jardinet complètent le tableau.

### Ex. de plats proposés :

Croustillant de pied de cochons,  
carpaccio de betteraves.  
Tarte fine de maquereau aux parfums  
du sud.  
Poêlée de fruits exotiques à la Mostarda.

Midi : **L M M J V S D** / 13€50/17€90

Soir : **L M M J V S D** / Menu : 17€90

Carte des plats mini-maxi : 12€50/18€50

Menu enfant : 7€

♿ toilettes

11 bis rue de la Bastille  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 41 58  
[www.lebistrotagilles.fr](http://www.lebistrotagilles.fr)



## Le Bouche à Oreille

Une carte virile et des portions larges d'épaule dans un décor franchouillard mixant nappes à carreaux rouges et blancs, ballons et maillots de rugby. Les carnivores se refont ici des canines de junior avec les côtes de bœuf, entrecôtes 1<sup>er</sup> choix, jarret de port aux lentilles, tablier de sapeur sauce gribiche, rillettes, boudin noir, charcuteries (saucisse lyonnaise, etc.). Un must quand on veut se rendre dans la France profonde et joviale. Ouvert tard le soir.

### Ex. de plats proposés :

Œufs cocotte au foie gras.  
La maxi andouillette grillée  
(env. 400g, artisanale).  
Cervelle de Canut.

Midi : **L M M J V S D** / Menu 12€10

Soir : **L M M J V S D** / 19€50 ou 21€50/26€50

Carte des plats mini-maxi : 7€90/18€20

Menu enfant : 7€50

♿ salle

14 rue Jean-Jacques Rousseau  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 73 00 25  
[www.leboucheaoreille-nantes.fr](http://www.leboucheaoreille-nantes.fr)

## Centre ville Commerce / Graslin / Viarme



### Café du Manoir de Procé **Hors zone**

Parfait pour ralentir et prendre le temps de contempler la végétation exubérante du Parc de Procé, dans un ravissant manoir du XVIII<sup>e</sup> réhabilité. Au menu, une ardoise à choix multiples alliant tradition formelle et feeling moderne, composée de produits de saison (légumes, fruits, céréales, aromates, fromages bio), issus de circuits courts. La carte des vins se distingue aussi avec un large choix de Muscadet bio. Très belle terrasse aux beaux jours. Bon rapport qualité/prix.

#### **Ex. de plats proposés :**

Pavé de saumon sauce Muscadet.  
Magret de canard au foie gras façon tournedos.  
Moelleux au chocolat « Procé ».

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

Soir : L M M J V S D

Menu enfant : 11€

♿ salle et toilettes

—  
44 rue des Dervallières  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 73 03 92  
www.evenday.com



### Le Charrette

Cette adresse bien utile, près de la place Viarme, embaile les accros du marché aux puces, mais pas seulement, avec des recettes inédites truffées de mille inventions : Olé olé de calmars au chorizo et poivrons, tarte fine de sardines sur concassé de tomates et sa tapenade d'olives, filet de cabillaud andouillette à l'andouille et beurre de wakamé et crémeux de crustacés et crabe, vinaigrette d'artichauts. Décor de brasserie simple et agréable.

#### **Ex. de plats proposés :**

Croustillant de Curé Nantais,  
vinaigrette des Indes.  
Fricassée d'andouillette,  
sauce moutarde à l'ancienne.  
Poires aux épices, blanc-manger  
à l'amande et son Kouign Amann.

—  
Midi : L M M J V S D / 14€90/19€80

Soir : L M M J V S D / Menu : 25€

Menu enfant : 8€50

—  
28 place Viarme  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 35 25 57



## La Cigale

Recherchée pour son somptueux intérieur classé, cette brasserie historique, ancien QG des surréalistes ne déçoit jamais. On y va pour ses 6 variétés d'huîtres, ses plateaux de fruits de mer, sa « Muscadothèque » et tous les classiques (magret, tartare, côte de bœuf, etc.), servis (tôt et) tard le soir. Mais aussi pour le petit déjeuner (viennoiseries maison, crème caramel au beurre salé de Guérande, crêmet Nantais aux fruits de saison) et les nouveaux menus « chic et choc » du midi.

### Ex. de plats proposés :

Lard fondant des Pays de la Loire laqué aux agrumes.

Sandre de Loire à la plancha, beurre blanc nantais.

Profiteroles et fontaine de chocolat.

Midi : L M M J V S D / Menu : 14€90

Soir : L M M J V S D / Menu : 17€50

Carte des plats mini-maxi : 13€95/48€

Menu enfant : 10€50

♿ salle et toilettes

4 place Graslin  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 84 94 94  
www.lacigale.com



## Crêperie du Bocage

### Hors zone

Chic et chaleureuse, cette crêperie solidement ancrée dans le terroir déploie un large éventail de produits régionaux (farine du Moulin de la Fatigue à Vitré, cidre artisanal de Coat Albret produit à Bedée, légumes de Templier Primeurs, fromages Beillevaire). On succombe à la Nantaise, la Trégorroise (jambon, Curé Nantais, champignons et crème d'ail) autant qu'à la Tartiflette (reblochon, pommes de terre). Accueil efficace et souriant.

### Ex. de plats proposés :

Galette La Nantaise : saucisse au Muscadet, pommes fruit, oignons confits maison.

Poulet Curry Coco.

Crêpe La Bocage : Nutella, caramel beurre salé maison, pralins, chantilly maison.

Midi : L M M J V S D / Formule : 9€50

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 5€/9€

22 rue Lamoricière  
44100 Nantes  
Tél. 02 40 73 86 09



## La Gavotte

Sur les murs, Bécassine mène la danse (la gavotte est aussi une danse historique bretonne) au son de la bombarde et du binioù, et vous entraîne dans un tourbillon de savoureuses galettes bretonnes (farine de blé noir bio), garnies de produits régionaux de qualité, d'une fraîcheur inégalable. La Marine (noix Saint-Jacques poêlées au Muscadet, émincé de poireaux à la crème), l'aLuciNANTES (éclats de petit beurre LU, caramel et glace sablé breton). Cidre et jus de pomme maison.

### Ex. de plats proposés :

Galette La Chouanne : jambon de Vendée, tomme de Couëron, salade, salicornes.  
Galette La Pornicaise : lardons, pommes de terre, Curé Nantais et épices.  
Crêpe L'Abri-Côtier : abricot, caramel artisanal au beurre salé et amandes grillées.

—  
**Midi : L M M J V S D / Fomule : 9€90**

**Soir : L M M J V S D / Menu : 22€**

Carte des plats mini-maxi : 2€40/11€

♿ salle

—  
25 rue Voltaire  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 69 15 52

[www.creperie-lagavotte.com](http://www.creperie-lagavotte.com)



## Le Grapillon

On peut le dire, l'écrire, la déco faite de bric et de broc de la salle ne rend pas tout à fait justice à l'assiette originale qui tire de jolis bords entre la France et la Réunion. Samosas de poulet d'Ancenis et légumes de saison confits au garam massala, rillettes de pomme d'amour et de lard fumé cuisinée au Muscadet et notes orientales, rougail filet de saumon norvégien et crevettes roses aux saveurs réunionnaises. Accueil très plaisant.

### Ex. de plats proposés :

Beignets de filets de sardines au poivre vert.  
L'estouffade de cochon de 3h au Tandoori, dressé et rôti minute dans l'esprit d'une pastilla.  
Gâteau de carottes pays à l'ancienne.

—  
**Midi : L M M J V S D / 10€50/13€**

**Soir : L M M J V S D / Menu : 20€**

Carte des plats mini-maxi : 13€50/17€50

Menu enfant : 8€50

♿ salle

—  
4 rue Kléber  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 84 27 95



## Crêperie Heb Ken

L'important n'est pas le décor tout en sobriété mais les appétissantes et roboratives galettes listées par grands thèmes : charcuteries (jambon, andouille de Guéméné, merguez, bacon, chipolata saucisse, magret), fromages Beillevaire (chèvre, emmental, reblochon), produits de la mer (sardines, truite, flétan, Saint-Jacques, calmar), etc. Carte digne d'un inventaire à la Prévert. Agréable terrasse en été.

### **Ex. de plats proposés :**

Galette de blé noir Calmar à l'armoricaine.  
Fromage de chèvre « long blanc ».  
Crêpe de froment chocolat maison.

—  
**Midi : L M M J V S D**

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

Carte des plats mini-maxi : 1€40/13€

—  
5 rue de Guérande  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 79 03  
[www.heb-ken.fr](http://www.heb-ken.fr)



## Centre ville Commerce / Graslin / Viarme



### Joyi

Ce petit nippon, près de la place Viarme, est incontestablement l'un des meilleurs endroits à Nantes pour des sushis préparés sous vos yeux. La technique et la fraîcheur exceptionnelle des poissons (en direct de Talensac) valent le voyage. Tout le monde s'accorde à dire que les chirashi, sushi tataki, bento, yakitori, sashimi, tempura et autres variations sur poissons, associés à du Saké ou du Muscadet, sont à tomber par terre.

#### Ex. de plats proposés :

Sushi mi-cuit « tataki ».  
Sashimi en « wagarashi » (mariné).  
Tempura de glace vanille avec son caramel au beurre salé maison.

—  
Midi : **L M M J V S D** / Formule : 13€

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

—  
2 rue Menou  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 82 33 65  
www.joyi.fr



### Laurence

Un délice d'initiés nantais proposant une appétissante cuisine végétarienne et bio dans un décor 50's et 60's, sous une belle hauteur de plafond. On se rend dans ce restaurant l'âme sereine pour goûter des tajines et risottos de saison, de roboratives salades ainsi que de vraies recettes indiennes (le vendredi). Le tout exalté par de beaux produits venant de fermes de Loire-Atlantique et de Vendée. De temps à autre, Gilles Daveau, LE traiteur bio local y prodigue des cours de cuisine végétarienne.

