

# Guide Les Tables de Nantes

— Édition 2018 —



**Le  
voyage  
à Nantes**

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



# Choisissez selon vos envies

les critères de votre sélection :

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

**Nouveau !**

Nouveaux restaurants sélectionnés



Restaurants « Coups de pouce »



« Coups de cœur » éditions précédentes



Les adresses qui proposent au moins 5 Muscadets à la carte

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

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

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

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

# Vive la cuisine nantaise 2018 !

*« Les Tables de Nantes sont mortes, vive Les Tables de Nantes ! » Pour autant, ne remisez pas tout de suite au placard, la nappe, les couverts et les verres à pied. Car Les Tables de Nantes ne se sont jamais aussi bien portées.*

*Après un premier service initié dès 2011, il était temps pour le guide des restaurants et des bars à vins de Nantes de vous proposer à sa carte, un deuxième service. Ce dernier, toujours plus proche de vos attentes et des acteurs de la planète « manger » nantaise, fait aujourd'hui sa révolution. La photographie vivante des offres de restauration de qualité sur le territoire se devait de suivre la cadence imposée par des chefs, toujours plus nombreux, curieux et créatifs. Le rythme annuel des*

*Tables de Nantes n'était plus le bon, le plus adapté à une époque constamment en mouvement.*

*Aujourd'hui, Les Tables de Nantes, c'est un guide encore plus pratique et pertinent à retrouver en exclusivité sur ce site et une revue à boire et à manger que vous retrouverez deux fois an. Mâche se veut complémentaire de la politique gastronomique menée par Le Voyage à Nantes. Vous y découvrirez les trois Coups de pouce de cette édition 2018, des portraits, un agenda, des cartes blanches... Le tout rythmé par le ton singulier du Voyage à Nantes. On vous invite aussi à pénétrer dans les coulisses d'un guide où la sélection de bonnes tables s'opère selon les mêmes critères d'exigence qu'hier.*

# Vit'fait bien fait !

Depuis quelques temps, nous voyons fleurir à Nantes des adresses que certains initiés qualifient de "Fast Good". Ces lieux qui n'ont pas sacrifié la qualité de la cuisine et des produits sur le billot de la rapidité, vous proposent des formules abordables, salées et/ou sucrées, pour refaire le plein lors d'une pause déjeuner, un goûter en famille ou entre amis, avant de reprendre le travail ou le fil d'une ligne verte par exemple...



## A. Le Badérioc (cf carte p.32)

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

### Ex. de plats proposés :

Tartine fromage frais, tomate, avocat et poulet grillé  
Filet mignon au thé et à la badiane  
Tarte aux fraises sur confit de rhubarbe

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

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

Carte des plats mini-maxi : 8€ / 12€

4 rue du Chapeau Rouge  
44000 Nantes  
Tél. 02 28 08 96 91

## B. La Cantine d'Albert

(cf carte p.63)

Une cantine urbaine située Boulevard Einstein. Mais la théorie de la relativité ne vous sera d'aucune utilité pour identifier une restauration rapide de qualité, saine, fraîche et actuelle : poulet aux graines de coriandre, miel et abricots secs ; veau au lard, pastis et salsa aux herbes...

### Ex. de plats proposés :

Soupe betterave, citron, carvi, aneth  
Confit de dinde au céleri branche, citron, bière  
ambrée du Bouffay et risotto bianco  
Choux Albertine au chocolat blanc et mascarpone

Midi : **L M M J V S D** / 8€60 / 9€90

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

Carte des plats mini-maxi : 8€60 / 9€90

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

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



## c. Dînette

(cf carte p.20)

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

### Ex. de plats proposés :

Velouté de courge butternut,  
lait de coco et curcuma  
Lieu noir poché, sauce citron  
vert, quinoa aux petits légumes  
Tarte caramel, cacahuète et  
chocolat au lait

Midi : L M M J V S D

6€50 / 16€ (sem)

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi :

9€50 / 10€50

♻️ salle (Source : établissement)

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

## d. Dubrown Burger Café

(cf carte p.20)

L'une des premières adresses nantaises spécialisées dans le burger de qualité. Ici, la recette des différents buns (pains) a spécialement été élaborée par le patron pour bien accompagner chaque composition (9 !). Et pour finir, le cheesecake "parce qu'il le vaut bien !".

### Ex. de plats proposés :

Guacamole maison, citron vert  
et Corona  
Chelsea Burger  
Key lime pie maison

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi :

10€95 / 12€95

♻️ salle + toilettes (Source :

établissement)

12 rue Saint Léonard  
44000 Nantes  
www.dubrown.com

## e. Malumbi

(cf carte p.53)

**Nouveau !**

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

### Ex. de plats proposés :

Salade equata  
Mafé au Muscadet  
Crème d'avocat au lait de coco

Midi : L M M J V S D / 13€ / 16€

Soir : L M M J V S D

♻️ : salle (Source :

établissement)

20 rue Petite Biesse  
44200 Nantes  
Tél. 09 86 15 14 74  
www.malumbi.fr



## F. Merci Bernard (cf carte p.63)

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

### Ex. de plats proposés :

Salade Vosgienne  
Burger  
Brownie

Midi : L M M J V S D /  
14€ / 18€ (sem)

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

Carte des plats mini-maxi :  
11€ / 15€

♣ salle  
(Source : établissement)

28 rue Jules Verne  
44470 Carquefou  
Tél. 02 40 52 76 64  
[www.mercibernard.net](http://www.mercibernard.net)

## G. Papill' (cf carte p.10)

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

### Ex. de plats proposés :

Rillettes de saumon au citron vert et ciboulette  
Papillote au blé et quinoa,  
boulettes de bœuf aux épices douces, sauce tomate et basilic  
Cheese cake aux fruits rouges

Midi : L M M J V S D /  
11€20 / 14€10 (sem)

Soir : L M M J V S D  
♣ salle + toilettes  
(Source : établissement)

5 rue de Colmar  
44000 Nantes  
Tél. 06 03 13 05 04  
[www.papill.fr](http://www.papill.fr)

## H. La Passagère (cf carte p.32)

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

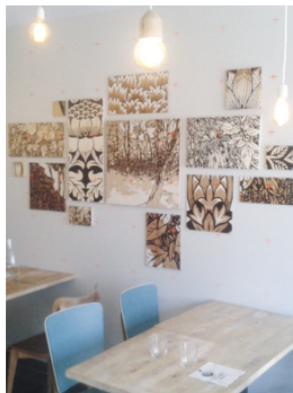
### Ex. de plats proposés :

Saumon fumé par nos soins  
Filet de Saint-Pierre, légumes de notre jardin  
Croustillant chocolat et caramel  
beurre salé

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

Soir : L M M J V S D  
♣ salle + toilettes  
(Source : établissement)

1 rue du Puits-d'Argent  
(Passage Pommeraye)  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 89 50 50  
[www.baron-lefevre.fr](http://www.baron-lefevre.fr)



## I. Poisson Paré

(cf carte p.32)

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

### Ex. de plats proposés :

Terrine de bulot en gelé vinaigrette  
Merlu, crème infusée au gingembre, purée de patate douce citronnée et légumes sautés  
Poire pochée et crème de mascarpone

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

10€ / 16€50 (sem)

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

10€ / 18€40 (sem)

☺ salle

(Source : établissement)

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

## J. Ramen Ya

(cf carte p.32)

**Nouveau !**

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

### Ex. de plats proposés :

Buns maison, porc rôti  
Ramen au bouillon Tonkotsu, nouilles maison, porc rôti, œuf mollet, huile à l'ail

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

10€50 / 18€

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

10€50 / 18€

☺ salle + toilettes

(Source : établissement)

26 rue de la fosse  
44000 Nantes  
www.facebook.com/ramenya.nantes

## K. So Good

**Brasil** (cf carte p.63)

Pas besoin de franchir l'Atlantique pour découvrir les saveurs (et l'ambiance) brésilienne, la Loire suffit ! Dans ce petit repaire de la route de Clisson, Luciana fait découvrir une véritable cuisine traditionnelle brésilienne : acarajé, feijoada, ximxim de galinha...

### Ex. de plats proposés :

Pao de queijo  
Feijoada  
Tiramisù aux fruits de la passion

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

11€50 / 15€ (sem)

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

20€ / 30€ (sem)

☺ : salle + toilettes

(Source : établissement)

131 route de Clisson  
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire  
Tél. 02 28 01 63 87  
www.sogoodbrasil.com





## L. Sugar Blue

(cf carte p.32)

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

### Ex. de plats proposés :

Salade quinoa/pois  
chiches/avocat/abricots  
secs/noix/feta  
Lasagnes  
butternut/chèvre/noisettes  
Cheese cake citron vert et coulis  
mangue/passion

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

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

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

♻️ salle

(Source : établissement)

4 rue de l'Arche sèche  
44000 Nantes  
Tél. 09 83 24 19 24  
[www.sugarbluecafe.fr](http://www.sugarbluecafe.fr)

## M. Suppli Factory

(cf carte p.32)

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

### Ex. de plats proposés :

Suppli  
Arancini  
Tiramisù

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

7€ / 11€ (sem)

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

7€ / 11€ (sem)

Carte des plats mini-maxi :

4€80 / 5€40

1 rue de l'Arche Sèche  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 17 79 28  
[www.supplifactory.fr](http://www.supplifactory.fr)

## N. Terroirs Bio

(cf carte p.53)

Le nom en dit déjà beaucoup : une véritable connexion au local et une démarche qui prône transparence et responsabilité environnementale ! Mais en plus de ça, c'est bon, c'est frais, ça fait du bien au corps et à l'esprit... On est alors prêt pour poursuivre la découverte de l'île de Nantes.

### Ex. de plats proposés :

Galette d'avoine au curcuma,  
petits légumes, fromage frais  
fouetté aux herbes  
Burger végétarien

Lingot au chocolat au beurre salé

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

11€40 / 14€50

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

Carte des plats mini-maxi :

8€40 / 10€10

♻️ salle + toilettes

(Source : établissement)

9 rue Alain Barbe Torte  
44200 Nantes  
Tél. 02 51 86 25 60  
[www.terroirs-bio.fr](http://www.terroirs-bio.fr)



## o. Totum Nouveau ! Cantine Bio

(cf carte p.32)

Pascal Roy (ex chef de la Table des Roy) confirme avec cette nouvelle adresse, qu'une cuisine bio, végétarienne et sans gluten peut être festive, colorée et délicate. Un bonheur à déguster tout au long de la journée, en salé ou en sucré.

### Ex. de plats proposés :

Risotto aux 3 quinoa, asperges blanches et « tofumage » au tamari

Polenta crémeuse à la mâche et au citron confit, endives braisées à la lucuma, champignons bruns marinés

Pomme pochée à l'emoliente façon tatin, sorbet poires tapées, vin rouge de Touraine et épices

Midi : **L M M J V S D** / 13€ / 19€

Soir : **L M M J V S D** / 13€ / 19€

11 quai Turenne  
44000 Nantes  
Tél. 06 10 53 22 20  
[www.totumcantine.bio](http://www.totumcantine.bio)



# Les Coups de Pouce



*Cette année à nouveau, les Coups de Pouce des Tables de Nantes célèbrent des binômes particulièrement attachants qui viennent booster la cuisine nantaise et l'inscrire à la fois dans l'époque mais aussi dans le lieu. Ainsi on y « mange Nantes », sa culture, son histoire et ses produits comme nulle part ailleurs !*

*Et si la complémentarité entre la salle et la cuisine est là encore mis en avant, que ce soit avec les « couples » de La Poissonnerie et pas que et de la Villa Saint-Germain (avec cette fois madame en cuisine et monsieur en salle), nous avons découvert cette année un formidable duo père et fils au Manoir de la Régate. Une belle histoire du fils rentré au pays après un long voyage... où comment porter un nouveau regard sur les produits nantais dans l'une des maisons emblématiques de la gastronomie nantaise.*

*Alors comme disent les anglais, « the best is yet to come ».*



## Le Manoir de la Régate

(cf page 71)

Depuis le milieu des années 90, cette ancienne « maison joyeuse » flirtant avec l'Erdre a fait de la bonne cuisine sa raison d'être. Pourtant, Le Manoir de la Régate connaît une deuxième jeunesse avec l'arrivée de Mathieu Pérou il y a un an. Après avoir parcouru les tables des frères Ibarboure à Guéthary, de Thierry Drapeau au Logis de la Chabotterie ou de Tetsuya Wakuda à Sydney, le jeune chef de 25 ans est revenu à la maison, pour accompagner son papa. Une fois le round d'observation passé, le clan Pérou trouve son rythme de croisière où le produit et le terroir sont au cœur du voyage.



## La Poissonnerie et pas que

(cf page 29)

« À une heure d'ici, nous avons des criées magnifiques ! Les poissons sont pêchés dans la nuit et livrés tous les matins... » Sous-entendu, n'allez pas chercher plus loin, on est bien. Les mots sont signés Manuel Le Gouil, jeune chef océanique (mais pas que...), et Audrey, son épouse, qui se positionne au centre de l'établissement comme la garante du service-confort de la salle depuis quatre ans. Ici, les cuisiniers se passionnent pour le travail des coquillages, le goût d'iode prime et c'est le maraîcher qui décide.



## La Villa Saint-Germain

(cf page 86)

Depuis maintenant dix ans, La Villa Saint-Germain, installée à l'ombre de la Tour d'Oudon, fait le bonheur de Marie, « chef autodidacte » se remettant constamment en questions, et de Sébastien, « breton voyageur » et amoureux « des vins de vigneron ». Ici, on vient passer un bon moment, en toute convivialité, comme des amis à la maison. Au centre de la table, des produits d'ici que le couple relève avec des épices de là-bas et qui créent des émotions en faisant découvrir des associations inattendues.