#### Ex. de plats proposés :

Tarte ortie sésame.  
Tofu sauté, légumes de saison, céréales.  
Brick épinards, chèvre.

—  
Midi : **L M M J V S D** / Formule : 14€

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

—  
1-3 rue Lekain  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 82 67 34  
www.restaurant-laurence.com



## Le Montesquieu

Un peu à l'écart du brouhaha de la ville, dans les charmantes rues pavées du quartier Dobrée, ce lieu tranquille est un bon choix pour son atmosphère agréable (boiseries, murs terre cuite) et pour sa cuisine traditionnelle gourmande, conviviale et sincère. Dos de cabillaud demi-sel, écrasé de pommes de terre, sauce chorizo, magret de canard rôti au miel, aioli de patates douces. Formule à l'ardoise (différente chaque jour) le midi et à la carte le soir.

### Ex. de plats proposés :

Côte de cochon, compotée d'oignons, pommes de terre nouvelles de Noirmoutier. Noix de Saint-Jacques, mousseline de topinambours, crème de mâche.

Midi : **L M M J V S D 12€90/14€90**

Soir : **L M M J V S D 20€/26€**

Carte des plats mini-maxi : 16€50/21€50

☞ salle

1 rue Montesquieu  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 73 06 69  
www.lemontesquieu.fr



## Parfum de crêpe

À la lecture de la carte on est mis au... parfum, Roseline Dupé est native de Nantes ! Placardée de cartes postales de la vieille ville, celle-ci égrène aussi les lieux et objets emblématiques actuels, avec des galettes exquises portant le nom de « Passage Pommeraye », « Grue Titan », « Machines de l'île », « Lieu Unique », etc. Les produits locaux de qualité (farine, cidre - excellent Domaine Kerveguen - et primeurs) sont également fortement valorisés. Accueil investi et dynamique.

### Ex. de plats proposés :

Galette Marché de la Petite Hollande : saumon fumé sur purée de cœur d'artichaut à la crème.

Galette La gare de l'État : Curé Nantais, poitrine fumée, pommes de terre, salade verte.

Crêpe Le Carrousel des Mondes Marins.

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

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

Carte des plats mini-maxi : 2€50-12€

Menu enfant : 6€50

☞ salle et toilettes

3 rue de la Bastille  
44000 Nantes  
Tél. 02 28 44 38 09

## Centre ville Commerce / Graslin / Viarme



### Le Petit Flore

Petit restaurant cosy (parquet sombre, éclairages multicolores, gros bocaux, etc.) près de la place Royale, affichant une carte cosmopolite (Pays Nordique, Asie, Maghreb, etc.) et goûteuse, selon les adeptes qui signalent aussi un timing parfois aléatoire pour le service. Idéal quand on a du temps : brunch, dîner à deux ou en petit nombre. Assiette suédoise (assortiments de poissons fumés), hamburger de canard, pastilla cabillaud-crevettes-légumes au curry. Ne prend pas les cartes bancaires.

#### Ex. de plats proposés :

Tartine champignon, épinard au Machecoulais coulant, huile d'olive au thym.  
Blinis de légumes aux miettes de tourteau, espuma d'herbes fraîches.  
Crumble aux fruits de saison.

—  
Midi : L M M J V S D / Menu : 11€

Soir : L M M J V S D / Formule : 21€

Carte des plats mini-maxi : 8€/16€

—  
1 rue des Vieilles Douves  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 24 88



### Le Quartier Gourmand

On visite ce *Quartier Gourmand* pour sa carte de brasserie fiable et pour son ambiance lounge, fauteuils de cuir et vieilles pierres. Chausson indien au poulet, poireaux et curry, mille et une facettes du foie gras (espuma, œufs cocotte au foie gras, terrine), pavé de bœuf charolais, dorade royale farcie au fenouil et riz pilaf. Ouvert le lundi soir, ce qui est suffisamment rare à Nantes pour le signaler !

#### Ex. de plats proposés :

Panés de mozzarella au Gressin, et sa crème de piment d'Espelette.  
Côtelettes d'agneau au miel et gingembre, purée de patate douce à la vanille.  
Éclair au Curé Nantais et poire, accompagné de caramel et beurre salé.

—  
Midi : L M M J V S D / 11€50/14€

Soir : L M M J V S D / Menu : 20€90

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

—  
4 place de la Bourse  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 08 07 77



## Song Saveurs et Sens ♥♥♥2011

Langthèse d'une cuisine asiatique standardisée, où les produits locaux se retrouvent travaillés façon « world food ». Dans un cadre raffiné noir ébène, ardoise et rose poudré, Nhung Phung laisse exprimer sa créativité et son talent : escalope de poulet pochée dans son jus de coquillage aux infusions coco curcuma, coques, palourdes, couteaux et légumes de saison ou filet de maquereau fondant mariné à la citronnelle grillé et enveloppé de sauce vierge. Sélection de vins du monde et quelques Muscadet.

### Ex. de plats proposés :

Tartare de gambas, algues Wakamé, glace Wasabi.

Chicken Run au milieu du potager.

Nems pommes, caramel beurre salé et sorbet pomme verte maison.

Midi : L M M J V S D / Menu : 17€50

Soir : L M M J V S D / Menu : 29€

Carte des plats mini-maxi : 20€/25€

♿ salle

5 rue Santeuil  
44000 Nantes

Tél. 02 40 20 88 07 - [www.restaurant-song.fr](http://www.restaurant-song.fr)



## Crêperie du Théâtre

Ceux qui vont au théâtre applaudissent Jacques et Elisabeth Blaise dans leur décor soigné. Ils disent « bravo ! » à la Théâtrale (Saint-Jacques) ou à la Landaise (gésiers confits, salade, noix. La Dé-menthe (glace menthe, copeaux de chocolat, chocolat chaud maison, chantilly, amandes) ou la Graslin (fraise, glace mangue, coulis de framboise, chantilly) reçoivent à coup sûr un Bis !

### Ex. de plats proposés :

Galette La Douarneniste :

Filets de sardines sur lit de tomates.

Galette La Rocamadour :

Chèvre Cabecou du Quercy, miel, salade.

Crêpe L'Antillaise : Ananas, caramel maison, raisins/rhum, glace vanille, chantilly.

—

Midi : L M M J V S D / Menu : 10€30

Soir : L M M J V S D / Menu : 10€30

Carte des plats mini-maxi : 2€20/11€20

—

6 rue Racine

44000 Nantes

Tél. 02 40 73 82 98

[www.creperie-du-theatre.com](http://www.creperie-du-theatre.com)

## Centre ville Commerce / Graslin / Viarme



### La Tête Noire (Crêperie)

Dans une petite rue sombre à l'arrière de la place Royale, cette crêperie - en lieu et place d'une ancienne remise de négociant en sucre, épices, rhum - vous transporte hors du temps. Un paradis pour les fondus de galettes bretonnes goûteuses, bien réalisées (produits frais, excellentes farines) par le père en cuisine (qui passe aussi de table en table), tandis que femme et enfants s'agitent en salle sur fond de biniou. Accueil et service très sympathiques. À découvrir en famille.

#### **Ex. de plats proposés :**

Galette La Nantaise : champignons, jambon, crème fraîche.

Galette La Robiquette : saucisse bretonne, tomates cuisinées.

Crêpe La Régale : chocolat chaud maison, glace vanille.

—  
Midi : **L M M J V S D**

(ouvert les lundis des vacances scolaires)

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

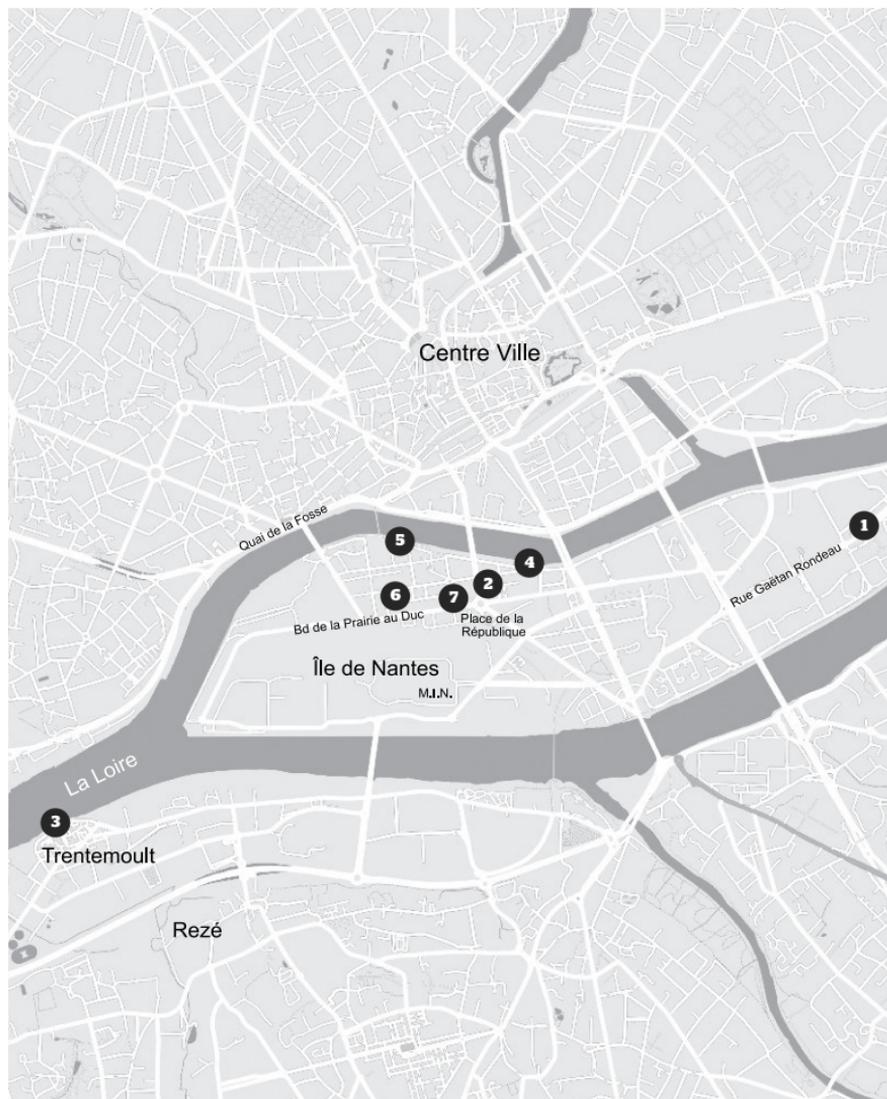
Carte des plats mini-maxi : 2€65/11€50

Menu enfant : 8€

—  
12 rue des Vieilles Douves  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 69 41  
[www.creperie-latetenoire.fr](http://www.creperie-latetenoire.fr)



Autour du centre  
**Île de Nantes / Rezé-Trentemoult**



- 1. B.A. Ba Restaurant**
- 2. Bistrot de l'île**
- 3. La Civelle**

- 4. Le Gribiche**
- 5. Le l**

- 6. Lulu La Nantaise**
- 7. Terroirs Bio**

## Autour du centre île de Nantes / Rezé-Trentemoult



### B.A. Ba Restaurant

Un petit self excentré, toujours bondé. Une révélation pour ceux qui aiment le concept restauration rapide dans une cantine colorée, la cuisine fraîche et goûteuse, le choix limité (plat et salade uniques, mais entrées variées dans une vitrine réfrigérée), l'accueil simple. Certains regrettent de devoir attendre mais la nourriture est bonne, donc cela vaut le coup de faire la queue. Ouvert seulement le midi.

#### Ex. de plats proposés :

Bouchée aux fruits de mer et coulis de crustacés.  
Suprême de pintade à l'unilatérale au cidre, compotée de choux rouges et demie pomme fruit rôtie.  
Baba Malibu, chantilly au lait de coco et oranges confites maison.

Midi : L M M J V S D / 9€45/12€15

Soir : L M M J V S D

☺ salle

16 boulevard Georges Pompidou  
44200 Nantes  
Tél. 02 28 44 38 04  
[www.b-a-barestaurant.fr](http://www.b-a-barestaurant.fr)



### Le Bistrot de l'Île

Pour les urbains de tout acabit, ce petit endroit de quartier vaut la peine d'être découvert pour sa cuisine bio fraîche, franche, imaginative et locavore. Dans un cadre vitaminé multicolore, on se régale des portions généreuses (à prix doux) d'une ardoise différente chaque jour. L'atelier de cuisine, où l'on apprend à faire les meilleures associations gustatives et nutritives, et le salon de thé avec espace lecture et jeux sont des atouts supplémentaires.

#### Ex. de plats proposés :

Assiettes végétariennes  
(Mille-feuille de légumes).  
Poulet aux épices.  
Café gourmand selon l'inspiration du chef.

Midi : L M M J V S D / 13€50/16€

Soir : L M M J V S D

Menu enfant : 8€

17 rue de la Tour d'Auvergne  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 47 92 35  
[www.le-bistrot-de-l-ile.blogspot.fr](http://www.le-bistrot-de-l-ile.blogspot.fr)



## La Civelle

La vue sur la Loire avec Nantes pour toile de fond est une des raisons de visiter cette ginguette au bord de l'eau à Trentemoult (Rezé). Dans une ambiance animée, on se régale de poêlées de homard, Saint-Jacques, gambas, langoustines ou seiches ; de pavé de cabillaud, riz sauvage et brunoise de légumes, crème de Seranno ou de noisette d'agneau, légumes tournés, jus d'ail. Le tout servi dans un décor de bois brut et de lampes industrielles. Belle sélection de grands crus. Ouvert 7/7.

### Ex. de plats proposés :

Palourdes farcies « maison ».  
Lotte de l'île d'Yeu, purée de patate douce, bisque de homard.  
Sablé aux fraises.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 14€50/29€50

Menu enfant : 15€

21 quai Marcel Boissard  
44400 Rezé  
Tél. 02 40 75 46 60  
[www.la-civelle.com](http://www.la-civelle.com)



## Le Gribiche

Un authentique et convivial restaurant ouvrier au cœur des nombreux chantiers d'un quartier en pleine mutation : l'île de Nantes. Le buffet d'entrées fraîches (bulots, carottes râpées, betteraves, œufs mayonnaise, charcuteries, etc.), la simplicité et la générosité des recettes maison (moules marinières au bleu, andouillettes sauce moutarde et frites maison, etc.), l'ambiance relax, le chef patron aimable et disponible, et enfin les prix modestes compensent une déco pratique, sans chichi.

### Ex. de plats proposés :

Souris d'agneau.  
Saumon beurre rouge.  
Mousse au chocolat maison.

Midi : L M M J V S D / 9€40/10€40

Soir : L M M J V S D

Menu enfant : 5€

3 rue de la Tour d'Auvergne  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 47 95 59  
[www.legribiche.fr](http://www.legribiche.fr)

## Autour du centre île de Nantes / Rezé-Trentemoult



### Le 1

Une clientèle stylée s'enthousiasme pour la subtilité des recettes de cette adresse chic et moderne donnant sur la Loire, tandis que la cuisine ouverte permet d'observer de près l'art culinaire du chef Jean-Yves Massonnet. Croustilles de langoustines au basilic sauce citrus, tournedos de merlu Teriyaki, wok de légumes d'Asie, cocotte de lamproie de Loire cuisinée au Muscadet. Cave vertigineuse et dégustation œnologique (avant le dîner) les jeudis « des cavistes » à partir de 19h.

#### **Ex. de plats proposés :**

Naans au Curé Nantais.  
Blanc de cabillaud en écailles  
de chorizo, écrasé de pommes  
de terre à la sauce hollandaise.  
Gaufre croustillante maison aux fruits d'été.

Midi : L M M J V S D / 16€80/25€60

Soir : L M M J V S D / Menu : 25€60

Carte des plats mini-maxi : 18€/25€

Menu enfant : 10€

♿ salle et toilettes

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



### Lulu La Nantaise

Cet ancien bistrot des chantiers de l'Atlantique, dans son jus (comptoir et tables en formica), est aujourd'hui pris d'assaut par un mélange d'archis, designers, journalistes et autres zouzous désireux de se détendre ou de se retrouver entre copains. L'ambiance conviviale, la patronne gouailleuse, aux petits soins, et les plats bistrotiers modernisés (alimentés par le M.I.N. tout proche) entretiennent la popularité de ce bijou de quartier.

#### **Ex. de plats proposés :**

La terrine de Lulu.  
Louloubiac de saumon.

Midi : L M M J V S D / 10€70/11€90

Soir : L M M J V S D

48 boulevard de la Prairie-au-Duc  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 12 14 50



## **Terroirs Bio**

Une oasis bio, certifiée AB où l'on mange sain, juste et bon, sous la houlette du chef prosélyte Nicolas Lunel. Ses recettes nature et terroir conçues à partir de produits de saison, fraîchement cueillis aux alentours (pour un bilan carbone indiscutable) font revenir vite les amateurs. Au menu : tomates confites, une multitude de salades, de tartes salées et autres tartines aux saveurs gourmandes et parfums authentiques.

### ***Ex. de plats proposés :***

Cassolette de pommes de terre et brocolis, crème aux éclats de châtaigne et chèvre affiné.  
Tartine mousse de chèvre citronnée, spaghetti de courgettes au thym et saumon fumé.  
Tartine poire pimentée au beurre d'avocat et roquefort sur roquette.

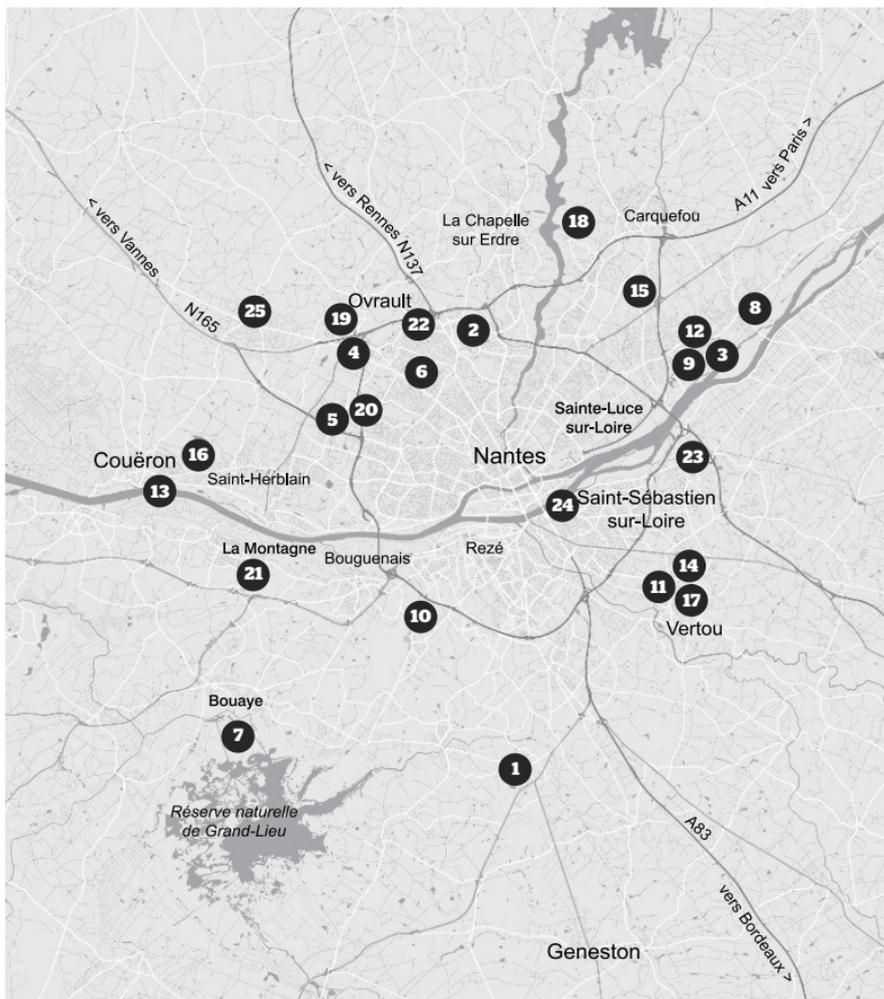
— **Midi : L M M J V S D / Formule : 8€60**