— Centre ville —  
**Gare / Champs de Mars / Madeleine**



- 1. À ma Table
- 2. Le Baco Saveurs
- 3. Bé2M
- 4. Brasserie Félix
- 5. Les Brassés
- 6. Café de l'Orangerie
- 7. Les Chants d'Avril

- 8. Cocotte
- 9. Izakaya Joyi
- 10. La Maison Baron-Lefèvre
- 11. Nazca Cebicheria
- 12. O Bistrot Quai
- 13. La Passerelle de Marcel
- 14. Plan B

- 15. Le P'tit qu'a fait...
  - 16. La Raffinerie
  - 17. L'U.Ni
- Vit'fait, bien fait ! :**  
**G. Papill'**



## 1. À ma Table

Une maison qui reste populaire grâce à des plats d'une qualité « à l'ancienne » et un décor vintage, tous deux fortement appréciés par les nostalgiques d'une époque qu'ils n'ont pas connue. La salle mêlant mobilier de bistrot, boiseries et larges miroirs, attire les employés du quartier le midi et marche aussi le soir pour un rendez-vous entre copains. Ardoise différente tous les jours, vins joviaux, ambiance informelle.

### Ex. de plats proposés :

Salade d'anchois frais marinés et truite du fumoir  
Onglet de veau à la crème de foie gras et brisures de truffes  
Tatin de poire, chocolat noir

Midi : **L M M J V S D** / 21€

Soir : **L M M J V S D** / 22€

🚶 : salle (Source : établissement)

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



## 2. Le Baco Saveurs

Une cuisine généreuse, gourmande, faisant preuve d'inventivité, vous est proposée dans ce restaurant à quelques pas du lieu unique. Dans un cadre chaleureux, intimiste, confortable, où les tables sont bien espacées (dont une en retrait pour un petit groupe), le jeune chef produit d'alléchantes assiettes calées sur ce qu'offre la nature saison après saison. L'amabilité de l'accueil et du service lui vaut une fréquentation méritée.

### Ex. de plats proposés :

Œuf parfait, asperges blanches et vertes, blinis au seigle, estragon  
Suprême de volaille de Challans Label Rouge à l'ail des ours et son jus  
Streusel cacao, gelée chocolat noir, mousse chocolat au lait, sésame

Midi : **L M M J V S D** / 16€50 / 25€

Soir : **L M M J V S D** / 34€ (sem)

8 allée Baco  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 83 81 83  
[www.lebacosaveurs.fr](http://www.lebacosaveurs.fr)



**I ♥**  
Muscadet !

## Gare / Champs de Mars / Madeleine



### 3. Bé2M

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

#### Ex. de plats proposés :

Tarte fine de maquereau fumé par nos soins,  
crème de raifort et échalotes confites  
Lard ibaiama confit, poêlée d'asperges  
et champignons, sorbet cèpes  
Demi-sphère chocolat Michel Cluizel, ananas  
rôti, crème passion

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

Soir : **L M M J V S D / 33€ (sem)**

Carte des plats mini-maxi : **19€ / 26€**

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

32 bis rue Fouré  
44000 Nantes  
Tél. 09 80 77 61 72  
www.be2m.eu



### 4. Brasserie Félix

La situation, la vue, et le service courtois efficace, font pencher la balance en faveur de cette brasserie contemporaine (bel espace vitré design) en face du canal Saint-Félix, où les businessmen et les congressistes viennent le midi pour des classiques revisités dans un style novateur. Les formidables plateaux de fruits de mer et les prix raisonnables (vue la qualité des plats proposés) font que l'on y passe un bon moment. Choix pertinent de bouteilles.

#### Ex. de plats proposés :

Huitres creuses n°3 de la Baie de Bourgneuf  
Tartare de bœuf charolais, coupé au couteau,  
préparé à votre table  
Brioche perdue, poire rôtie au miel et crème  
glacée

Midi : **L M M J V S D / 16€ / 28€**

Soir : **L M M J V S D / 28€**

Carte des plats mini-maxi : **9€ / 26€**

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

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





## 5. Les Brassés (Hors plan)

On y écluse des bières artisanales brassées sur place, dont la *Spring Break Bear*, *Thank you very mousse* et *Qui mousse n'amasse pas rousse*, accompagnées de classiques de brasserie bien sentis. Un endroit parfait pour en faire sa cantine du midi, mais cette brasserie pour apéritifs prolongés fait aussi les beaux soirs de ce nouveau quartier sorti de terre dans Malakoff, avec un décor très clairement industriel (le processus de fabrication de la bière est intégré dans la déco).

### Ex. de plats proposés :

Tempura de maquereau  
Côte de cochon de Vendée Label Rouge grillée à la braise, pommes dauphines au Curé Nantais et jus corsé  
Gâteau nantais des Brassés

Midi : L M M J V S D / 14€ / 17€

Soir : L M M J V S D

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

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

5, mail Pablo Picasso  
44000 Nantes  
Tél. 02 28 29 31 01  
[www.lesbrasses.fr](http://www.lesbrasses.fr)



## 6. Café de l'Orangerie

L'occasion de prendre un bol d'air en ville... Dans le Jardin des Plantes, une adresse tranquille, où les effluves de la collection de rosiers (1 580 arbustes) se mêlent aux fumets d'une cuisine actuelle sincère, à base de produits frais de saison. Et aussi, une agréable terrasse, près d'une aire de jeux pour enfants, où l'on aime s'attarder, avant de découvrir les installations de Claude Ponti, ou avant de prendre un train (proximité gare). Service gentil, bons vins locaux, réservation conseillée.

### Ex. de plats proposés :

Velouté de topinambours et noisettes,  
chips de Serrano  
Filet de cabillaud et khaska, potimarrons confits au gingembre, sauce au tamari  
Cheese cake et lemon curd

Midi : L M M J V S D / 17€50

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 12€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

15 rue Gambetta  
44000 Nantes  
Tél. 02 28 44 27 08  
[www.facebook.com/cafe.de.l.Orangerie/](http://www.facebook.com/cafe.de.l.Orangerie/)



## Gare / Champs de Mars / Madeleine



### 7. Les Chants d'Avril

Les amateurs d'une cuisine gourmande, où la sincérité des produits est immédiatement perceptible, ont trouvé une perle dans ce modèle de bistronomie par excellence. C'est donc en toute confiance, qu'ils parcourent, d'étonnement en étonnement, le menu mystère, et ses saveurs inédites, associées à de beaux flacons du vignoble nantais. Atmosphère et déco conviviales (casiers disposés çà et là autour des tables).

#### Ex. de plats proposés :

Crèmeuse de panais et Saint-Jacques, popcorn de sarazin, huile de noisette Vigeon et citron  
Retour de criée, grenailles, shiitake et bouillon de langoustines, condiment aux algues  
Choux craquelin aux fraises, espuma fromage blanc et glace maison

Midi : L M M J V S D / 19€ / 22€50

Soir : L M M J V S D / 26€50

♻️ salle (Source : établissement)

2 rue Laënnec (angle rue Emile Péhant)

44000 Nantes

Tél. 02 40 89 34 76

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

I ♥  
Muscadet !



### 8. Cocotte

Derrière une vieille enseigne de boucherie, cette vertueuse cocotte nantaise excite bien des convoitises grâce à une carte travaillée avec beaucoup de créativité autour de la... volaille ! Canard (magret fumé, magret, burger), canette, poulet (de Bresse), pintade, caille, etc. les volatiles se retrouvent cuits ou crus dans de belles assiettes. Les propositions agui-cheuses sont si nombreuses qu'une poule n'y retrouverait pas ses poussins ! Carte des vins plutôt bio. Déco baroque (lustres à pampilles) en noir et blanc.

#### Ex. de plats proposés :

Tartare de magret de canard à l'huître  
Pigeon rôti au miel, salade d'herbes, tomates rôties  
Tiramisù à la rhubarbe et à la Suze

Midi : L M M J V S D / 16€ / 22€

Soir : L M M J V S D / 32€ / 38€

Carte des plats mini-maxi : 28€

27 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. 02 40 84 12 44

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



## Gare / Champs de Mars / Madeleine



### 9. Izakaya Joyi

C'est avec une précision métronomique épatante que d'authentiques plats japonais sortent de la cuisine de cet izakaya (bistrot) contemporain (tables basses Kotatsu et tables classiques), combinant sushi bar, épicerie et atelier de cuisine. On y apprécie le spectacle magnifique de la découpe du poisson et la qualité des urakami, kushiyaki, gyosa, sashimi, tataki et yakitori. À associer avec du saké ou du Muscadet.

#### Ex. de plats proposés :

Huître n°2 (Sarzeau) panée au Panko, bouillon dashi infusé au gingembre et yuzu  
Daurade grillée au sel de Guérande, wasabi et daikon rapé  
Tempura de glace et caramel au beurre salé

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

Soir : **L M M J V S D** / 29€ / 40€ (sem)

🚻 salle + toilettes (Source : établissement)

4 rue de Colmar  
44000 Nantes  
Tél. 02 28 29 35 71  
[www.izakajoyi.fr](http://www.izakajoyi.fr)



### 10. La Maison Baron-Lefèvre

Dans l'antre du truculent Jean-Charles Baron, un ancien entrepôt maraîcher revu dans l'esprit loft industriel, on vous sert une cuisine de terroir gourmande et généreuse qui fait toujours mouche. C'est pourquoi certains aiment que rien ne change. À l'ardoise évoluant avec les saisons, toutes sortes de tentations, parfois giboyeuses, vous font de l'œil. Cave plus qu'imposante (visible dès l'entrée).

#### Ex. de plats proposés :

Escarlots bio de Vendée, espuma d'ail  
Pavé de bar en croûte de sel  
Démouille de Guérande (choux, chantilly vanillée et cœur caramel beurre salé)

Midi : **L M M J V S D** / 18€50 / 26€

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

Carte des plats mini-maxi : 16€50 / 33€

🚻 salle + toilettes (Source : établissement)

33 rue de Rieux  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 89 20 20  
[www.baron-lefevre.fr](http://www.baron-lefevre.fr)

**I ♥**  
Muscadet!





## 11. Nazca Cebicheria

Une « vraie » cuisine sud-américaine à Nantes, c'est un fait suffisamment rare pour le préciser ! L'occasion de découvrir le cebiche : du poisson cru mariné dans les vives fulgurances d'un « leche de tigre » parfaitement dosé en acidité (citron vert, ail, oignon rouge, coriandre) accompagné de pain au maïs ou bien de chips de manioc. Service attentionné et pédagogique. Côté liquides, on se délecte d'authentiques vins d'Amérique latine (ni bodybuildés, ni caricaturaux) bio ou en biodynamie.

### Ex. de plats proposés :

Tiradito de maigre sauvage, persil racine, ail noir aomori, asperge  
Cebiche de dorade grise de ligne, gaspacho de petit pois, framboise, menthe  
Sorbet tomate en arbre, rhubarbe, fraise  
Gariquette, sablé au thé matcha, combawa

Midi : L M M J V S D / 15€ / 18€

Soir : L M M J V S D / 15€ / 18€

♻️ salle (Source : établissement)

31 rue Fouré  
44000 Nantes

Tél. 02 40 35 34 30

[www.cebicheria.wix.com/nazca](http://www.cebicheria.wix.com/nazca)



## 12. O Bistrot Quai **Nouveau !**

Face à la gare Nord, le couple qui tenait « Our » (le kebab chic) change totalement de registre pour se mettre en mode bistrot de quartier, bien placé, fourbissant de vrais plats mijotés. Cela donne de délicieuses recettes actuelles, locavores et de saison (le midi), mais aussi des tapas salées ou sucrées (l'après-midi jusqu'à 20h). Chaque semaine, la carte change et l'ardoise affiche une assiette végétarienne différente. Plats chauds à emporter pour ceux qui ne peuvent manger sur place.

### Ex. de plats proposés :

Tartine de haddock, mousse de raifort et jus de mâche  
Maquereau rôti, sabayon moutarde à l'ancienne et grenailles  
Mousse pomme/poire, crumble Petit LU

Midi : L M M J V S D / 9€50 / 18€50

Soir : L M M J V S D / 6€ / 22€

Carte des plats mini-maxi : 5€ / 9€50

26 boulevard de Stalingrad  
44000 Nantes  
Tél. 02 53 78 50 90

**I ♥  
Muscadet !**





## 13. La Passerelle de Marcel

Pour une parenthèse relax, solitaire ou à plusieurs (terrasse idéale pour prendre un verre à la belle saison) ce lieu lumineux décoré dans l'esprit nordique offre plusieurs espaces brasserie, café et salon de lecture (grande bibliothèque de 6 000 ouvrages) devant ou derrière de grandes baies vitrées. Cuisine actuelle, efficace et variée, beaux casiers de vins et service aimable. Un choix judicieux pour son emplacement stratégique, proche de la Cité des Congrès, entre le canal Saint-Félix et la Loire.

### Ex. de plats proposés :

Tartare de dorade et saumon à la mangue et vanille gousse  
Entrecôte de bœuf Limousine, beurre de rognons, frites et roquette  
Brioche façon pain perdu, caramel au beurre salé et glace vanille

Midi : L M M J V S D / 15€ / 19€

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 16€ / 26€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

7 allée Jacques Berque

44000 Nantes

Tél. 02 51 86 60 56

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



## 14. Plan B

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

### Ex. de plats proposés :

Salade de wakamé au lieu jaune fumé  
Cailles laquées, réduction au cidre et mâche rouge nantaise  
Dôme meringué « Fouré » à la crème citron et fraises fraîches

Midi : L M M J V S D / 16€ / 21€

Soir : L M M J V S D / 19€90 / 25€90

Carte des plats mini-maxi : 9€50 / 14€50

♻️ salle (Source : établissement)

29 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. 02 85 37 15 02

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





## 15. Le P'tit qu'a fait...

Un petit endroit fédérateur favorisant des tables de parents et d'enfants à tous moments de la journée (brunch, déjeuner, thé, goûter, apéro). En plus de petits plats mijotés simples, frais et bio, des activités et animations ont été spécifiquement pensées pour les têtes blondes : ateliers de jeux, de lecture, de théâtre, de modelages, cours de cuisine (pour petits et grands). Petite terrasse.