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

♿ salle et toilettes

—  
9 rue Alain Barbe Torte  
44200 Nantes  
Tél. 02 51 86 25 60





1. Abbaye de Villeneuve
2. Auberge du Cens
3. Restaurant Bénureau
4. Brasserie Z'O
5. Brasserie Le Carré Blanc
6. Les Caudalies
7. Les Champs d'Avaux
8. La Chaumière
9. Domaine du Petit Plessis

10. Du Coq à L'Âne
11. L'Écluse
12. L'Envol
13. Le François II
14. Le Laurier Fleuri
15. Le 20
16. La Maison
17. Le Monte Cristo
18. Manoir de la Régate

19. L'Orée du Bois
20. Les Pellières
21. Le Pré Gourmand
22. Quintessia
23. Restaurant du Pont
24. Le Rive Gauche
25. Le Romarin



## Abbaye de Villeneuve

Un lieu d'exception (XIII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup>) qui cultive le goût de l'histoire et de l'authentique. Les gourmets y sont joyeusement surpris par les subtilités des plats traditionnels servis dans la salle à manger d'époque du restaurant l'Epicurien (hauteurs de plafond, boiseries, vue sur le parc). Cannelloni de saumon fumé, chair de tourteau, langoustines bretonnes rôties. Service classique.

### Ex. de plats proposés :

L'œuf de poule cuit mollet, mijotée d'asperges blanches, morilles au vin jaune. Blanc de Saint-Pierre laqué au caramel beurre salé, oignons nouveaux au safran, asperges vertes grillées, jus brun. Coulant au chocolat, crème d'avocat, parfait glacé au poivre de Séchuan.

Midi : L M M J V S D / 28€/35€

Soir : L M M J V S D / Menu : 35€

Carte des plats mini-maxi : 23€/26€

Menu enfant : 18€

route de la Roche-sur-Yon  
44840 Les Sorinières  
Tél. 02 40 04 40 25  
www.abbayedevilleneuve.com



## Auberge du Cens

Beaucoup de bon « cens » régional dans cette villa balnéaire au bord de l'eau, à proximité du parc de la Gaudinière. La cuisine du Val de Loire, mise en exergue à prix doux, est bien plus convaincante que le décor déclinant le gris sous tous les tons. Idéal pour fêter un événement familial ou pour de grandes tablées d'amis. Sandre au beurre blanc, escargots, poêlée d'anguilles, cuisses de grenouilles. Grande terrasse. Service parfois en pilote automatique.

### Ex. de plats proposés :

Pomme de terre farcie au pied de cochon et escargot au beurre d'herbes. Rognons de veau, réduction de porto au Xères, champignons du moment. Pralin moussoux, croustillant, sucre roussi au lait.

Midi : L M M J V S D / 13€/50/15€

Soir : L M M J V S D / Menu : 22€

Carte des plats mini-maxi : 15€/20€

Menu enfant : 13€/50

☞ salle

1 route de Rennes  
44700 Orvault  
Tél. 02 40 16 29 29  
www.aubergeducens.com



## Restaurant Bénureau

« La tradition a du bon » ici plus que partout ailleurs, puisque c'est la sixième génération de la famille Bénureau (restaurateurs depuis 1850) qui vous reçoit dans ce manoir XIX<sup>e</sup>. La cuisine essentiellement axée sur les produits de terroirs exalte finement les recettes « traditionnelles » régionales : poissons au beurre blanc, petit ragout de homard bleu, filet de pigeonneau pommes de terre de Noirmoutier, cuisses de grenouilles, noix de Saint-Jacques au coulis de crustacés.

### Ex. de plats proposés :

Saumon fumé par nos soins avec ses blinis.  
Cuisses de grenouilles sauce Poulette.  
Soufflé au chocolat, sorbet cacao  
et macaron à l'orange.

Midi : L M M J V S D / Menu : 25€

Soir : L M M J V S D / Menu : 37€

Carte des plats mini-maxi : 17€/58€

Menu enfant : 14€

♿ toilettes

Le Grand Plessis

44980 Sainte-Luce-Sur-Loire

Tél. 02 40 25 95 25

[www.restaurantbenureau.com](http://www.restaurantbenureau.com)



## Brasserie Z'O

Cette nouvelle adresse sur la route de Vannes sort du lot, avec ses vastes salles lumineuses, sur différents niveaux, sa grande terrasse plein sud, sa décoration très contemporaine, où le noir, le blanc et le gris dominant (murs zébrés, paroi ajourée blanche, grands lustres). On glisse sa serviette dans son col pour aborder des classiques de brasserie, bons (salades, burgers, poissons et viandes), à prix modérés. Idéal pour un déjeuner d'affaires ou entre collègues.

### Ex. de plats proposés :

Wok de gambas à la coriandre fraîche.

Noix de ris de veau à la nantaise,

rôti en crêpine.

Parfait glacé au chouchen sur palet breton.

Midi : L M M J V S D / 14€90/18€90

Soir : L M M J V S D / 19€90/26€

Carte des plats mini-maxi : 12€/21€50

Menu enfant : 9€

♿ salle et toilettes

385 route de Vannes

44800 Saint-Herblain

Tél. 02 40 63 70 96

[www.brasserie-zo.com](http://www.brasserie-zo.com)



TT ☀️ 🤝

## Brasserie Le Carré Blanc

On est tout d'abord séduit par le décor couleur sable, le grand comptoir en corian blanc et les photos noir et blanc de cette spacieuse brasserie contemporaine. Puis par l'ambiance conviviale, et enfin par la cuisine de bonne facture : filet de bœuf au sésame noir et son foie gras poêlé à la crème de framboise vinaigrée, tartare de saumon label rouge chips de gingembre confit, caviar de wasabi. Bon accueil et service très efficace.

### Ex. de plats proposés :

Tiramisu de bulot et crevettes roses, mousse de guacamole.  
Carré d'agneau rôti à la fleur de thym, jus simple, ail en chemise confit.  
Riz au lait maison.

Midi : L M M J V S D / 13€80/17€80

Soir : L M M J V S D / Formule : 19€80

Carte des plats mini-maxi : 9€80/25€80

Menu enfant : 7€50

♿️ salle et toilettes

rue du Moulin de la Rousselière  
44800 Saint-Herblain  
Tél. 02 40 63 33 22  
[www.brasserie-lecarreblanc.fr](http://www.brasserie-lecarreblanc.fr)



🐟 🍷 ❤️ 🍷 🍷 🤝

## Les Caudalies

Les hédonistes de tout crin se présentent à cette adresse élégante où officient le chef bordelais Benoit Arbouin et son épouse, sommelière confirmée. On y goûte une cuisine d'inspiration régionale modernisée, élaborée avec justesse. Sardines de Saint-Gilles et Pata Negra, filet de bar en croûte d'agrumes, notes safranées, langoustines rôties à la nage, copeaux de racine à la fleur de sel, croustilles. Cave riche en Muscadet et vins de Loire. Accueil bienveillant et service irréprochable.

### Ex. de plats proposés :

Sucette de langoustines.  
Carré d'agneau rôti à l'aillet.  
Brochette de fruits de saison caramélisée, accompagnée d'une crème brûlée à la pistache.

Midi : L M M J V S D / 15€/19€50

Soir : L M M J V S D / 24€/28€

Carte des plats mini-maxi : 15€/19€

Menu enfant : 12€

229 route de Vannes  
44800 Saint-Herblain  
Tél. 02 40 94 35 35  
[www.restaurant-lescaudalies.com](http://www.restaurant-lescaudalies.com)





## Les Champs d'Avaux

Aux portes de Nantes, *Les Champs d'Avaux* offrent à la fois une ambiance contemporaine, un décor raffiné et un voyage gourmand. La terrasse et la salle très lumineuse, ouvertes sur les jardins, aiguissent toutes les convoitises autour de saveurs de la mer et du terroir : pressé de foie gras poularde aux écrevisses, anguilles à l'ail doux et fines herbes, rémoulade de crabe, courgette, Granny Smith au gingembre. Belles étiquettes de Loire et Muscadet magnifique des frères Choblet.

### Ex. de plats proposés :

Filet de daurade royale, infusion de romarin.

Ris de veau aux langoustines.

Tulipe croustillante de fruits rouges, chantilly vanille.

—  
Midi : L M M J V S D / 17€75/21€50

Soir : L M M J V S D / 17€75/21€50

Carte des plats mini-maxi : 13€/33€

Menu enfant : 11€

♿ salle et toilettes

—  
route de Nantes

44830 Bouaye

Tél. 02 40 65 43 50

www.champsdavaux.com



## La Chaumière

Une valeur sûre des bords de Loire exaltant la richesse du terroir, tantôt côté terre, tantôt côté mer, avec des menus pour tous les portefeuilles. La carte convie à la découverte de plats généreux, sophistiqués, techniquement maîtrisés : raviole de crustacé, demi pigeon rôti à la rhubarbe, sauce au poivre de la Jamaïque croquette de cuisse, légumes du moment. Accueil prévenant.