### Ex. de plats proposés :

Mousse de sardine  
Tarte artichaut et tomates séchées  
Fondant au chocolat

Midi : **L M M J V S D** / 11€30 / 16€80

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

Carte des plats mini-maxi : 7€50 / 9€50

♠ salle (Source : établissement)

11 rue des Olivettes

44000 Nantes

Tél. 09 52 67 31 26

[www.leptitquafait.wordpress.com](http://www.leptitquafait.wordpress.com)



## 16. La Raffinerie

Une pépète bien placée dans un quartier qui ne manque pas de bonnes adresses, où un chef-alchimiste, en mode vitesse de croisière, n'y va pas par quatre chemins pour satisfaire tous les appétits. Tourné vers le terroir, il emballe son monde avec un répertoire bis-tronomique bien pensé (belles associations, saveurs équilibrées, cuissons millimétrées). À tel point, que certains disent qu'il transformerait tout ce qu'il touche en or ! Jolis vins en prime (sélection pointue balayant toutes les régions de France).

### Ex. de plats proposés :

Asperges blanches, œuf mollet croustillant, vieux Comté  
Agneau tout qui fond, pesto roquette  
Tartelette framboise/verveine, sorbet framboise

Midi : **L M M J V S D** / 21€ / 31€

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

Carte des plats mini-maxi : 19€ / 24€

♠ salle + toilettes (Source : établissement)

54 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. 02 40 74 81 05

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



**I ♥**  
Muscadet !





## 17. L'U.Ni

Un chef qui a été à bonne école et aborde les légumes comme une « matière première », parce qu'ils occupent une place de choix aux côtés de beaux produits du terroir. Magnifiés au plus haut point, ils provoquent des goûts et en réveillent d'autres, pour le plus grand bonheur des initiés, qui adhèrent les yeux fermés à cette cuisine d'auteur. Une claque pour le palais, complétée par de beaux flacons des proches environs.

### Ex. de plats proposés :

Foie gras de canard poêlé, coques, bouillon saveur thaï, pot-au-feu de cou de canard en fine feuille de poireaux  
Saint-Pierre à la plancha, premières asperges al dente, émulsion œuf/estragon/betterave/yuzu et bouillon acidulé à l'estragon  
Emulsion chocolat noir/sésame, craquant feuillantine cacahuètes/ananas/gingembre

Midi : **L M M J V S D** / 22€ / 62€

Soir : **L M M J V S D** / 41€ / 62€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 28€ / 30€

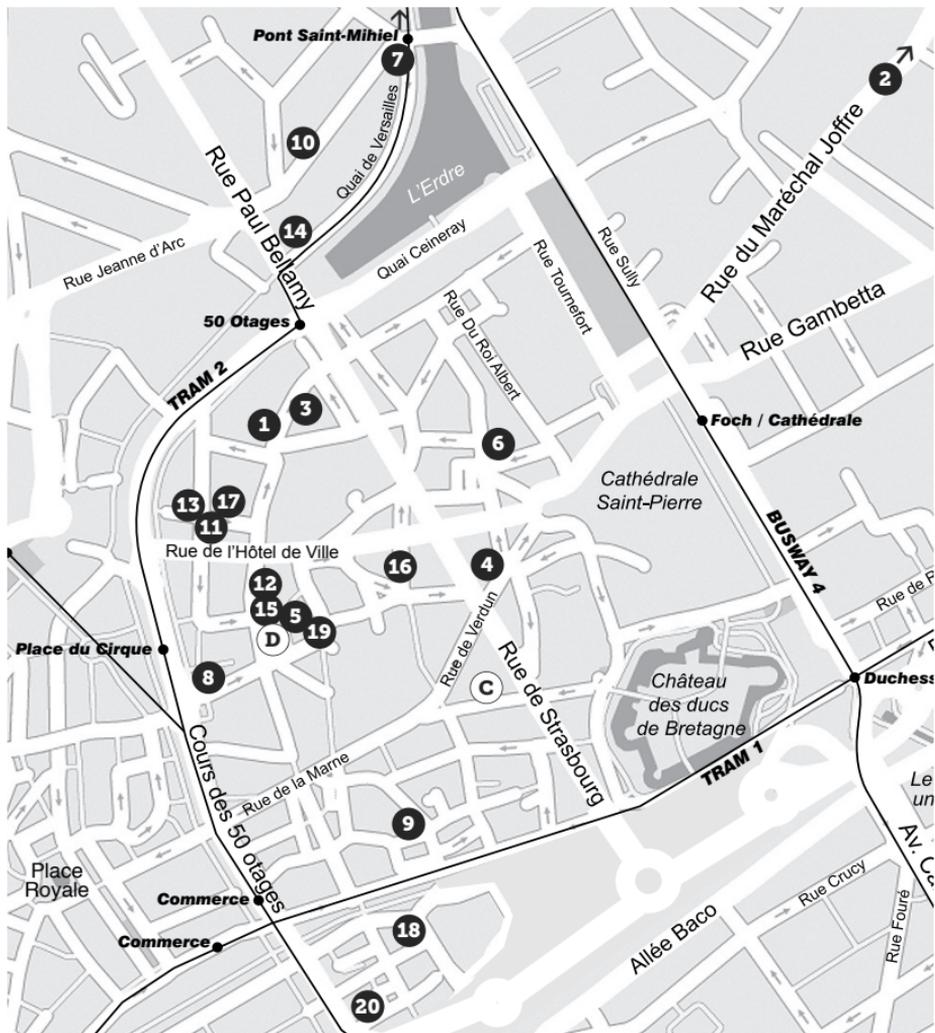
♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

36 rue Fouré  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 75 53 05

**I ♥**  
Muscadet !



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



- 1. À l'Ardoise
- 2. L'Abélia (Hors Plan)
- 3. Au Plaisir...
- 4. Bistrot L'Alchimiste
- 5. Le Bouchon
- 6. La Cachette
- 7. Le Café du Canal
- 8. Le Coin des Crêpes

- 9. Crêperie Fleur de sel
- 10. Cuit Lu Cru
- 11. L'Etrillum
- 12. L'Instinct Gourmand
- 13. Mademoiselle B
- 14. L'Océanide
- 15. La Pasta
- 16. Les Petits Saints

- 17. Pickles
- 18. La Poissonnerie et pas que
- 19. Le Reffet
- 20. Robin's

**Vit'fait, bien fait ! :**

- C. Dinette
- D. Dubrown Burger Café

## Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles



### 1. À l'Ardoise

Installez-vous à la table de ce solide petit restaurant pas prétentieux, qui va à l'essentiel avec des plats bien mitonnés, toujours agrémentés d'une pointe d'originalité. Les produits frais de saison (de plus en plus locaux), l'équipe attachante, les vieilles pierres et l'impressionnante liste des vins (de Loire et Muscadets) inscrite sur le mur-ardoise feront que vous passerez à coup sûr un bon moment.

#### Ex. de plats proposés :

Tataki de silure de Loire fumé au foin,  
condiment au wasabi et rillettes de mulet aux œufs de saumon  
Magret de canard sauce mangue/passion, frites de patates douces et jeunes pousses  
Charlotte avocat/chocolat

Midi : L M M J V S D / 13€ / 18€

Soir : L M M J V S D / 25€50 / 32€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 10€80 / 19€50

♿ salle (Source : établissement)

11 rue Léon Blum

44000 Nantes

Tél. 02 40 47 54 51

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



I ♥  
Muscadet!

### 2. L'Abélia (Hors Plan)

Bonne adresse perdue sur le Boulevard des Poilus, cette table classique a toujours ses fans, avec une cuisine appliquée, en prise directe avec le marché et les saisons, servie dans une maison XIX<sup>e</sup> s. tranquille et intime (jardin et verrière). Si l'on ajoute un bon rapport qualité/prix et une carte des vins brillante (beaux Muscadets et vins de Loire) cela vaut le déplacement vers cette valeur sûre, dans un quartier de Nantes pas franchement délirant.

#### Ex. de plats proposés :

Cassolette de langoustines du Croisic, pleurotes et petits pois, émulsion de crustacés  
Saumon et foie gras de canard poêlés,  
mousseline carotte/fenouil, endives caramélisées, blé noir et fumet gingembre/citron  
Gâche de Pâques fraise/rhubarbe servie tiède et son sorbet

Midi : L M M J V S D / 36€ / 42€

Soir : L M M J V S D / 36€ / 42€

Carte des plats mini-maxi : 12€50 / 22€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

125 boulevard des Poilus

44300 Nantes

Tél. 02 40 35 40 00

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



I ♥  
Muscadet!



### 3. Au Plaisir...

Une petite table fédératrice, où chacun trouve son compte quelque soit son âge, grâce à des assiettes ménagères, honnêtes, rassurantes, un peu comme à la maison. L'amabilité de l'accueil et les tarifs (qui ne vous mettrons pas sur la paille), sont deux autres prétextes pour se rendre dans ce petit restaurant installé dans une ruelle proche de la Préfecture. Cuisine oscillant entre évolution et tradition. Petite terrasse.

#### Ex. de plats proposés :

Tempura de sole au combava, printanière  
d'asperges et pois gourmand, crème de petits pois  
Ris de veau caramélisé  
Amandine sablée à la mangue caramélisée

Midi : **L M M J V S D** / 16€90

Soir : **L M M J V S D** / 32€90

Carte des plats mini-maxi : 19€90 / 24€90

♣ salle (Source : établissement)

10 rue Léon Blum

44000 Nantes

Tél. 02 40 89 41 56

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

**I ♥  
Muscadet !**



### 4. Bistrot L'Alchimiste

Un lieu près de la cathédrale qui attire de plus en plus les bons vivants pour sa prodigieuse sélection de vins que l'on peut déguster pendant les repas (gérante œnologue) et en privé certains soirs. Ils y trouvent de petits bijoux, à prix tout à fait corrects, disponibles au verre et à la bouteille, servis avec des assiettes gourmandes de très bonne tenue. L'idée première étant de parvenir à « l'alchimie parfaite » entre mets et vins.

#### Ex. de plats proposés :

Maquereau mariné au cidre, beurre condimenté  
Bar, écrasé de pommes de terre prunelles, sauce  
agrumes/galanga  
Saint Honoré

Midi : **L M M J V S D** / 20€60 / 25€70 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 35€ / 43€

Carte des plats mini-maxi : 21€ / 24€

♣ salle (Source : établissement)

7 rue Saint Denis

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 46 20

[www.bistrot-lalchimiste.com](http://www.bistrot-lalchimiste.com)

**I ♥  
Muscadet !**





## 5. Le Bouchon

On entre avec curiosité dans cette maison à colombages du XV<sup>e</sup> s. (il n'en reste qu'une poignée dans Nantes) et sa cour pavée abritant une jolie terrasse dérobée, qui attirent en toute confiance les adeptes d'une cuisine du monde conjuguant épices, saveurs lointaines et produits du marché. Les becs sucrés y viennent aussi pour les desserts faits maison bien préparés. Déco soignée (profusion de luminaires, lumière diffuse), intimiste (idéale pour un dîner en amoureux), service sympathique.

---

### Ex. de plats proposés :

Quartiers de sucrines, purée de carottes de sable nantaises, tuile de riz au kacha  
Carré d'agneau en chapelerie d'épices, ratatouille vanillée, chutney abricot  
Finger madeleine/menthe

---

Midi : **L M M J V S D** / 14€ / 17€

Soir : **L M M J V S D** / 30€ / 34€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 9€ / 25€

♿ salle (Source : établissement)

---

7 rue Bossuet  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 08 44



## 6. La Cachette

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

---

### Ex. de plats proposés :

Quenelle de panais, épinards frais, sauce curcuma  
Feuilleté maison et sa blanquette de lotte au safran  
Le gâteau au chocolat sans gluten et sa mousse chocolat

---

Midi : **L M M J V S D** / 12€ / 15€50

Soir : **L M M J V S D** / 19€50 / 22€50 (sem)

---

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





## 7. Le Café du Canal **Nouveau!**

Un véritable restau ouvrier comme on les affectionne, en plein cœur de ville (face à l'île Versailles), où il n'est pas rare de croiser des habitués en tenue de chantier, qui reviennent pour l'accueil adorable, attentionné, simple et direct et pour les buffets d'entrées et de desserts variés à bas prix (pensez à arriver tôt pour plus de choix). Tout est frais, cuisiné comme à la maison, la formule du jour change tout le temps, le Muscadet est bien choisi. Alors sur la jolie terrasse, aux beaux jours, on se sent un peu comme les rois du pétrole !

### Ex. de plats proposés :

Buffet d'entrées à volonté  
Filet d'aiglefin, sauce aux poivrons  
Amandine aux abricots

Midi : **L M M J V S D** / 12€50

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

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

39 quai de Versailles  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 74 19 08



## 8. Le Coin des Crêpes

Une néo-crêperie épicerie qui fait le plein pour ses galettes et crêpes bien au-dessus de la moyenne et pour son remarquable choix de produits (fruits et légumes bio, farine bio de Pont-l'Abbé, beurre motte et fromages Beillevaire, confitures, miel et jus de pomme bio). Auxquels viennent s'ajouter une bonne cave de cidres, bières et whisky bretons et une déco peu banale (chaises d'écoliers, étagères Tsé-Tsé). Brunch le samedi. Accueil avenant.