### Ex. de plats proposés :

Escalope de foie gras poêlée,  
raviole de foie gras.

Osso bucco de lotte, bouillon de coques.

Cornet nougatine aux fruits rouges  
et coulis.

—  
Midi : L M M J V S D / 14€20/16€20

Soir : L M M J V S D / Menu : 27€80

Carte : plats à 18€

Menu enfant : 8€60

♿ salle

—  
12 rue des Ponds

44470 Thouaré-sur-Loire

Tél. 02 40 77 30 94





## Domaine du Petit Plessis

Les esthètes se donnent rendez-vous dans ce petit manoir XVIII<sup>e</sup> et son parc enchanteur aux beaux jours. On hésite entre le restaurant design et ses plats mâtinés de modernité (carpaccio de bar au sésame et gingembre, filet d'agneau rôti en croûte de parmesan et basilic, etc.) et la Plancha du Petit Plessis, où l'on fait son choix parmi les salades champêtres, les grillades ou les menus panier (pour un pique-nique) que l'on déguste dans ce cadre bucolique à souhait.

### Ex. de plats proposés :

Roulade de courgette jaune grillée au fromage de chèvre.  
Suprême de poulet jaune d'Ancenis en croûte d'estragon.  
Dôme caramel sur son sablé breton, crème salidou et tuile Carambar.

Midi : **L M M J V S D** / 19€/25€

Soir : **L M M J V S D** / 29€/39€

Carte des plats mini-maxi : 17€/50/26€

Menu enfant : 16€

♿ salle et toilettes

route des Plessis  
44980 Sainte-Luce-sur-Loire  
Tél. 02 40 08 99 88 - [www.lepetitplessis.fr](http://www.lepetitplessis.fr)



## Du Coq à L'Âne

Une oasis inattendue en bout de piste de l'aéroport (avions « décoiffants » mais on les oublie) dans une belle ferme en pierre, en activité (d'où le nom), approvisionnée par des petits producteurs locaux. Dans cette campagne à 10 mn du centre ville, on se repait de croûstillant de porc fermier, de cabillaud « skreï » en papillote et ceviche de légumes, et de fruits frais de saison sauce chocolat. Service attentif et charmant.

### Ex. de plats proposés :

Confit de lapin au thym et romarin, chutney d'oignons.  
Grande salade tiède du moment.  
Fruits frais de saison, sauce chocolat.

Midi : **L M M J V S D** / Formule : 15€80

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

Menu enfant : 10€

♿ salle et toilettes

La Ranjonnière  
44340 Bouguenais  
Tél. 02 40 34 72 10



## L'Écluse

Une cuisine de terroir très satisfaisante donne à bon nombre l'envie d'aller dans cet élégant restaurant sur les bords de la Sèvre, avec vue sur l'écluse et la Chaussée-des-moines. On s'attarde volontiers sur la carte classique fiable : filet de sandre au beurre blanc, anguilles du lac de Saint-Philbert-de-Grand-Lieu à la persillade, filet de bœuf sauce morilles. De même pour la jolie carte des vins (et vin au verre) prônant les vins de Loire et les Muscadet.

### **Ex. de plats proposés :**

Tartare de bar du Croisic.  
Carré d'agneau grillé à la fleur du thym.  
Délice de mousse au Nantillais et gelée au Muscadet sur crumble de Petit-LU.

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

**Soir : L M M J V S D / Menu : 30€**

Carte des plats mini-maxi : 15€/28€

Menu enfant : 8€90

♿ salle

—  
9 quai de la Chaussée-des-Moines  
44120 Vertou  
Tél. 02 40 34 40 70  
[www.eclusevertou.com](http://www.eclusevertou.com)



## L'Envol

Derrière la devanture sans attrait d'un ancien restaurant ouvrier se cache une pépite. C'est en effet un plaisir de passer à table ici, étant donné la qualité des cuissons et l'inventivité des plats. Le menu, plutôt sophistiqué, le démontre sans peine : carpaccio de saumon en feuille à feuille queue de gambas et guacamole d'avocat, tian de légumes et tomates séchées, filet de barbet, palourdes farcies espuma de basilic. Desserts à la carte à se damner ! Prix faciles.

### **Ex. de plats proposés :**

Carpaccio de noix de Saint-Jacques, compotée de mangue au poivre de Séchouan et magret fumé.  
Cuisse de canette rôtie au thym et au miel.  
Soufflé glacé au basilic, poêlée de fraises et émietté de crumble.

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

**Soir : L M M J V S D / Menu : 21€**

Carte des plats mini-maxi : 11€/18€

Menu enfant : 8€

♿ salle

—  
85 rue de Mauves  
44470 Thouaré-sur-Loire  
Tél. 02 40 68 07 21  
[www.restaurant-lenvol.fr](http://www.restaurant-lenvol.fr)



## Le François II

Une adresse classique proposant une cuisine sûre et de qualité, respectueuse des saveurs et des produits (fermiers locaux), dans une salle confortable (vieilles pierres, tonalités chaudes, tables juponnées) et dans une cour intérieure fleurie. Crèmeux d'asperges vertes et céleri branche, œuf cassé noisettes torréfiées, canelloni de jarret de veau de lait, encornets farcis aux langoustines sauce à l'encre de seiche.

### Ex. de plats proposés :

Pigeon de Pornic en deux cuissons et son croustillant.

Couëron chaud au caramel poivré et fruits secs.

L'Amour en cage de chocolat.

Midi : **L M M J V S D / 12€14€**

Soir : **L M M J V S D / Menu : 19€**

Carte des plats mini-maxi : 14€/20/21€/30€

Menu enfant : 9€50

♿ salle et toilettes

5 place Aristide Briand  
44220 Couëron  
Tél. 02 40 38 32 32  
[www.francois2.com](http://www.francois2.com)



## Le Laurier Fleuri

Aux fourneaux, le chef s'amuse de tout, du passé et du présent, de la terre et de la mer et façonne un long répertoire constitué d'acrobaties gustatives valorisant des produits de qualité. Des propositions (foie gras mi-cuit, filets de sardines de Saint-Gilles, suprême de pintade, etc.) et des cuissons (rôti, confit, sous vide, etc.) qui donnent le tourbillon. Un excellent rapport qualité/prix qui fait oublier l'entrée un peu datée derrière la façade verte.

### Ex. de plats proposés :

Araignée de nos côtes décortiquée servie avec son velouté d'asperges blanches et sa déclinaison verte.

Canard croisé du marais vendéen cuisiné de 2 façons.

Mille-feuille chocolat pistache sur sa crème de marron glacé.

Midi : **L M M J V S D / 15€50/18€**

Soir : **L M M J V S D / Menu : 18€**

Carte des plats mini-maxi : 17€/30€

Menu enfant : 9€

♿ salle et toilettes

460 route de Clisson  
44120 Vertou  
Tél. 02 51 79 01 01  
[www.laurierfleuri.fr](http://www.laurierfleuri.fr)



## Le 20

Muni d'un bon GPS, cette brasserie au chic contemporain feutré vaut bien un détour par la zone industrielle de Sainte-Luce-sur-Loire ! Son dispositif décoratif, composé de fauteuils habillés de velours, de tables élégantes, de luminaires géants, rend le lieu idéal pour une pause déjeuner business. Les assiettes y font preuve d'imagination : framboise marbrée de saumon fumé et foie gras de canard, mi-cuit de crevettes et sauce aigre douce. Bons Malvoisie et Muscadet. Ouvert seulement le midi.

### Ex. de plats proposés :

Parmentier d'escargots chemisé de lard à l'estragon.

Pavé de rumsteck façon Rossini.

Farandole de fraises et framboises, coulis cassis, sorbet myrtille.

—  
Midi : **L M M J V S D / 13€80/16€80**

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

Carte des plats mini-maxi : 17€/19€

Menu enfant : 7€80

♿ salle et toilettes

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



## La Maison

La première visite est une expérience en soi. Après une zone pavillonnaire et des locaux commerciaux, on trouve une maison privée aux façades roses. On se sent alors comme si on allait voir des amis, sans le bouquet de fleurs et la bouteille de vin. Toutefois, la cuisine est bien exécutée par des professionnels ! Le gaspacho et sa boule de glace au poivron, la lotte crème au beurre et risotto aux petits légumes de saison et les pâtisseries divines valent vraiment le détour !

### Ex. de plats proposés :

Terrine maison.

Poisson beurre blanc.

Blanquette de veau.

—

Midi : **L M M J V S D / 12€/15€**

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

Menu enfant : 7€

—

23 boulevard de la Libération

44220 Couëron

Tél. 02 40 86 39 75



## Le Monte Cristo

Un joli coin que l'on n'oublie pas et qui tire avantage de la vue sur la Sèvre Nantaise et la Chaussée-des-Moines. Dans le « voyage culinaire » proposé par le chef Jean-Luc Sénée se promènent une soupe fraîche à la tomate et écrevisses de pays, sorbet à la fleur de moutarde, et une souris d'agneau confite façon gigot de 7h sauce au miel et parfum de bergamote. Le menu « Petits gastronomes » éveille le palais des têtes blondes, tandis que de sémillants Muscadet titillent celui de leurs aînés.

### Ex. de plats proposés :

Vol-au-vent de grenouilles et anguille fumée aux trompettes de la mort, crème de champignons.  
Chartreuse de sandre au cœur de crustacés, raviolis au brocoli et son beurre blanc.  
Omelette norvégienne framboise et passion.