### Ex. de plats proposés :

Salade aux noix  
Mijoté de légumes (poivrons, oignons, carottes et tomates)  
Blé noir, confiture d'orange, chocolat et boule de glace pain d'épice

Midi : **L M M J V S D** / 10€50 / 11€50

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

Carte des plats mini-maxi : 3€ / 12€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

2 rue Armand Brossard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 35 39 36

[www.lecoindescrêpes@canablog.com](http://www.lecoindescrêpes@canablog.com)





## 9. Crêperie Fleur de sel

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

### Ex. de plats proposés :

La Galette beurre  
La Galette du Curé  
LU LU La Nantaise

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

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

♿ salle (Source : établissement)

3 rue de la Bâclerie

44000 Nantes

Tél. 02 40 12 44 36



## 10. Cuit Lu Cru **Nouveau !**

En prenant la suite de Tontonpic, le binôme nantais Anaïs en cuisine et Benjamin en salle, expriment leurs belles envies et l'intention d'inventer une nouvelle table bistrotière où tout est fait maison de A à Z. Les plats goûteux changeant chaque jour, réalisés avec les produits bruts et frais du marché Talensac, ainsi que les prix modestes encouragent à en faire sa cantine. Bon accueil.

### Ex. de plats proposés :

Cromesquis de pieds de cochon  
Pavé de merlu vierge de chorizo  
Crêmet nantais aux poires

Midi : **L M M J V S D** / 11€ / 16€50

Soir : **L M M J V S D** / 22€ / 28€ (sem)

5 rue Chateaubriand

44100 Nantes

Tél. 02 40 74 09 27

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





## 11. L'Etrillum

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

### Ex. de plats proposés :

Asperges blanches, mousseline citron/moutarde, toasts au parmesan, cébette  
Lotte, légumes de printemps, jus de crustacés, citronnelle  
Fraises et passion, sablés breton, chiboust vanille

Midi : L M M J V S D / 16€

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 7€ / 19€

22 rue Armand Brossard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 12 10 38  
[www.etrillum.fr](http://www.etrillum.fr)

I ♥  
Muscadet !



## 12. L'Instinct Gourmand

Une adresse « mine de rien » qui vire à la « divine surprise », et aime les foodies par ses propositions actuelles, colorées, très habilement cuisinées. On y apprécie les plats expressifs, aux goûts concentrés, francs du collier (les ingrédients ont le goût de ce qu'ils sont, fraîcheur et saisonnalité respectées) où il n'est pas rare qu'une ou deux étincelles donnent lieu à de petites fulgurances. On s'essuie le coin de la bouche conquis !

### Ex. de plats proposés :

Œuf parfait, oursins, mousseline de céleri, coulis de persil  
Filet de lotte, écrasé de scorsonères et piquillos, purée d'artichaut, coulis de piquillos  
Sablé breton, lime curd, meringue italienne, glace yuzu

Midi : L M M J V S D / 16€90

Soir : L M M J V S D / 32€ (sem)

14 rue Saint Léonard  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 41 64  
[www.linstantgourmand.com](http://www.linstantgourmand.com)

I ♥  
Muscadet !





### 13. Mademoiselle B

Dans un décor de bistro-brocante (meublier chiné harmonieusement assemblé) ce restaurant file à son rythme de croisière grâce à d'originales recettes composées des trouvailles du marché du jour et des légumes bio de la Ferme du soleil (Orvault). Tous les produits utilisés (qu'il soit question d'affinage, d'artisanat ou de provenance) sont d'une qualité indiscutable, alors on s'installe à cette table actuelle en toute tranquillité.

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Samoussas d'agneau, chou rouge croquant miel/citron/coriandre, raïta menthe  
Filet de canette, polenta crémeuse au parmesan et tomates confites, fondue d'épinards bio  
Riz au lait, gousse de vanille, caramel au beurre salé

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

**Soir : L M M J V S D / 25€ / 29€ (sem)**

**Carte des plats mini-maxi : 13€ / 20€**

**♿ salle + toilettes (Source : établissement)**

-----  
**13 rue Armand Brossard**

**44000 Nantes**

**Tél. 02 40 41 17 21**

**www.lesalondemademoiselleb.com**



### 14. L'Océanide

Une clientèle de connaisseurs va jeter l'ancre, sans se faire prier, dans ce restaurant travaillant superbement poissons et fruits de mer dans un écrin classique (boiseries, tables juponnées blanches, banquettes en cuir). Les pouvoirs d'attraction d'une étincelante pêche du jour (provenant de l'île d'Yeu, Saint-Guérolé, Lorient, Le Guilvinec et Erquy) et d'une carte des vins qui en impose (grands crus et beaux Muscadets), sans oublier la technicité du chef, les confortent dans leur choix.

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Les couteaux raidis aux oignons rouges et sauce carotte acidulée  
Pavé de bar sauvage rôti aux coques  
Coque chocolat aux fraises de Haute-Goulaine, sorbet

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

**Soir : L M M J V S D / 32€ / 85€ (sem)**

**Carte des plats mini-maxi : 35€ / 45€**

-----  
**2 rue Paul Bellamy**

**44000 Nantes**

**Tél. 02 40 20 32 28**

**www.restaurant-oceanide.fr**





## 15. La Pasta

Il flotte un air « d'Italia » dans cette piccola trattoria tenue par l'exubérantissime famille Nitto. Un cadre seyant à la fille (aux fourneaux) qui puise avec perspicacité dans ses racines transalpines pour réaliser de formidables pâtes fraîches, que l'on mange au coude à coude (bien pour se faire de nouveaux amis), à un prix raisonnable. Tout est bon et instille une petite dose de bonheur. Réservation recommandée car les amoureux de la « pasta » sont pléthoriques.

---

### Ex. de plats proposés :

La burrata, panettone grillé, tomates séchées des Pouilles  
Pasta ai funghi porcini  
Tiramisù

---

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 13€ / 18€

---

14 rue Saint Léonard

44000 Nantes

Tél. 02 40 47 33 22

[www.restaurantlapasta.wordpress.com](http://www.restaurantlapasta.wordpress.com)



## 16. Les Petits Saints

Nul besoin d'attendre le jugement dernier pour entrer dans ce paradis gothique : une ancienne chapelle du XVI<sup>e</sup> siècle. Sous de superbes voûtes en ogive, vous céderez inévitablement au péché de gourmandise. Titillé par cette envie de tout goûter, vous vous ruerez donc sur des assiettes bibliques, religieusement préparées, avant de fondre sur d'ensorcelantes « petites gourmandises » autour du chocolat. Service on ne peut plus prévenant.

---

### Ex. de plats proposés :

Coleslaw de légumes oubliés, haddock et langoustines, réduction de pommes vertes  
Bar rôti, purée de racines à la réglisse, crème de pamplemousse  
Sablé au chocolat extra amer, ganache au lait infusé au foin

---

Midi : L M M J V S D / 25€ / 49€

Soir : L M M J V S D / 25€ / 49€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 25€

---

1 place Saint Vincent

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 24 48

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





## 17. Pickles

Il n'y a qu'un chef anglais décomplexé pour inventer d'incisives associations, d'ici (produits du terroir) et d'ailleurs, qui affolent les papilles. Cette fantaisie locale dont le succès se juge par une salle qui ne désemplit pas (pensez à réserver) s'accompagne d'une atmosphère animée dans un décor actuel (brun et jaune pâle). À l'ardoise, des matières premières de qualité (de la terre et de la mer, à moins d'une heure) sélectionnées et associées avec acuité.

### Ex. de plats proposés :

Langoustine kadaïf / anguille laquée /

pak choï / bouillon shiitake

Veau bio de Benoît / asperge / pommes de terre nouvelles et courgettes d'Olivier / chou-fleur curry / oignon

Rhubarbe / fraises / lait Ribot / petit pois

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 22€

Soir : **L M M J V S D** / 46€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

2 rue du Marais

44000 Nantes

Tél. 02 51 84 11 89

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



## 18. La Poissonnerie et pas que

Les foodistas se passent le mot et sont de plus en plus nombreux à fréquenter ce lieu connu pour ses plats inventifs, bien concoctés, utilisant des produits océaniques d'exception mais pas que (petit clin d'œil aux amateurs de viande : osez pousser la porte !). Ils y sont aimantés par de jolies assiettes alertes (axées vers la mer et la terre, vous l'aurez compris), gentiment servies et dynamisées par quelques bons crus communaux. Prix faciles.

### Ex. de plats proposés :

Ravioles de tourteau de Loctudy, bouillon

livèche/céleri

Saint-Pierre sauvage, rencontre entre notre

Bretagne et le Japon

Sphère chocolat noir, sarrasin, fève Tonka

Midi : **L M M J V S D** / 19€50 / 39€

Soir : **L M M J V S D** / 29€ / 39€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 16€ / 31€

♿ salle (Source : établissement)

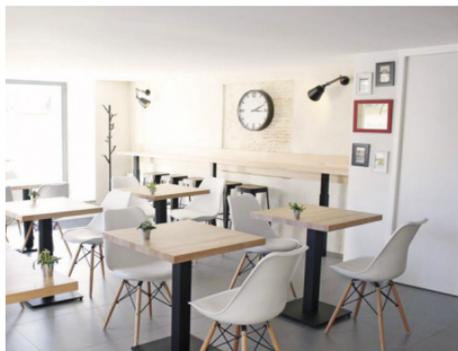
4 rue Léon Maître

44000 Nantes

Tél. 02 40 47 79 50

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





## 19. Le Reflet *Nouveau!*

« Banaliser la différence et permettre la rencontre » est l'objectif de ce restaurant où la moitié des employés sont des personnes porteuses de trisomie 21. En plus de lieux adaptés, d'assiettes imaginées pour une meilleure prise en main, les commandes se font par codes couleur. Tandis que la cuisine explore un registre bistrotier actuel. « Une véritable excursion culinaire et surtout humaine ! » (une complicité s'installe naturellement) qui bouscule agréablement les codes de la restauration.

### Ex. de plats proposés :

Samosas de gambas au basilic frais  
Tajine de poulet fermier aux légumes confits de saison  
Moelleux au chocolat noir intense, sauce carambar

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

Soir : **L M M J V S D** / 23€ / 27€

Carte des plats mini-maxi : 9€90 / 18€50

♻️ salle + toilettes

4 rue des 3 croissants  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 33 86  
[www.restaurantlereffet.com](http://www.restaurantlereffet.com)

**I ♥**  
Muscadet !



## 20. Robin's

Un concept innovant « le premier bar à dessert nantais » et une expérience gastronomique sucrée originale ayant évolué vers le... salé. Aux manettes, deux amoureux du goût et du bon (et de la technique), d'une débordante créativité, qui se penchent aujourd'hui sur une « Formule Dej » forcément gourmande en lien direct avec les étals du marché. À découvrir de toute urgence ainsi que le brunch du dimanche matin (de 10h30 à 13h30) mettant en valeur leurs coups de cœur du moment.

### Ex. de plats proposés :

Lieu noir rôti, mijoté de carottes au thym, carottes jaunes en crudités et sauce vierge aux herbes  
Robin's (autour du chocolat)

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 24€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 21€ / 33€

Carte des plats mini-maxi : 6€ / 24€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

1 bis allée de Turenne  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 82 71 59  
[www.fabriquerobins.com](http://www.fabriquerobins.com)



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



— Centre ville —  
**Commerce / Graslin**



- 1. A Cantina
- 2. Aristide
- 3. L'Assise
- 4. Au Coup d'Canon
- 5. Beckett's Canteen
- 6. Le Bistro du Cours
- 7. Le Bistrot du 7
- 8. Le Boudoir
- 9. Le Canclaux (Hors Plan)
- 10. Charles H
- 11. Chez Franklin

- 12. La Cigale
- 13. Crêperie de Brocéliande
- 14. Crêperie Heb Ken
- 15. Le Grappillon
- 16. Mam'zelle Breizh Crêperie
- 17. Le Petit Boucot
- 18. Roza
- 19. Sapio
- 20. Song Saveurs et Sens
- 21. Tapas et Vinos Restaurant
- 22. Crêperie de la Tête Noire

- Vit'fait, bien fait ! :**
- A. Le Badérioc
  - H. La Passagère
  - I. Poisson Paré
  - J. Ramen Ya
  - L. Sugar Blue
  - M. Suppli Factory
  - O. Totum – Cantine Bio



## 1. A Cantina

Pour étoffer vos connaissances œnologiques et goûter de grands crus au verre, alors accourez au galop vers cet endroit de la rue Kervégan (Île Feydeau). Tout en observant les prouesses techniques d'Enomatic, une machine conservant le vin sans altération organoleptique, vous vous laisserez aussi séduire par des propositions redoutables d'efficacité, toujours bien présentées.

### Ex. de plats proposés :

Foie gras au piment d'Espelette, orange sanguine, poudre de cèpes, champignons de Paris  
Pavé de cabillaud cuit à basse température, beurre d'algues, gnocchis de pommes de terre  
Mille-feuille vanille, poudre de framboise, glace à la brioche grillée

Midi : L M M J V S D / 14€ / 15€90

Soir : L M M J V S D / 22€ / 28€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 15€50 / 23€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

28 rue Kervégan  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 68 83  
www.a-cantina.fr



## 2. Aristide **Nouveau!**

La décoration de ce nouveau lieu mérite autant d'attention que ses menus, avec trois espaces en enfilade ayant chacun son thème, sa couleur et son atmosphère : le bar contemporain (blanc) pour un verre, l'ambiance bistrot (rouge) pour les réunions informelles « after work » et le restaurant (bleu) plus élégant et feutré. Côté assiettes c'est un peu la même chose, on va du plus simple (du moins en apparence) au plus raffiné, mais la fraîcheur, les saveurs et l'inventivité sont toujours au rendez-vous ! Belle terrasse.