Midi : **L M M J V S D / 18€15/20€10**  
Soir : **L M M J V S D / Menu : 28€70**  
Carte des plats mini-maxi : 16€35/29€50  
Menu enfant : 12€25



11 quai Chaussée-des-Moines  
44120 Vertou  
Tél. 02 40 34 40 36  
www.monte-cristo.fr



## Manoir de la Régate

Dans cette élégante demeure et sa terrasse qui s'étire dans un parc manucuré, on goûte une cuisine de terroir affûtée, d'une grande sensibilité, qui va chercher les petits détournements et les parfums lointains qui font toute la différence. Pigeonneau fermier rôti à la rhubarbe, betterave rouge caramélisée, espuma muroise de Vallet, sandre cuit dans l'argile, beurre de coquillages, tombée de choux nouveaux. On s'enivre gentiment des bouteilles choisies sur mesure.

### Ex. de plats proposés :

Croustillant de caille au foie gras, espuma porto.  
Bar en croûte d'épices.  
Sucettes de macarons et moelleux chocolat passion.

Midi : **L M M J V S D / 22€/28€**  
Soir : **L M M J V S D / Menu : 28€**  
Carte des plats mini-maxi : 28€/34€  
Menu enfant : 16€

♿ salle et toilettes

155 route de Gachet  
44300 Nantes  
Tél. 02 40 18 02 97  
www.lesfreresperou.fr





## L'Orée du Bois

Le vrai luxe n'est pas dans l'élégance décontractée du lieu, lové dans un écran végétal, mais dans la verve pimpante du cuisinier. À la carte : Saint-Jacques cuites en coquilles aux aromates, émulsion à la citronnelle, pavé de bar des côtes atlantiques, chateignes jaunes et pommes de terre Charlotte, bouillon au goût de noisette, ou brandade de morue « à ma façon » en marinière de coquillages et crème brûlée aux graines de vanille Bourbon et caillé de chèvre égoutté. Belles étiquettes du vignoble.

### Ex. de plats proposés :

Brochette de gambas au gingembre et cébettes ébouillantées.

Ris de veau de cœur croustillant pomme de terre darphin, oignons et lard paysan, côte de salade à l'huile de noisette, jus perlé Paris-Orvault-Brest, selon l'Orée du Bois.

Midi : L M M J V S D / 29€50/34€90

Soir : L M M J V S D / 29€50/34€90

Carte des plats mini-maxi : 18€50/32€

Menu enfant : 13€20

♿ salle

94 rue de la Garenne  
44700 Orvault

Tél. 02 40 63 63 54

[www.resto-loreedubois.com](http://www.resto-loreedubois.com)



## Les Pellières

Une longère spacieuse, de pierre et de bois, qui tranche parmi les centres commerciaux et les grandes enseignes d'Atlantis. On y retrouve cependant l'esprit de la maison mère, *La Maison Baron-Lefèvre* : une cuisine formidable de générosité élaborée à partir de produits de qualité et de légumes provenant du potager du chef. Un lieu doté de salles de différents formats, parfait pour un repas d'affaires ou un dîner avant un spectacle au Zenith. Très bonne sélection de vins de terroirs.

### Ex. de plats proposés :

Asperges de Loire, sauce mousseline.

Barbue rôtie pour 2 personnes.

Sorbets et glaces maison.

—

Midi : L M M J V S D / 15€/18€

Soir : L M M J V S D / 20€/25€

Carte des plats mini-maxi : 17€/23€

Menu enfant : 10€

♿ salle et toilettes

—

Esplanade Georges Brassens

44800 Saint-Herblain

Tél. 02 40 65 08 88

[www.baron-lefevre.fr](http://www.baron-lefevre.fr)



## Le Pré Gourmand

*La Montagne, ça vous gagne!*... Cette pub des 90's vaut ici pour un déplacement plutôt horizontal, et plutôt à l'Est de Nantes. On y va pour cette jolie adresse « gourmande » moderne et lumineuse, où le pressé de chair de crabe, mousse d'avocat pomme verte, le risotto aux coques, asperges vertes, petits légumes, et la souris d'agneau braisée purée de pommes de terre, pleurotes, jus réduit aux tomates confites, font que l'on passe un bon moment en oubliant l'environnement direct (commerces divers).

### Ex. de plats proposés :

Feuilleté de langoustines,  
fondue de tomates, et légumes confits.  
Carré d'agneau rôti, crème de pommes  
de terre, jus réduit au romarin.  
Mousse croustillante rhubarbe  
confite et fraises fraîches.

Midi : L M M J V S D / 11€50/13€50

Soir : L M M J V S D / 21€/25€

♻️ salle et toilettes

—  
place du Grand Pré - Route de Bouguenais  
44620 La Montagne  
Tél. 09 81 87 94 98  
[www.lepregourmand.net](http://www.lepregourmand.net)



## Quintessia

L'ancien *Domaine d'Orvault*, totalement relooké, attire les convives en quête de séminaires, de nature ou de détente en famille à seulement 10 mn du centre ville. Menus remarquables d'équilibre : feuilleté d'asperges vertes rôties et petites tuiles au Comté, sandre rôti sur réduction de cidre, pois gourmands et purée de petit pois, fromages de chez Beillevaire, mousse de mandarine, crème d'abricot et glace à l'orange sanguine. Les vigneron locaux sont bien représentés sur la carte des vins, exclusivement ligérienne.

### Ex. de plats proposés :

Suprême de pintade au Layon,  
aligot de tomme Chapelaine.  
½ homard breton.  
Soufflé glacé au Nantillais.

—  
Midi : L M M J V S D / 28€/38€

Soir : L M M J V S D / 28€/38€

Carte des plats mini-maxi : 24€/28€

Menu enfant : 16€

♻️ salle et toilettes

—  
24 Chemin des Marais du Cens  
44700 Orvault  
Tél. 02 40 76 84 02  
[www.quintessia-resort.com](http://www.quintessia-resort.com)



## Restaurant du Pont

♥♥♥ 2011

Un réel travail de conception des plats et une ample carte composée de variations sur différents thèmes (homard : cassolette de homard façon Duglère, sablé au homard, et rouleau de printemps au homard et roquette) et des recettes de terroir plus tempérées (suprême de pigeonneau de Mr Terrien de Saint-Laurent-des-Autels cuit saignant en croûte de pomme de terre et sa cuisse farcie au boudin noir). Cave ouverte aux belles découvertes régionales.

### Ex. de plats proposés :

Ne tombez pas dans le panier de crabes !!!  
Caneton de Challans en trois cuissons.  
Entrer au Car « a » mel !

Midi : L M M J V S D / 15€50/19€

Soir : L M M J V S D / 23€50/28€

Carte des plats mini-maxi : 16€50/23€

Menu enfant : 12€

♿ salle

147 rue du Grignon  
44115 Basse-Goulaine

Tél. 02 40 03 58 62

[www.restaurant-du-pont.fr](http://www.restaurant-du-pont.fr)



## Le Rive Gauche

Une cuisine et un décor raffinés donnent à bon nombre l'envie de quitter la ville et d'aller dans cette maison des bords de Loire à devanture rouge. Les langoustines en coque de feuille de cerisier autour de l'aubergine, le foie gras poché au thé fumé et rémoulade d'anguilles fumées, l'ananas en soufflé émulsion de citronnelle et son grog tiède ne déçoivent jamais les papilles des gourmets. Belle sélection de vins de Loire en général et de Muscadet en particulier (14 références).

### Ex. de plats proposés :

Foie gras passion et café,  
pain au chocolat blanc et noisettes.  
Bar cuit en basse température au  
condiment de câpres, olives et oignons,  
émulsion de citron.

Chocolat coco façon Bounty légèrement  
épicé au chutney de fruits exotiques

Midi : L M M J V S D / Menu : 21€50

Soir : L M M J V S D / Menu : 34€

Carte des plats mini-maxi : 22€/31€50

Menu enfant : 12€

♿ salle et toilettes

10 côte de Saint-Sébastien  
44200 Nantes

Tél. 02 40 34 38 52

[www.lerivegauche-restaurant.fr](http://www.lerivegauche-restaurant.fr)





## Le Romarin

Une terrasse très agréable aux beaux jours, deux salles lumineuses et chaleureuses derrière une façade blonde en pierre et tuffeau, font un bon endroit pour goûter les raffinements de pétales de lotte vapeur sur fettucini ébène sauce allégée au citron ou d'un canard challandais au sang, aux oranges d'or confites, nem croustillant. Carte des vins séduisante, avec de bons cépages du Val de Loire.

### **Ex. de plats proposés :**

Chevauchée de langoustines de Saint-Guénolé sur asperge gratinée au sabayon Champagne.

Cochon de douze heures au chaudron.  
Fraises Gariguettes au sabayon Cointreau, sorbet lait ribot.