### Ex. de plats proposés :

Tartare de bulots, mayonnaise curry et navet cru  
Bar au lait d'algues, tombée de chou kale et rave, condiments bergamote  
Cube chocolat guanaja, cœur moelleux caramel beurre salé

Midi : L M M J V S D / 22€90 / 45€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 35€ / 50€ (sem)

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

1 place Aristide Briand  
44000 Nantes  
Tél. 02 49 62 25 06  
www.aristidenantes.com





### 3. L'Assise

L'originalité du lieu tient du fait qu'il s'agit de l'ancienne salle d'audience du palais de justice, ce dernier ayant été transformé en hôtel haut de gamme (Radisson Blu). Aujourd'hui on s'y rend (sans assignation à comparaître !) pour son décor contemporain (boiseries blanches, fauteuils rouges, roses, violets, écran de projection) et pour ses bons menus consensuels adaptés à tous les portefeuilles.

---

#### Ex. de plats proposés :

Nuage de choux fleur et écrevisses  
Tronçon de merlu au citron confit, déclinaison autour du céleri  
Chocolat, caramel et Petit LU

---

**Midi : L M M J V S D / 17€ / 23€**

**Soir : L M M J V S D / 32€ / 45€ (sem)**

**Carte des plats mini-maxi : 23€ / 28€**

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

---

6 place Aristide Briand  
44000 Nantes

Tél. 02 72 00 12 14

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



### 4. Au Coup d'Canon **Nouveau !**

Un restaurant du style « couteau suisse » puisqu'il se transforme à volonté en bar à vins, en bar à tapas ou en bar de nuit un brin déjanté durant les soirées DJ, quand les tables valsent pour laisser place à un dance-floor improvisé ! Cela n'empêche pas l'assiette d'être tout à fait correcte, convoquant des recettes classiques de bistrot, en prise directe avec les saisons. Carte des vins futée. Ambiance, vous l'aurez compris... festive !

---

#### Ex. de plats proposés :

Œuf à la Nantaise (œuf mollet, pané, posé sur une crème au Curé Nantais)  
Magret de canard vendéen fumé maison, déclinaison de betteraves aux agrumes  
Gâteau nantais maison

---

**Midi : L M M J V S D / 15€70 / 18€70 (sem)**

**Soir : L M M J V S D / 27€90 / 32€90 (sem)**

♻️ toilettes (Source : établissement)

---

12 rue Jean-Jacques Rousseau  
44000 Nantes

Tél. 02 40 35 62 57





## 5. Beckett's Canteen

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

### Ex. de plats proposés :

Salade asiatique au poulet grillé à la coriandre  
Risotto au safran d'Iran, éclats de coppa et shiitake rôtis  
Carrot cake à l'indienne, mascarpone au citron vert

Midi : L M M J V S D / 14€50 / 17€50

Soir : L M M J V S D / 23€ / 26€50

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 16€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

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



## 6. Le Bistro du Cours

Installez-vous sur la terrasse (chauffée) où derrière la vitre. Puis, révasez en observant le va et vient des passants ou l'énergie si particulière qui anime ce lieu aux allures de bistro parisien (serveurs portant bretelles et casquette, zinc, ardoises). Enfin, optez pour les classiques de brasserie bien fichus ou les formules du jour plus pointues, adoptées par les habitués du quartier, qui entraînent un peu tard le soir pour boire un petit verre en grignotant un plat simple. Petits prix

### Ex. de plats proposés :

Foie gras maison  
Souris d'agneau braisée au romarin, lentilles à la française  
Snickers BdC

Midi : L M M J V S D / 15€50 / 25€

Soir : L M M J V S D / 25€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 8€90 / 21€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

13 rue des Halles  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 13 16

I ♥  
Muscadet!





## 7. Le Bistrot du 7

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

### Ex. de plats proposés :

Cuisses de grenouilles en persillade  
Andouillette AAAAA à la paysanne  
Gâteau nantais

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 35€

Soir : **L M M J V S D** / 25€ / 35€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 25€

Menu enfant : 12€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

7 rue Voltaire  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 69 88 96  
[www.lebistrotdu7.fr](http://www.lebistrotdu7.fr)



## 8. Le Boudoir

On ne boude pas son plaisir en visitant cette alcôve baroque pour son décor de théâtre (miroirs dorés, sièges en velours violet) et ses formules succinctes oscillant entre cuisine du monde contemporaine et de bistrot. Le soir atmosphère feutrée de salon élégant avec des formules un peu plus raffinées. Bon accueil et réservation possible sur internet.

### Ex. de plats proposés :

Variation de foie gras  
Turbot en deux façons, sauce hollandaise  
au yuzu, fraîcheur de légumes  
Tiramisù revisité

Midi : **L M M J V S D** / 14€ / 17€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 36€ / 30€ (sem)

4 rue Santeuil  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 82 68 97  
[www.leboudoirnantes.fr](http://www.leboudoirnantes.fr)





## 9. Le Canclaux (Hors Plan)

Une carte courte qui atteint l'équilibre idéal entre l'utilisation de produits frais et de saison, des mets créatifs faits maison (des entrées aux desserts) et un renouvellement hebdomadaire (mais à chaque jour son menu). Verre de vin suggéré pour chaque plat. Propriétaires souriants (deux frères), bonne atmosphère dans une salle dans laquelle on mange épaule contre épaule. Jolie terrasse.

### Ex. de plats proposés :

« Burger » d'agneau, curmin, coriandre, légumes croquants, sauce blanche  
Filet de lieu jaune, asperges blanches, choux pointus, lardons, jus de langoustines  
Sablé breton, rhubarbe, crème fouettée réglisse

Midi : L M M J V S D / 25€50

Soir : L M M J V S D / 29€90

♣ salle (Source : établissement)

7 place Canclaux  
44100 Nantes  
Tél. 09 52 76 27 62  
[www.lecanclaux.com](http://www.lecanclaux.com)



## 10. Charles H

Dans ce lieu, design et cuisine font bon ménage mais à la sauce hollandaise (Sander Mulder), danoise (Poul Hennigsen), finlandaise (Eero Saarinen) pour ce qui concerne le mobilier présent dans les différents salons bon chic bon genre. Dans l'assiette tous les produits sont frais et tout est fait maison. Alors on s'y rend pour le menu renouvelé quotidiennement, la carte calée sur les saisons et le bel assortiment de Muscadets proposé. On peut également profiter de la terrasse aux beaux jours.

### Ex. de plats proposés :

Fraîcheur de crabe au curry vert et son tartare d'avocat  
Joues de lotte, sauce vierge et écrasé de pommes de terre Amandine  
Moelleux de Charles à la pistache et aux fruits de bois

Midi : L M M J V S D / 16€90

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 25€ / 40€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

1 place Graslin  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 83 24 88  
[www.restaurant-charlesh.fr](http://www.restaurant-charlesh.fr)





## 11. Chez Franklin **Nouveau!**

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

### Ex. de plats proposés :

Œuf cocotte au Curé Nantais, chorizo de chez Ospital  
Bar en croûte de sel, beurre nantais et pommes grenailles de Noirmoutier  
Gâteau nantais du chef aromatisé au vieux rhum

Midi : **L M M J V S D / 16€50 / 25€**

Soir : **L M M J V S D / 20€ / 30€**

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

10 rue Franklin  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 82 35 20  
[www.chezfranklin.fr](http://www.chezfranklin.fr)



## 12. La Cigale

On est presque intimidé par ce grand paquebot légendaire, exubérant d'ors, miroirs, faïences, sculptures, peintures, effervescent quelque soit l'heure du jour et de la nuit (ouvert jusqu'à 00h30). Toutefois, certains oiseaux diurnes et nocturnes sont toujours heureux de s'y réfugier, et de se pencher sur la carte des huîtres (Prat-ar-Coum, Gillardeau, de Cancale, vendéennes, etc.), les superbes plateaux de fruits de mer, les classiques de brasserie bien ficelés et l'impressionnante Muscadothèque.

### Ex. de plats proposés :

Terrine de foie gras de canard au Côteau du Layon  
Tartare de bœuf tranché au couteau  
Profiteroles au chocolat

Midi : **L M M J V S D / 16€ / 27€**

Soir : **L M M J V S D / 19€ / 28€**

Carte des plats mini-maxi : **8€50 / 25€50**

♣ salle (Source : établissement)

4 place Graslin  
44000 Nantes  
Tél. 02 51 84 94 94  
[www.lacigale.com](http://www.lacigale.com)

**I ♥**  
Muscadet!





### 13. Crêperie de Brocéliande

Cette immersion dans les mythes, légendes et sortilèges bretons, vous mène tout droit au Graal : de copieuses galettes de blé noir (bio), dont on choisit un à un les ingrédients frais et régionaux (ce qui offre une étendue de possibilités). La fabuleuse quête se poursuit avec de délicieuses crêpes sucrées, des bières bretonnes et du cidre sur-naturel, à damner n'importe quel barde !

---

#### Ex. de plats proposés :

Galette Beurre  
La Curée  
La Michoko

---

Midi : **L M M J V S D** / 5€ / 15€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 5€ / 15€ (sem)

♻️ salle (Source : établissement)

---

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



### 14. Crêperie Heb Ken

Une crêperie précédée par une excellente réputation que l'on teste les yeux fermés ! On y va pour l'excellence des produits du terroir, pour le savoir-faire et pour le plaisir gustatif généré par d'authentiques galettes de blé noir et crêpes au froment. Un lieu bondé qui défend les saveurs bretonnes de la farine, au cidre en passant par les fromages (Beillevaire), les fruits de mer (sardines, Saint-Jacques, calamars, etc.) et la charcuterie (saucisses, andouilles, etc.).

---

#### Ex. de plats proposés :

Galette saucisse au Muscadet  
Galette aux Saint-Jacques, sauce safranée  
Gâteau nantais

---

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

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

Carte des plats mini-maxi : 3€ / 15€

---

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





## 15. Le Grappillon

La promesse d'un voyage culinaire exotique vous attend dans ce restaurant, où dans la jolie pagaille d'objets dépareillés façon vide grenier, flottent de douces, très douces fragrances d'épices. Un environnement vite oublié quand arrivent les assiettes parfumées, fraîches, modérément relevées (juste ce qu'il faut). Réservation fortement conseillée. Micro-terrasse sur le trottoir dans une rue assez tranquille.

### Ex. de plats proposés :

Gaspacho carottes des sables/céleri  
branche/cumin/orange, samoussas végétariens  
Jambalaya de filet de merlu et crevettes roses  
Moeleux tiède de chocolat noir aux épices  
chaudes, rhum arrangé

Midi : L M M J V S D / 15€ / 23€

Soir : L M M J V S D / 23€ / 23€

Carte des plats mini-maxi : 9€50 / 15€50

♣ salle (Source : établissement)

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



## 16. Mam'zelle Breizh Crêperie

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

### Ex. de plats proposés :

Assiette de Breizh tapas : mignardises à base de galettes de sarrasin

La Bréhatine : galette de sarrasin au camembert, caramel au beurre salé et amandes grillées

L'Hoedicaise : pommes cuisinées, chocolat et crumble de Petit Beurre LU

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

Soir : L M M J V S D / 9€ / 16€

Carte des plats mini-maxi : 2€ / 8€20

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

4 rue du Chapeau Rouge  
44000 Nantes  
Tél. 02 72 65 94 02  
[www.creperie-mamzelle-breizh.fr](http://www.creperie-mamzelle-breizh.fr)





## 17. Le Petit Boucot

Les foodies sont sans réserve pour évoquer une cuisine de marché plutôt recherchée avec un petit twist de créativité. Les assiettes habilement exécutées ravigotent le palais des convives euphoriques, soutenues par de belles bouteilles intelligemment associées. Un conseil : commandez plusieurs entrées et partagez-les pour explorer le répertoire du chef.

### Ex. de plats proposés :

Mille-feuille foie gras/maquereau, vinaigrette  
Granny  
Lotte, patate douce, émulsion sésame noir  
Choco-mascarpone

**Midi : L M M J V S D / 12€ / 19€ (sem)**

**Soir : L M M J V S D / 20€ / 45€ (sem)**

**Carte des plats mini-maxi : 12€ / 25€**

♻️ salle (Source : établissement)

3 rue Lekain  
44000 Nantes  
Tél. 02 53 97 04 04  
[www.lepetitboucot.com](http://www.lepetitboucot.com)

**I ♥**  
Muscadet !



## 18. Roza **Nouveau !**

Une situation de rêve (face à l'entrée du Muséum d'Histoire Naturelle et son square arboré) pour cette table en devenir, tenue par le jeune chef intrépide, Jean-François Pantaléon. Fort de belles expériences dans de grandes maisons (La Mare aux Oiseaux, Anne de Bretagne, La Grande Cascade, Le Meurice, Apicius) et de sa propre affaire (Coretta, Paris XVII<sup>e</sup>), il vous gratifie d'une cuisine technique, intuitive et sensible qui fait parler d'elle, servie dans un décor qui en jette (signé Brune de la Guerrande). Service bien rythmé.

### Ex. de plats proposés :

Veau cru / anguille fumée / bouillon crémeux  
massala  
Ris de veau crousti-fondant / heliantis / citron  
Tarte chocolat citron vert / basilic / sorbet  
amande douce

**Midi : L M M J V S D / 20€ / 25€**

**Soir : L M M J V S D / 30€ / 40€**

**Carte des plats mini-maxi : 20€ / 30€**

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

3 place de la Monnaie  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 54 01 87





## 19. Sapio

Des recettes « sapides » (qui ont du goût et des saveurs délicates), calquées sur la saisonnalité, et ne faisant aucune concession sur la qualité des produits locaux, vous attendent dans ce lieu épuré et spacieux (bois clair, ardoise, cuisine ouverte, menus sur Ipad). Sélection des vins exigeante avec possibilité de déguster certains crus précisément aérés et mis à température grâce à la D.vine. Cours de cuisine et accessoires (arts de la table) à vendre à l'étage. Service attentif.

### Ex. de plats proposés :

Tatin de betteraves bicolores, quenelle de Saint-Maure aux herbes fraîches  
Pavé de lieu jaune, purée de céleri, légumes du moment  
Cheese cake breton au citron, coulis de confiture Muroise

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

Soir : **L M M J V S D** / 30€ / 35€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 18€ / 21€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

11 rue de la Clavurerie  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 57 06  
[www.sapio-arts.fr](http://www.sapio-arts.fr)



## 20. Song Saveurs et Sens

C'est sans se faire prier que l'on suit Nhung Phung (une sirène asiatique devenue nantaise) sur la vague (song) « Asian fusion » qu'elle nous propose d'explorer avec elle. Puis, on se laisse ensorceler par ses chants du bout du monde (produits d'ici, parfums de là-bas) aux parfums éloquents, associés avec beaucoup d'acuité. Un voyage qui vous met les papilles « sens » dessus dessous dans un cadre chic, bleu... outremer.

### Ex. de plats proposés :

Nems de gambas en voile de gaufrette  
Tigre qui pleure, jardin de mini légumes et riz thai  
Tamarin/chocolat

Midi : **L M M J V S D** / 14€50 / 18€50

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

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 28€

♻️ salle (Source : établissement)

5 rue Santeuil  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 88 07  
[www.restaurant-song.fr](http://www.restaurant-song.fr)





## 21. Tapas et Vinos Restaurant

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

### Ex. de plats proposés :

Pintxos de sobrasada  
Pintxos de presa ibérique  
Sphère de chocolat 70%

Midi : **L M M J V S D** / 15€90

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

Carte des plats mini-maxi : 1€50 / 18€

♻️ salle (Source : établissement)

15 rue Kervégan  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 86 91  
[www.tapasetvinos.fr](http://www.tapasetvinos.fr)



## 22. Crêperie de la Tête Noire

On est toujours ravi de passer sa serviette dans son col dans cette crêperie de qualité, proche de la Place Royale, tenue par une famille souriante et disponible. Dans cet ancien entrepôt de négociant en épices, sucre et rhum, point de carte longue comme un jour sans pain, mais un menu court, puisque tout ce que l'on consomme est frais et fait maison sous vos yeux. Un lieu où l'on se rend facilement en famille, alors n'oubliez pas de réserver.

### Ex. de plats proposés :

La Bigoudène : andouille de Guémené, pommes cuites, chiffonnade de salade  
L'Artichaute : fonds d'artichaut, champignons au beurre d'escargot, tomates cuisinées, chiffonnade de salade  
L'Albinou : caramel au beurre salé, chocolat maison et chantilly maison

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

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

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

♻️ salle (Source : établissement)

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



— Centre ville —  
**Vierme / Hauts Pavés**



- 1.** Analude
- 2.** Ariana
- 3.** Au Petit Raphaël
- 4.** Bistro Cubano
- 5.** Le Bistrot à Gilles
- 6.** Les Bouteilles

- 7.** By Sainbioz
- 8.** Crêperie l'Optimist
- 9.** Dilemme
- 10.** Lamaccotte
- 11.** Parfum de Crêpe
- 12.** Pierrot Gourmet

- 13.** Le Prologue
- 14.** La Salle à Manger
- 15.** Tartines et Bouchons
- 16.** La Terrasse du Stade  
(Restaurant du SNUC)  
(Hors Plan)



## 1. Analude

Près de l'ancien palais de Justice, un espace chic décontracté (tapissé de bois clair, peuplé de fauteuils de velours pourpre, de photos XXL) prodigue des assiettes contemporaines soignées, pleines de fraîcheur. Une jolie expérience qui démarre et se termine par une dégustation d'huiles et de grands crus de café, que l'on peut se procurer côté épicerie fine. De même que des sirops, des jus de fruits (Alain Milliat) et une sélection de 25 vins « coups de cœur ». Terrasse.

### Ex. de plats proposés :

Panacotta de fenouil au pastis bleu, langoustines rôties et fleurs de bourrache  
Filet de barbu, émulsion au champagne rosé, asperges poêlées et œufs de saumon  
Sablé breton, crèmeux chocolat, gelée coco/poivre de Jamaïque et glace 100 % cacao

Midi : **L M M J V S D** / 21€ / 45€

Soir : **L M M J V S D** / 45€ / 49€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

2 rue de la Bastille  
44000 Nantes  
Tél. 02 53 55 65 46  
[www.analude.fr](http://www.analude.fr)



## 2. Ariana **Nouveau!**

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

### Ex. de plats proposés :

Soupe royale à base de bouillon de veau, courgette, graines de soja, gingembre et coriandre  
Ravioles de poireaux cuites à la vapeur, bœuf haché, tomate et menthe séchée  
Crème cardamome et graines de sésame

Midi : **L M M J V S D** / 11€ / 15€

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

Carte des plats mini-maxi : 13€ / 23€

28 rue Léon Jamin  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 47 12 68  
[www.restaurant-ariana.com](http://www.restaurant-ariana.com)



— Centre ville —  
**Viarme / Hauts Pavés**



### 3. Au Petit Raphaël

Un bon petit bistrot de quartier chaleureux (nommé en hommage d'on ne sait qui) pris d'assaut par des voisins bien rencardés qui viennent y savourer des assiettes acérées, simples et limpides. Dans une salle tapissée de bois et de pierres, le service est cool et l'on se réjouit de goûter au menu laconique (ce qui est un gage de fraîcheur) qui change tout le temps. Alors attablez-vous and « feel good ! » d'autant plus que la sélection de vins est accrocheuse.

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Crèmeux au chèvre, radis bio d'Orvault, vinaigrette épicée  
Criée nantaise, betteraves colorées, riz noir  
Meringue moelleuse marron/myrtille

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

**Soir : L M M J V S D / 32€ (sem)**

-----  
100 rue des Hauts Pavés

44000 Nantes

Tél. 07 60 95 34 46

[www.resto-aupetitraphael.fr](http://www.resto-aupetitraphael.fr)



### 4. Bistro Cubano

On se met à l'humeur et aux appétits d'outre-Atlantique avec une cuisine voyageuse franco-cubaine-latino-américaine parfumée et épicée avec justesse, composée avec des produits locaux. Les excellentes assiettes mélangées et l'ambiance chaleureuse insufflée par un couple franco-cubain, concoctant d'extraordinaires cocktails, font que l'on se sent accueilli comme des amis. Seuls les prix sont sages !

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Ceviche de daurade, gingembre, coriandre et citron vert  
Ropa Vieja  
Dôme litchi, mangue et sablé friable

-----  
**Midi : L M M J V S D / 12€ / 17€50**

**Soir : L M M J V S D / 26€50 / 30€50 (sem)**

-----  
32 rue Léon Jamin

44000 Nantes

Tél. 02 51 86 60 98



## Viarme / Hauts Pavés



### 5. Le Bistrot à Gilles

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

#### Ex. de plats proposés :

Maki de saumon, concombre et perles acidulées  
Pluma de porc ibérique, jus de viande aux algues  
Pavlova aux framboises de chez Joseph

Midi : L M M J V S D / 19€90 / 34€90

Soir : L M M J V S D / 24€90 / 34€90 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 14€90 / 20€90

♿ toilettes (Source : établissement)

11 bis rue de la Bastille

44000 Nantes

Tél. 02 40 20 41 58

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



### 6. Les Bouteilles

Avec des airs de petit bistrot de quartier, cette table d'aujourd'hui, mettant en exergue des produits bruts irréprochables (sourcing top et marché de Talensac voisin) se visite surtout pour sa cave significative, son service rapide (apprécié le midi) ainsi que son décor convivial composé d'étagères de casiers et de bouteilles. Attention, adresse dangereuse ! Partout où le regard se pose, il y a de beaux flacons très tentants, ce qui incite à faire un trou dans son porte-monnaie ! Vente à emporter.

#### Ex. de plats proposés :

Croustillant de pieds de cochon, anguille fumée et pickles

Rouget du Croisic à la plancha, piperade confite, Morcon ibérique

Traou-mad aux framboises de Damien Rio

Midi : L M M J V S D / 20€ / 35€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 35€ / 50€

11 rue de Bel Air

44000 Nantes

Tél. 02 40 08 27 65





## 7. By Sainbioz

Un chef qui vous veut du bien et vous attend dans son restaurant nouvelle génération (déco moutarde, hilarants portraits de volatiles en habits suspendus sur les murs), pour vous faire goûter une cuisine saine et bio (produits de la ferme à la table). On retient les délicieux burgers (pain bio, poulet, canard, steak veggie), les tapas et autres ceviche bien condimentés, sans oublier les desserts qui font fondre les becs sucrés.

### Ex. de plats proposés :

Croustillant de Curé Nantais  
Veggy Burger et ses pommes de terre grenailles  
Pavlova

Midi : **L M M J V S D** / 12€60 / 20€

Soir : **L M M J V S D** / 15€ / 25€

Carte des plats mini-maxi : 11€50 / 22€

🚶 salle (Source : établissement)

34 rue Léon Jamin  
44000 Nantes  
Tél. 06 62 05 42 88  
[www.bysainbioz.com](http://www.bysainbioz.com)



## 8. Crêperie l'Optimist **Nouveau!**

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

### Ex. de plats proposés :

Galette ciboulette  
Caneton (galette au magret de canard séché au sel, miel, pignons de pin, mousse de chèvre et mâche nantaise)  
Girouette (crêpe au lemon curd et aux meringues zestées)

Midi : **L M M J V S D** / 9€10 / 18€50

Soir : **L M M J V S D** / 18€50

Carte des plats mini-maxi : 6€90 / 12€90

🚶 salle (Source : établissement)

20 rue Jean Jaurès  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 20 48 21  
[www.creperie-loptimist.fr](http://www.creperie-loptimist.fr)





## 9. Dilemme

C'est bien d'aller en tandem, chez cette jeune demoiselle (Elisa Pichaud, 26 ans), ex-Monté-Christo, qui vous étonnera avec des recettes fusion, mêlant cuisines française, italienne (elle est aussi passée par l'un des 10 meilleurs restaurants italiens au monde) et asiatique. Des combinaisons originales à découvrir dans deux salles tapissées de vieilles pierres, poutres apparentes, parquet de bois et cheminée (qui fonctionne en hiver) où règne une douce atmosphère.

### Ex. de plats proposés :

Gambas poêlées, polenta et son émulsion de betterave

Ballottine de pintade et son gâteau de pommes de terre à la noisette

Royal au chocolat et cacahuète

Midi : **L M M J V S D** / 10€90 / 28€80 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 24€80 / 28€80 (sem)

24 rue Jean Jaurès

44000 Nantes

Tél. 02 85 37 87 89

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



## 10. Lamaccotte

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

### Ex. de plats proposés :

Noix de veau by Luneau Papin

Lotte / légumes de saison / ail des ours

Choco / champignon

Midi : **L M M J V S D** / 20€ / 35€

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

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

63 rue de Bel Air

44000 Nantes

Tél. 02 85 37 42 30



**I ♥**  
Muscadet!





## 11. Parfum de Crêpe

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

### Ex. de plats proposés :

Salade, chèvre sur blinis, poitrine fumée, noix, tomates

Galette, camembert au lait cru, compotée d'oignons, pommes, épices

Crêpe, glace ou lait d'amande amer, nougatine maison, chantilly

Midi : **L M M J V S D** / 12€40

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

Carte des plats mini-maxi : 3€10 / 17€40

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

3 rue de la Bastille

44000 Nantes

Tél. 02 28 44 38 09

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



## 12. Pierrot Gourmet

Une belle atmosphère (décor rouge, parquet en bois, étagères de bouteilles) ramène les habitués vers ce néo-bistrot de la place Viarme, avec des assiettes sincères et de vieux millésimes de Muscadets qui provoquent l'admiration. L'ambiance jazzy, les diners concerts, la terrasse et les additions accessibles leur donnent entièrement raison. Cuisine de marché et de saison bien fichue, desserts faits maison.

### Ex. de plats proposés :

Tataki de saumon au gingembre

Parmentier de joues de bœuf au foie gras

Moelleux chocolat noir, cœur coulant de potimarron

Midi : **L M M J V S D** / 18€90 / 27€90

Soir : **L M M J V S D** / 21€50 / 27€90

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 19€

♿ salle (Source : établissement)

28 place Viarme

44000 Nantes

Tél. 02 40 35 25 57

[www.resto-pierrot-gourmet.fr](http://www.resto-pierrot-gourmet.fr)



**I** ♥  
Muscadet !



### 13. Le Prologue

Sans « préambule », on se dirige vers ce lieu au nom énigmatique, entre la place Viarme et la Tour Bretagne, articulé autour de deux salles en rez-de-chaussée, qui ne communiquent pas entre-elles, et une terrasse secrète sur cour. Avant que l'on nous expose le sujet : des assiettes fraîches, généreuses, gardant en ligne de mire les classiques français, qui y sont revisités avec beaucoup d'à propos.

#### Ex. de plats proposés :

Tartare de dorade au yuzu, caviar de bulots épicés  
Blanc de Saint-Pierre aux verts nantais, beurre de cacahuète  
Fin breton, rhubarbe confite et Gariguetta

Midi : **L M M J V S D** / 17€90 / 32€  
Soir : **L M M J V S D** / 24€50 / 32€ (sem)

14 rue du Capitaine Corhumel  
44000 Nantes  
Tél. 02 40 48 08 08  
[www.restaurantleprologue.com](http://www.restaurantleprologue.com)



### 14. La Salle à Manger

Un bistrot dans un appartement, qui pourrait aussi s'auto-baptiser rôtisserie. On y mange comme à la maison, en se régaland d'authentiques plats ménagers copieux et goûteux, rôtis sans trop de chichis, pour des prix modestes. Le service est charmant et efficace et si la devanture ne paie pas de mine, ce lieu convivial (doté d'une magnifique rôtissoire, vous suivez ?) s'est imposé comme une bonne cantine de quartier.