Midi : L M M J V S D / 19€ / 21€ 50

Soir : L M M J V S D / 29€ 90 / 35€ 50

Menu enfant : 12€

♣ salle

79 rue de Bretagne

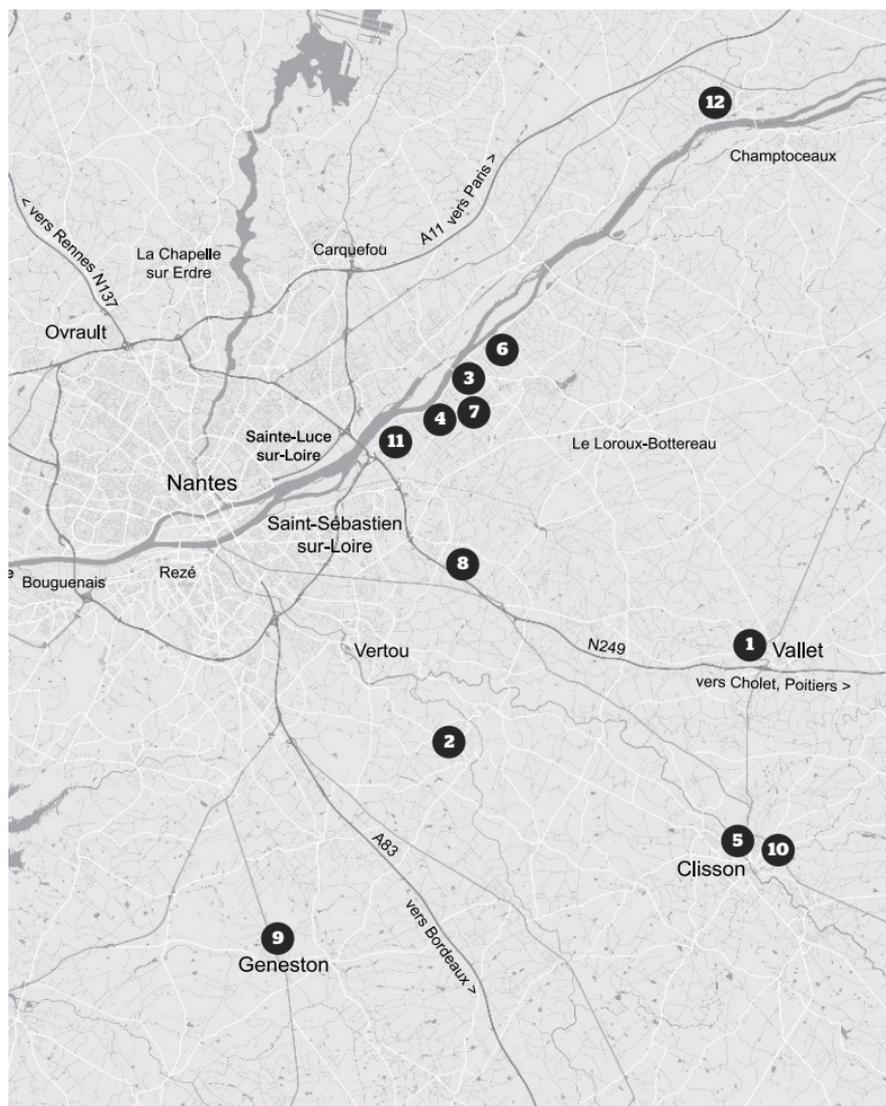
44880 Sautron

Tél. 02 40 63 15 87

[www.restaurant-leromarin.com](http://www.restaurant-leromarin.com)



# Le Vignoble



1. Au fil des saisons
2. Auberge la Gaillottière
3. Auberge Nantaise
4. Le Bistrot Nantais

5. La Bonne Auberge
6. Clémence
7. La Divate
8. Manoir de la Boulaie

9. Le Pélican
10. Restaurant de la Vallée
11. Villa Mon Rêve
12. Villa Saint-Germain



## Au fil des saisons

Loin de l'agitation de la métropole, un petit coin tranquille sur la placette de Vallet. On y sert des classiques bien préparés, tout ce qu'il y a de plus abordable, mettant en avant les petits producteurs locaux : crostini de chèvre frais bio du Loroux-Bottereau et coulis d'oseille au saumon fumé saladin de saison, raviolis vapeur de lapin au caramel de soja, velouté corsé de carottes aux graines de coriandre grillées. Pour les vins, on se dirige vers les Muscadet des proches environs.

### Ex. de plats proposés :

Pastis de haddock crémé à la moutarde, salade de mâche à l'huile de sésame grillé. Escalope de foie gras poêlée au sirop d'érable, tranches de pommes confites et légumes de saison. Feuille à feuille de crème chiboust à la vanille et coulis de pommes aux berlingots Nantais.

Midi : L M M J V S D / 12€80/16€80

Soir : L M M J V S D / Menu : 24€

Carte des plats mini-maxi : 14€50/21€50

Menu enfant : 8€

20 place Charles de Gaulle  
44330 Vallet

Tél. 02 40 36 30 05 - [www.aufildsaisons.com](http://www.aufildsaisons.com)



## Auberge la Gaillotière

À Château-Thébaud, une longère au cœur des vignes où l'on navigue entre bon sens rustaud, poésie et appétit, grâce à une cuisine généreuse, sans prétention, enracinée dans le terroir. Au menu, ambiance familiale, joie de la table, gentillesse et prix sages. Les habitués reviennent pour la terrine de foie gras de canard maison mi-cuit et chutney de carottes, le lapin en cocotte, la cuisse de canard à l'andouille et légumes de saison. Menus petite, moyenne, grande faim. Réserver le week-end.

### Ex. de plats proposés :

Quenelle d'œuf mimosa et saumon fumé maison, lanières de jambon de Vendée, crème de radis.

Mijoté de veau au curry en cocotte et légumes de saison.

Profiteroles maison, sauce chocolat.

Midi : L M M J V S D / Menu : 13€

Soir : L M M J V S D / Menu : 18€

Menu enfant : 10€

♻️ salle et toilettes

La Gaillotière  
44690 Château-Thébaud

Tél. 02 28 21 31 16 - [www.auberge-la-gaillotiere.fr](http://www.auberge-la-gaillotiere.fr)





## L'Auberge Nantaise

Sur les bords de Loire, une carte traditionnelle bien interprétée à partir de produits saisonniers et de terroir (sandre au beurre blanc, anguilles, cuisses de grenouilles, etc.) émaillée d'idées plus actuelles : marbré de foie gras, artichauts et langoustines, mesclun aux noisettes grillées, crème de petits pois et menthe fraîche. De petites audaces enrichies par de belles étiquettes de vins de Loire. Préférer la salle à l'étage pour la vue sur le fleuve et le pont Eiffel.

### Ex. de plats proposés :

Cuisses de grenouilles ou anguilles à la provençale.  
Lotte rôtie au lard fumé et parmesan, émulsion au poivron doux.  
Crème brûlée aux pruneaux et au Cointreau.

Midi : L M M J V S D / 15€ / 18€

Soir : L M M J V S D / Menu : 24€

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 24€

Menu enfant : 10€

38 levée de la Divatte

44450 Saint-Julien-de-Concelles

Tél. 02 40 54 10 73



## Le Bistrot Nantais

Un hommage aux joies de la cuisine des bords de Loire résume la tendance de ce bistrot informel qui sert des plats gourmands débordants de produits régionaux : matelote de lamproie, anguilles, cuisses de grenouilles en persillade, filet de sandre au beurre blanc, Curé Nantais sur toast de pain d'épices et aussi raviolis de coquillages et bouillon crémé (excellent !). Plusieurs menus. Additions raisonnables. Service attentif.

### Ex. de plats proposés :

Ballotine de volaille au foie gras, vinaigre à la pulpe de figue.  
Entrecôte de race normande simplement poêlée.  
Parfait glacé à la vanille, compotée de fraises.

Midi : L M M J V S D / 12€20 / 15€60

Soir : L M M J V S D / Menu : 17€

Carte des plats mini-maxi : 15€20 / 18€80

Menu enfant : 7€50

toilettes

24 levée de la Divatte

44450 Saint-Julien-de-Concelles

Tél. 02 40 54 10 20

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



## La Bonne Auberge

Dans le cadre charmant d'une bâtisse du XIX<sup>e</sup>, avec terrasse ouverte sur un jardin, on découvre une cuisine d'un classicisme subtil qui soigne les produits du marché. La carte résonne d'intitulés aguichants : chausson de Saint-Jacques fumet truffes, croustillant de homard crème de homard, rissole de caille sauce foie gras, noix de veau de lait aux champignons sauvages. Pour le dessert, on hésite entre le fondant au café crème single malt et le délice au chocolat amer. Service attentionné.

### Ex. de plats proposés :

Croustillant de langoustines et ris de veau.  
Bar en écailles de pommes de terre nouvelles.  
Chariot de fromages affinés.

Midi : **L M M J V S D / 14€50/21€50**

Soir : **L M M J V S D / Menu : 42€**

Carte des plats mini-maxi : 27€/42€

Menu enfant : 12€

♿ salle

1 rue Olivier de Clisson  
44190 Clisson  
Tél. 02 40 54 01 90



## Clémence

Un lieu mythique et repaire chic des bords de Loire où Clémence Lefeuve inventa le beurre blanc. Au fil des menus « Dégustation » en 6 plats ou « Tradition des bords de Loire », qui hissent haut les excellentes denrées des petits producteurs voisins, l'aventure gastronomique (saltimbocca de lotte, risotto à l'huile de truffe blanche, jambon de Parme ou gambas et mangues rôties en marinade de gingembre et cumbawa) laisse pantois. Idem pour les menus du midi à 15€, 18€ et 24€ en semaine.

### Ex. de plats proposés :

Escalope grillée de foie gras, pochée au bouillon de ramen, pomme Granny.  
Sandre au beurre blanc façon Clémence et ses légumes.  
Trilogie savoureuse de crèmes brûlées.

Midi : **L M M J V S D / 15€/19€**

Soir : **L M M J V S D / 26€/34€**

Menu enfant : 10€

♿ salle et toilettes

91 levée de la Divatte  
44450 Saint-Julien-de-Concelles  
Tél. 02 40 36 03 18  
www.restaurantclémence.com





## La Divatte

Une étape gourmande sur la fameuse route de la Divatte qui suit les douces ondulations de la Loire. Une atmosphère agréable, propice à la conversation, composée de murs en pierres, de photos noir et blanc et de jolies tables, où l'on se délecte des spécialités des bords de Loire : anguilles et cuisses de grenouilles en persillade, filet de sandre beurre blanc, aumônière de ris de veau et homard. Belles étiquettes des vins de Loire.