#### Ex. de plats proposés :

Rillettes de thon fumé  
Côte de bœuf cuite à la flamme  
Moelleux au chocolat très noir

Midi : **L M M J V S D** / 10€ / 17€  
Soir : **L M M J V S D**  
Carte des plats mini-maxi : 10€ / 15€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

54 rue des Hauts Pavés  
44000 Nantes  
Tél. 02 85 37 94 40  
[www.facebook.com/unerotisserieAnantes/](http://www.facebook.com/unerotisserieAnantes/)





## 15. Tartines et Bouchons

L'adresse chérie d'une clientèle d'habituez, de tables d'amis ou de copains d'enfance carnivores aimant l'esprit convivial d'un généreux petit restaurant de quartier. Dans une ambiance animée d'épicuriens, on se délecte de viande bovine bien préparée, bien assaisonnée ; de quelques poêlées de fruits de mer et de desserts faits maison. Comptoir central, divisant l'espace en deux, sur lequel on peut manger assis sur de hauts tabourets.

### Ex. de plats proposés :

La tartine de pieds de cochon au foie gras  
Le magret de canard de chez A. François,  
sauce bigarade  
Le Fondant Baulois

Midi : L M M J V S D / 17€ / 20€55

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 13€65 / 19€25

♣ salle (Source : établissement)

11 rue d'Auvours

44000 Nantes

Tél. 02 40 47 85 40

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



## 16. La Terrasse du Stade (Restaurant du SNUC) (Hors Plan)

Après un match, si vous avez l'estomac dans les talons et les canines bien aiguisées ruez-vous vers ce bar-brasserie club house, près des terrains de tennis et de rugby, pour une 3<sup>e</sup> mi-temps autour d'un verre (belle carte de Muscadets) ou d'assiettes testostéronées (protéines bovines). Une oasis de verdure de 5 hectares, à quelques minutes du centre ville, où l'on vient respirer... ou souffler. Petits déjeuners et brunch pour oiseaux matinaux ou pour adeptes des « morning meetings ».

### Ex. de plats proposés :

Asperges en 3 façons  
Filets de dorade, purée de vitelottes, flan de carottes et crème d'agrumes  
Nougat glacé aux pistaches et amandes, Petit LU

Midi : L M M J V S D / 17€50 / 27€

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 12€ / 18€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

74 boulevard des Anglais

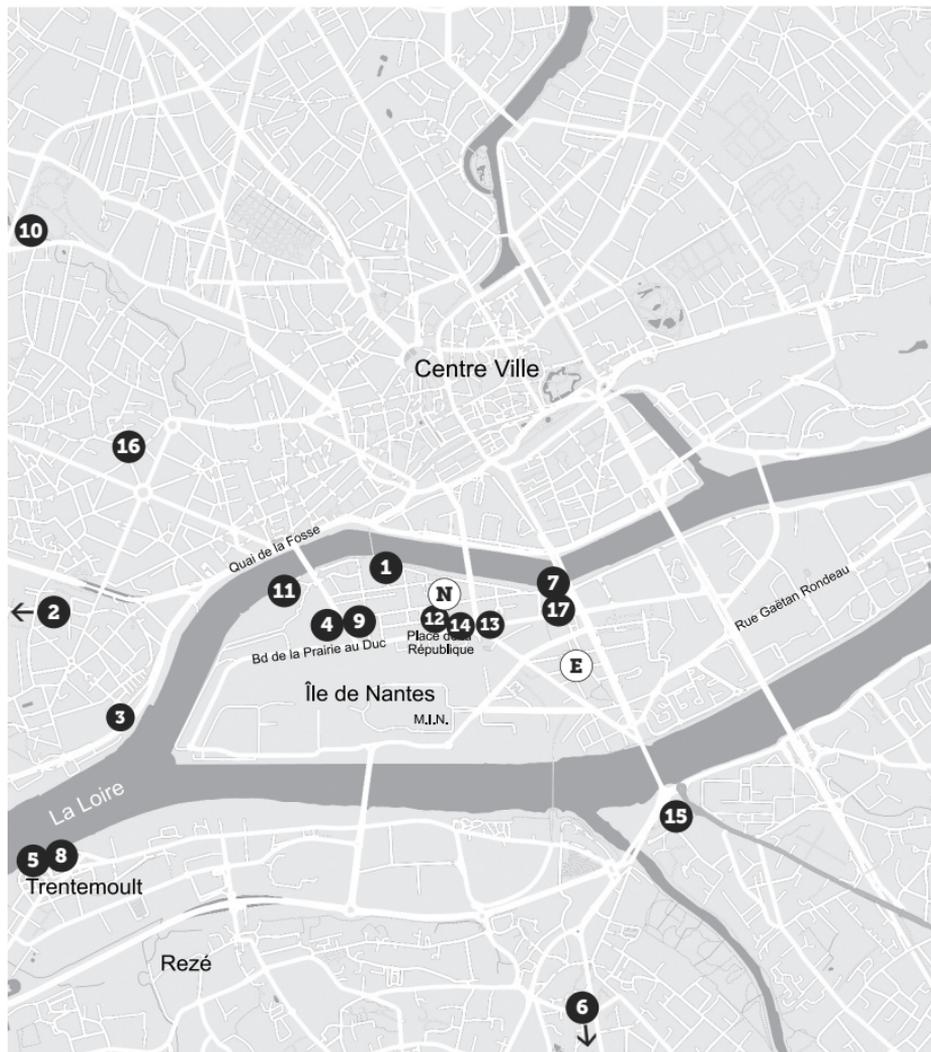
44100 Nantes

Tél. 02 28 25 47 66

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



— Autour du centre —



- 1. Le 1
- 2. À Boire et à Manger (Hors Plan)
- 3. L'Atlantide 1874 - Maison Guého
- 4. Brasserie Stereolux
- 5. La Civelle
- 6. Le Coraly (Hors Plan)
- 7. La Grande Barge

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

- 15. Le Rouge Ardoise
- 16. La Table de Yo
- 17. Ti Lichous

**Vit'fait, bien fait ! :**  
**E.** Malumbi  
**N.** Terroirs Bio



## 1. Le 1

Parfaitement situé au bord de la Loire, à proximité du Palais de Justice (signé Jean Nouvel) et de certaines œuvres d'Estuaire ou du Voyage à Nantes, on s'attarde avec plaisir dans ce lieu « urban chic » (grande surface vitrée, bois clair, cuisine visible) où sur sa terrasse en partie abritée (sous la *Canadienne* du collectif Fichtre). Cuisine moderne en adéquation avec le cadre. Cave exceptionnelle (beaux Muscadets, vins de Loire, etc.). Soirées dégustation.

### Ex. de plats proposés :

Chair de tourteau rafraîchie, fondue de tomate et crémeux d'avocat  
Dos de cabillaud en croûte de chorizo, pommes de terre écrasées aux herbes  
Figues rôties au miel, triangle nougat à l'essence d'orange

Midi : L M M J V S D / 16€ / 28€

Soir : L M M J V S D / 28€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

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

I ♥  
Muscadet !



## 2. À Boire et à Manger (Hors Plan)

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

### Ex. de plats proposés :

Terrine de campagne maison  
Dos de cabillaud, huile de roquette  
Gâteau des anges aux framboises

Midi : L M M J V S D / 16€10 / 17€10

Soir : L M M J V S D / 17€ / 25€

♿ salle (Source : établissement)

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

I ♥  
Muscadet !





### 3. L'Atlantide 1874 Maison Guého

Nantes est à vos pieds ! Dans l'espace vitré dominant la Loire (il y a aussi d'autres salles) et jouissant de l'une des plus belles vues de la ville surtout le soir quand les *Anneaux* de Buren s'illuminent ! La magie est aussi dans l'assiette, puisqu'une succession de petites merveilles arrivent les unes après les autres sur votre table. Jean-Yves Guého (une étoile au Michelin) vous convie en effet à une expérience stylée, entre agapes et épure, étayée par des vins en parfaite osmose, le tout servi par une équipe prévenante.

#### Ex. de plats proposés :

Pressé de foie gras et anguille fumée de Loire  
Sole filet collé/serré en viennoise et gel de citron bergamote  
Mojito comme un dessert

Midi : L M M J V S D / 40€ / 100€

Soir : L M M J V S D / 50€ / 100€

Carte des plats mini-maxi : 28€ / 40€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

5 rue de l'Hermitage

44100 Nantes

Tél. 02 40 73 23 23

[www.restaurant-atlantide.net](http://www.restaurant-atlantide.net)

I ♥  
Muscadet !



### 4. Brasserie Stereolux **Nouveau!**

Pour ceux qui sont à la recherche de quelque chose de différent, voici une brasserie néo-industrielle, sous les Nefs des Machines de l'île, accolée à une salle de concert prédominante dans le paysage culturel nantais (Scène de Musiques Actuelles). À midi, le menu court fait la part belle, avec imagination, aux légumes et protéines d'une AMAP. Le soir, changement d'atmosphère (on ne se sustente pas), le bar est pris d'assaut par des musiciens, techniciens et le public de la salle de spectacle. Prix modiques.

#### Ex. de plats proposés :

Tartare de tomates d'antan et mozzarella di buffala  
Bô Bun de bœuf façon Stereolux  
Gâteau nantais

Midi : L M M J V S D / 15€90 / 21€ (sem)

Soir : L M M J V S D

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

4 boulevard Léon Bureau

44200 Nantes

Tél. 02 53 46 32 00

[www.stereolux.org/bar-resto](http://www.stereolux.org/bar-resto)





Nouveau!

## 5. La Civelle

Une adresse parfaite quand on souhaite faire visiter Trentemoult à des amis de passage. On largue les amarres et la ville à bord du Navibus. On se dirige ensuite vers cette institution bien calée sur la jetée et ses deux salles vitrées (donnant sur la Loire) décorées chaleureusement (zinc, grandes tables, lampes industrielles). Puis, on cède à des assiettes bistrotières de bonne tenue et aux pépites de la cave démesurée. Enfin, on retombe sur terre quand arrive l'addition.

### Ex. de plats proposés :

Fraîcheur de poulpes et poivrons marinés,  
pickles de légumes, focaccia au thym-citron  
Le sandre de Loire vapeur, aligot au Curé et son  
beurre nantais  
Le sablé breton aux fraises, crémeux pistache

Midi : L M M J V S D / 29€50 (sem)

Soir : L M M J V S D / 29€50 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 17€50 / 39€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

21 quai Marcel Boissard

44400 Rezé

Tél. 02 40 75 46 60

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

I ♥  
Muscadet!



## 6. Le Coraly (Hors Plan)

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

### Ex. de plats proposés :

Saint-Jacques rôties, écume de coco et riz noir  
vénére soufflé

Poulet noir farci aux escargots bio, tarte fine de  
champignons et jus de volaille au Noilly Prat  
Gros macaron façon forêt noire et sorbet griotte  
maison

Midi : L M M J V S D / 18€ / 36€

Soir : L M M J V S D / 26€50 / 36€

Carte des plats mini-maxi : 8€50 / 21€

♣ salle (Source : établissement)

131 rue Aristide Briand

44400 Rezé

Tél. 02 40 05 15 37

[www.restaurant-le-coraly](http://www.restaurant-le-coraly)





## 7. La Grande Barge <sup>Nouveau!</sup>

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

### Ex. de plats proposés :

Carpaccio de betteraves et d'agrumes à la crème d'avocat

Bol de saison : mâche, lentilles au romarin, radis glacé, arancini aux épinards et à la carotte  
Baba au rhum

Midi : L M M J V S D / 17€

Soir : L M M J V S D

8 rue Grande Biesse

44200 Nantes

Tél. 02 53 97 65 40

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



## 8. La Guinguette

On y va pour la mini-croisière sur la Loire en Navibus pour le prix d'un ticket de tram, et on y reste pour profiter de la terrasse sur l'eau ou de ses salles sur deux niveaux. On s'y restaure aussi, bien entendu, de plats simplissimes (cuisine de tous les jours sagement tarifée) et c'est ce qui plaît, en admirant le kitschissime comptoir en coque de bateau. Accueil gentil, sans chichis.

### Ex. de plats proposés :

Foie gras de canard maison à l'ananas et fruit de la passion

Filet de sandre au beurre blanc, purée de chou romanesco et pommes de terre

Crème brûlée à la vanille de la Réunion

Midi : L M M J V S D / 16€10 / 25€90

Soir : L M M J V S D / 25€90 (sem)

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

♿ salle (Source : établissement)

20 quai Marcel Boissard

44400 Rezé-Trentemoult

Tél. 02 40 75 88 96

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





## 9. LuluRouget

Un nouvel espace, une nouvelle énergie qui pourraient bien propulser cette table, pleine de verve et de technicité, sur le devant de la scène gastronomique. Installée dans le nouveau pôle urbain de l'île de Nantes, sa déco est dans le même esprit contemporain que celui de la cuisine du jeune chef devenu la coqueluche des foodies avertis. Une table bien dans son époque présentant de beaux flacons de vins de terroir (cave vitrée visible).