### Ex. de plats proposés :

Croustillant d'andouille de Guémené, pommes fruits à la cannelle, sauce au cidre.  
Anguilles poêlées en persillade.  
Crémet Nantais aux fruits du moment, coulis de fruits rouges

Midi : **L M M J V S D** / 14€80/19€  
Soir : **L M M J V S D** / Menu : 22€  
Carte des plats mini-maxi : 21€/23€  
Menu enfant : 9€

☺ salle et toilettes

28 levée de la Divatte  
44450 Saint-Julien-de-Concelles  
Tél. 02 40 54 19 66



## Manoir de la Boulaie

Les admirateurs du chef Laurent Saudeau - toque doublement étoilée - ne tarissent pas d'éloges sur son génie créatif qui rend chaque bouchée mé-mo-orable ! Saint-Pierre nacré à la vanille et cardamome, royale d'oursins, homard et topinambour ou cristal-line de fraises pistachée sangria givrée, crumble aux épices, vous entraînent dans un tourbillon d'émotions, amplifié par le décor raffiné de cette « folie » nantaise, le service appliqué et les tables élégantes bien espacées. Menu du midi très soigné.

### Ex. de plats proposés :

Tronçon de rouget aux huîtres Gillardeau, comptée de chorizo Iberico.  
Spirale de spaghetti aux langoustines, ris de veau et coco de Paimpol.  
Dessert Cassis / Fenouil / Olives « Taggiasca ».

Midi : **L M M J V S D** / Menu : 38€  
Soir : **L M M J V S D** / Menu : 78€  
Carte des plats mini-maxi : 44€/49€  
Menu enfant : 22€

☺ salle et toilettes

33 rue Chapelle-Saint-Martin  
44115 Haute-Goulaine  
Tél. 02 40 06 15 91  
www.manoir-de-la-boulaie.fr





## Le Pélican

Une adresse qui a le mérite de savoir exister au milieu du vignoble par une cuisine naturelle sachant révéler la fraîcheur des produits au gré des saisons. Nougat de foie gras à l'Armagnac, tulle au miel, confiture d'oignons à la grenadine ; palet de tartare de canard, légumes « dans toutes leurs splendeurs », vinaigrette à la menthe poivrée ; charlotte de maquereau et anguilles fumées, etc. Excellent rapport qualité/prix. Cette année, *Le Pélican* change de décor !

### Ex. de plats proposés :

Petit pain de merlu de nos côtes et langoustine.  
Râble de lapin d'Anjou désossé et cuit à basse température.  
Îvresse au chocolat.

Midi : **L M M J V S D** / 19€ / 23€

Soir : **L M M J V S D** / Menu : 23€

Menu enfant : 10€

♻️ salle et toilettes

13 place Georges Gaudet

44140 Geneston

Tél. 02 40 04 77 88

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



## Restaurant de la Vallée

Au cœur de la vieille ville de Clisson, cet endroit associe les charmes d'un environnement exceptionnel aux plaisirs de la table. Installé sur les bords de la Sèvre, avec une vue superbe sur le château, il suggère un voyage entre saveurs de terroir et saveurs d'épices. Le cœur du gourmet balance alors entre le foie gras au Muscadet vendanges tardives, le poisson à la tahitienne, ou bien le civet de chevreuil façon hachis Parmentier et le samossa de poisson au gingembre.

### Ex. de plats proposés :

Entrée Belle-Île-en-Mer et Marie-Galante.  
Nem croustillant au gigot d'agneau confit, jus de sangria.  
Tentation chocolat et piment, glace aux fèves de tonka.

Midi : **L M M J V S D** / Menu : 22€

Soir : **L M M J V S D** / Menu : 29€

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 21€

Menu enfant : 12€

♻️ salle

1 rue de la Vallée

44190 Clisson

Tél. 02 40 54 36 23

[www.restaurant-delavallee.com](http://www.restaurant-delavallee.com)





## **Les Tables de Nantes accessibles à tout moment !**

*Retrouvez cette sélection de restaurants sur notre site internet :*  
***[www.lestablesdenantes.fr](http://www.lestablesdenantes.fr)***

***Grâce au moteur de recherche intégré,  
croisez les critères et trouvez le restaurant idéal !***

Vous souhaitez inviter vos beaux-parents dans un restaurant à petit prix, en terrasse et avec une belle cave ? Le site internet fait le travail pour vous et vous propose une sélection d'établissements qui répondent à ces critères.

### ***Resto roulette***

Les aventuriers curieux peuvent utiliser cette option pour choisir aléatoirement un restaurant à découvrir.

Si la proposition ne vous convient pas, relancez le Resto roulette !

### ***Un resto à trouver en urgence ?***

L'option « around me » vous indique le(s) restaurant(s) à proximité.



La version anglaise de ce guide est également disponible sur le site.

# Index

- A**  
À l'ardoise p.23  
À ma Table p.15  
Abbaye de Villeneuve p.51  
Abelia (L') p.23  
Alexandre (L') p.33  
Atelier d'Alain (L') p.15  
Atlantide (L') p.33  
Au fil des saisons p.65  
Auberge du Cens p.51  
Auberge la Gaillotièrre p.65  
Auberge Nantaise p.66  
Aux Petits Oignons p.34
- B**  
B.A. Ba Restaurant p.46  
Beckett's Canteen (Le) p.34  
Bénéureau (Restaurant) p.52  
Bistrot à Gilles (Le) p.35  
Bistrot de l'Île p.46  
Bistrot l'Alchimiste p.24  
Bistrot Nantais (Le) p.66  
Bonne Auberge (La) p.67  
Bouche à Oreille (Le) p.35  
Bouchon (Le) p.24  
Brasserie Hôtel Mercure Gare Sud (La) p.16  
Brasserie Z'O p.52  
Break (Le) p.25
- C**  
Café du Manoir de Procé p.36  
Carré Blanc (Brasserie Le) p.53  
Caudalies (Les) p.53  
Champs d'Avaux (Les) p.54  
Chants d'Avril (Les) p.16  
Charrette (Le) p.36  
Chaumièrre (La) p.54  
Cigale (La) p.37  
Civelle (La) p.47  
Clémence p.67  
Cou de la Girafe (Le) p.25  
Coup Fourré (Le) p.17  
Crêperie du Bocage p.37  
Crêperie du Théâtre p.43
- D.G**  
Divatè (La) p.68  
Domaine du Petit Plessis p.55  
Du Coq à L'Âne p.55  
Écluse (L') p.56  
Embellie (L') p.26  
Enfants Terribles (Les) p.26  
Envol (L') p.56  
Étage (L') p.27  
François II (Le) p.57  
Gavotte (La) p.38
- Grapillon (Le) p.38  
Gressin (Restaurant Le) p.17  
Gribiche (Le) p.47
- H.M**  
Heb Ken (Crêperie) p.39  
Joiy p.40  
Laurence p.40  
Laurier Fleuri (Le) p.57  
Le 1 p.48  
Le 20 p.58  
Lulu La Nantaise p.48  
Lulu Rouget p.27  
Maison (La) p.58  
Maison Baron-Lefèvre p.18  
Manoir de la Boulaie p.68  
Manoir de la Régate p.59  
Monte Cristo (Le) p.59  
Montesquieu (Le) p.41
- O.P**  
Océanide (L') p.28  
Orée du Bois (L') p.60  
P'tit Bouillon (Le) p.28  
P'tit qu'a fait (Le) p.18  
Parfum de Crêpe p.41  
Pasta (La) p.29  
Pélican (Le) p.69  
Pellières (Les) p.60  
Penn Kalet p.29  
Petit Flore (Le) p.42  
Plan B p.19  
Poissonnerie (La) p.30  
Pré Gourmand (Le) p.61
- Q.R**  
Quartier Gourmand (Le) p.42  
Quintessia p.61  
Raffinerie (La) p.19  
Restaurant de la Vallée p.69  
Restaurant du Pont p.62  
Resto-revues p.30  
Rive Gauche (Le) p.62  
Romarin (Le) p.63
- S.V**  
Salon de Mlle B. (Le) p.31  
Song Saveurs et Sens p.43  
Square (Le) p.20  
Tavola (La) p.20  
Terroirs Bio p.49  
Tête Noire (Crêperie la) p.44  
Tontonic p.31  
U.Ni (L') p.21  
Villa Mon Réve p.70  
Villa Saint-Germain p.70



VINS DE LOIRE

**InterLoire Nantes,**  
**partenaire projet des Tables de Nantes**

*Bureau régional Nantais, c'est le véritable relais des actions d'InterLoire. Sa mission principale est d'assurer l'animation, la communication externe et locale de chacune des appellations des Vins de Nantes en cohérence avec la communication d'InterLoire.*

**COFELY Services**  
GDF SUEZ

**Cofely,**  
**partenaire officiel Arts culinaires**

*Acteur majeur des services en efficacité énergétique et environnementale, Cofely, groupe GDF SUEZ, est fier d'être l'unique Partenaire Officiel Arts Culinaires du Voyage à Nantes avec un engagement sur deux ans (2012-2013). Ainsi, COFELY affirme son appartenance à un territoire particulièrement dynamique, tourné vers l'avenir et un développement territorial pensé sur le long terme.*

*Société de services en efficacité énergétique et environnementale, Cofely conçoit, met en œuvre et exploite des solutions qui permettent aux entreprises et aux collectivités de mieux utiliser les énergies et de réduire leur impact environnemental.*



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

*SPL Le Voyage à Nantes.  
Siège social : 1-3 rue Crucy - BP 44022 Nantes Cedex 1  
Tél. 0 892 464 044 (0,34€ /mn)  
Siret 482 414 216 00044 RCS Nantes - NAF 9103Z*

*Textes : Francesca Torre*

*Photos : DR, non-contractuelles, fournies par les restaurateurs dans le cadre de l'appel à candidature ou par Le Voyage à Nantes, sauf p.8 et 9 (© Nautilus Nantes), couverture et p. 3, 4, 6, 10, 11, 12, 13, 19, 21, 27, 39, 43, 44 49, 62, 63 (© Le goût et les couleurs)*

*Maquette : Anima productions. Nantes*