### Ex. de plats proposés :

Lames de Saint-Pierre crues, crémeux avocat et quinoa soufflé  
Rouget juste cuit, gnocchis «tout» verts et beurre de basilic  
Cannelloni de mangue au curry, sorbet citron/gingembre

Midi : **L M M J V S D** / 25€ / 45€

Soir : **L M M J V S D** / 55€ / 65€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

4 place Albert Camus  
(angle de la rue Arthur III)  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 47 47 98

I ♥  
Muscadet !



## 10. Le Manoir de Procé

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

### Ex. de plats proposés :

Fraicheur de crevettes, concombre, coriandre, avocat et citron vert  
Suprême de volaille fermier, risotto crémeux aux asperges  
Tartelette noisette/passion/citron

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 23€

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

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 14€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

44 rue des Dervallières  
44100 Nantes  
Tél. 02 51 86 47 23  
[www.facebook.com/Manoirdeproccenant/](http://www.facebook.com/Manoirdeproccenant/)

I ♥  
Muscadet !





## 11. O Deck

Un établissement flottant, non loin des Machines de l'île, bénéficiant d'un beau panorama sur la Loire avec Nantes en arrière plan (Quai de la Fosse et Notre-Dame-de-Bon-Port en ligne de mire). La décoration aux tonalités douces (grandes baies vitrées, cloisons de bois clair, fauteuils pastel), la cuisine sans falbalas et le service bien huilé agrémentent cette jolie carte postale. Vins choisis avec goût que l'on se procure au Chai 33.

---

### Ex. de plats proposés :

Cromesquis de Curé Nantais  
Pot-au-feu thaï au lieu jaune des criées locales  
Verrine mousse mascarpone, fraises confites et Petit LU

---

Midi : L M M J V S D / 16€ / 34€  
Soir : L M M J V S D / 27€ / 34€ (sem)  
Carte des plats mini-maxi : 16€ / 29€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

---

Pont 2 du Nantilus  
30 quai Fernand Crovan  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 71 71 00  
www.odeck.fr



## 12. Papalou

L'amabilité des propriétaires et la sincérité de petits plats goûteux, français, italiens, thaïlandais (parfois végétariens) rendent cette table très populaire le midi (réservation recommandée). D'autant plus qu'ils sont réalisés avec des produits fermiers, locaux et de plus en plus bio. Un bon moment en perspective dans une atmosphère agréable et un décor rouge et noir. Plats à emporter à avaler devant son écran ou sur les berges de la Loire toute proche. Accueil attentionné. Vins bien choisis.

---

### Ex. de plats proposés :

Terrine de poisson à l'indienne et sa petite sauce légère  
Tende de tranche, sauce béarnaise, pommes de terre sautées et jardinière de légumes  
Tartelette aux fruits de saison

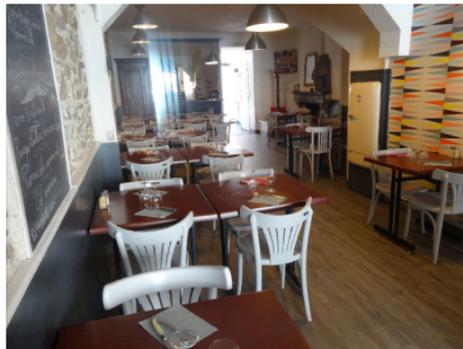
---

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

---

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





### 13. La P'tite Ardoise

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

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Samossa de poulet à l'indienne  
Mignon de cochon rôti façon thaï  
Brioche perdue, glace vanille, sauce caramel salé

Midi : **L M M J V S D** / 8€50 / 13€50

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

Carte des plats mini-maxi : 8€50 / 13€50

♿ toilettes (Source : établissement)

13 boulevard Babin Chevaye  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 69 66 20



### 14. République « Côté Jardin »

Ici les sérieux mangeurs glissent leur serviette dans leur col et s'extasient devant les entre-côtes de 200g, 300g et 700g (façon côte de bœuf à déguster à deux ou à plus) et bien d'autres belles pièces bouchères. Tandis que d'autres viennent pour la généreuse verve bistrotière du chef et ses préparations authentiques (pas forcément bovines), simples et fraîches servies dans un décor naturel (de bois et de pierres) ou dans une cour « côté jardin ». Le tout rincé de préférence par de bons crus communaux du Muscadet.

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Tartare de thon albacore à la seychelloise  
Filet de cabillaud sauvage au beurre blanc  
Baba au rhum maison

Midi : **L M M J V S D** / 18€95 / 35€

Soir : **L M M J V S D** / 23€ / 35€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 8€50 / 19€95

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

7 place de la République  
44200 Nantes

Tél. 02 40 84 20 00

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





## 15. Le Rouge Ardoise

Un petit restaurant de quartier (Saint-Jacques), que l'on a envie de conseiller à ses amis, pour sa déco chaleureuse (tables en bois clair, balance d'épicerie, barrique, casiers de bouteilles), sa charmante petite terrasse ombragée sous un bel eucalyptus, et pour sa cuisine prônant le « fait maison », bien pensée dans les mélanges de goûts et de saveurs.

### Ex. de plats proposés :

Tartare de truite fumée, gaspacho de concombre, julienne de Granny Smith et fleur de sel aux agrumes

Pavé de bar sauvage, asperges vertes et carottes fanes, vinaigrette à l'estragon et piment d'Espelette

Tiramisù pomme et caramel au beurre salé

Midi : L M M J V S D / 10€50 / 17€50

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 18€ / 23€

♻️ salle (Source : établissement)

48 rue Saint Jacques

44200 Nantes

Tél. 02 51 86 44 91



## 16. La Table de Yo

Incarné par une patronne qui prend plaisir à vous faire pénétrer dans son antre (sagement vintage : chaises en bois ou formica, tabourets industriels, plancher, zinc en inox), ce bistrot de quartier dans l'air du temps sert une cuisine maison (y compris le pain) intelligible, fraîche, inventive jour après jour, qui remplit de joie ceux qui s'y attablent. Un endroit idéal pour un moment entre amis. Prix très gentils aussi.

### Ex. de plats proposés :

Gloire à l'œuf Bio

Pourquoi pas un peu de rognon ?

Yodélice

Midi : L M M J V S D / 14€50 / 18€50

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 29€ / 43€

♻️ salle (Source : établissement)

42 rue de la Ville en Bois

44100 Nantes

Tél. 09 83 30 77 44





## 17. Ti Lichous

Si vous voulez vous confronter à de la vraie cuisine bretonne (Kig-ha-farz, matelote et frigousse) l'entreprise peut se révéler un brin difficile. Mais ça, ce serait sans compter sur cet antre breton servant aussi de savoureuses galettes et crêpes escortées de cidres artisanaux et de produits bigoudens (à emporter). À compléter avec des desserts aussi emblématiques que roboratifs (gâteau et far bretons). *Gourc'hemmenoù les gars ! (félicitations).*

**Ex. de plats proposés :**  
Assortiment de lichoueries  
Kig-ha-farz  
Kouign Amann

**Midi : L M M J V S D / 8€50 / 25€**

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

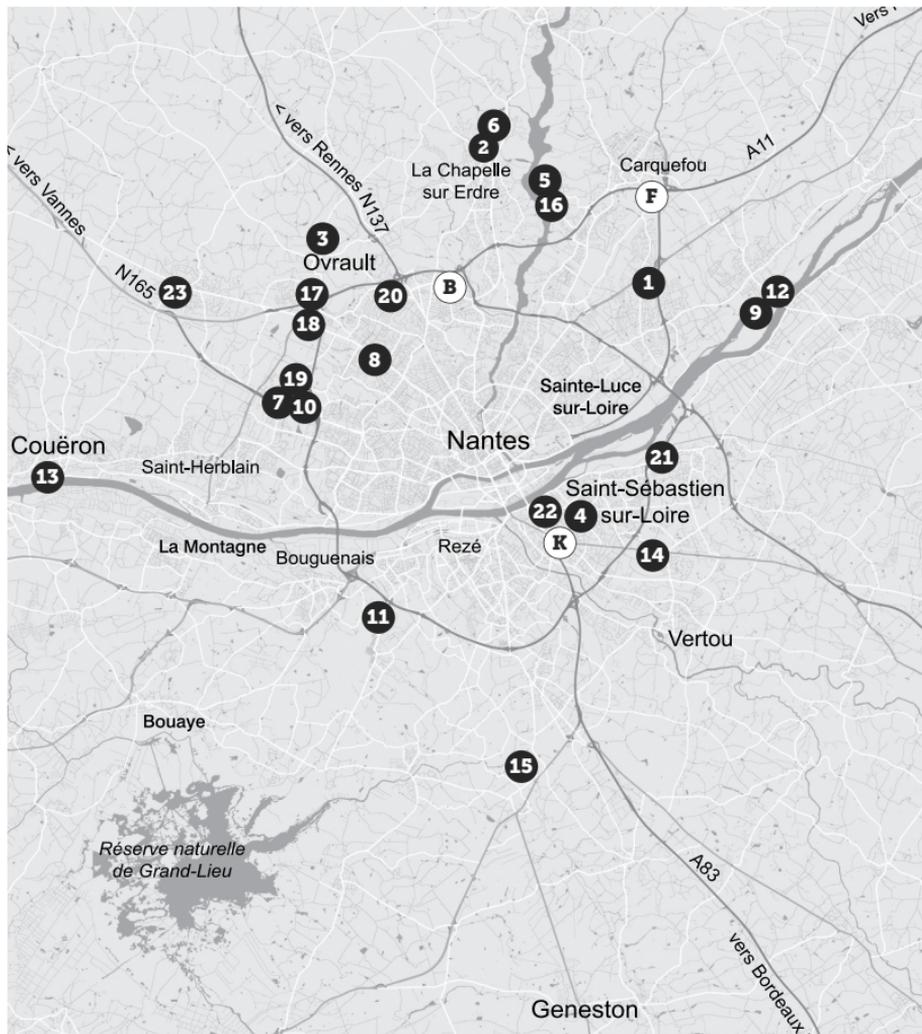
**Carte des plats mini-maxi : 2€80 / 15€**

**☞ salle + toilettes (Source : établissement)**

12 rue Grande Biesse  
44200 Nantes  
Tél. 02 40 35 44 60



## — Nantes Métropole —



1. Le 20
2. L'Archipel
3. Au Gré des Saveurs
4. Auberge de la Savarière
5. Auberge du Vieux Gachet
6. Le Bouquet Garni
7. Le Carré Blanc
8. Les Caudalies
9. La Chaumière
10. Du Bonheur dans la Cuisine

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

20. Quintessia
21. Le Restaurant du Pont
22. Le Rive Gauche
23. Le Romarin

**Vit'fait, bien fait ! :**

- B.** La Cantine d'Albert
- F.** Merci Bernard
- K.** So Good Brasil



## 1. Le 20

Avec sa situation excentrée, pas facile à débusquer dans la zone industrielle de Sainte-Luce (GPS obligatoire), on a l'impression de faire une trouvaille en venant dans cette brasserie chic, très prisée par ceux qui la connaissent. C'est en effet, plutôt agréable de s'attabler dans son décor rouge laqué et gris, composé de bois blond, de suspensions géantes, de fauteuils de velours colorés, d'autant plus que le chef y fait preuve d'imagination. Service pro, prix justes.

### Ex. de plats proposés :

Millefeuille de chèvre frais aux noix, courgette et tomate, pesto de mâche  
Suprême de volaille fermière d'Ancenis, mousseline de panais et morilles fraîches  
Déclinaison autour de la Garigouette

Midi : L M M J V S D / 18€80 / 24€80

Soir : L M M J V S D

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

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



## 2. L'Archipel

Un petit paradis culinaire à noter sur le carnet d'adresses de tous les foodies, pour sa délicieuse cuisine contemporaine, truffée d'inventions, métissée de percutantes notes asiatiques. Les assiettes remarquables, personnelles, bien équilibrées, l'accueil charmant et les prix modestes en font une affaire imbattable ! Le cercle des fines gueules qui connaissent le lieu s'élargit, alors n'oubliez pas de réserver !

### Ex. de plats proposés :

Sashimi de thon rouge et tartare de bœuf, framboise/shiso/betterave fumée  
Canon de lotte au miso, bouillon umami à l'ail des ours  
Pavlova pomme verte/estragon, biscuit citron

Midi : L M M J V S D / 21€50 / 17€

Soir : L M M J V S D / 26€ / 43€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 25€

♻️ salle (Source : établissement)

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





### 3. Au Gré des Saveurs

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

#### Ex. de plats proposés :

Escalopes de foie gras « Alain Francois » poêlées, asperges vertes, citron jaune, soja  
Aiguillettes de Saint-Pierre snackées « côté peau » au Vadouvan, petits pois, rhubarbe, Muscadet  
L'Entremet... chocolat noir, betterave, pomme verte, framboise

Midi : **L M M J V S D** / 19€ / 20€50 (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 29€ / 42€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

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



### 4. Auberge de la Savarière

Une auberge, logée dans un ancien chai de Muscadet, qui nourrit l'humble ambition de faire une cuisine française, simple et gourmande, dans un décor néo-rustique chaleureux (tonalités claires) avec cheminée et grandes tables blanches. Un lieu parfait pour célébrer un événement familial, toutefois il dispose également d'un patio ombragé et d'un salon privatif pour ceux qui souhaiteraient un peu plus d'intimité. Carte bien fournie en Muscadets et vins de Loire.

#### Ex. de plats proposés :

Duo de terrine de foie gras et terrine maison, chutney de pommes aux échalotes, toast brioché  
Caneton braisé de la Savarière, gratin aux deux pommes et sandre beurre blanc  
Mille feuilles fruits de saison, mousse de citron

Midi : **L M M J V S D** / 18€50

Soir : **L M M J V S D** / 27€ / 29€50

Carte des plats mini-maxi : 15€50 / 26€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

20 rue de la Savarière  
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire  
Tél. 02 40 54 61 87  
[www.auberge-savariere.com](http://www.auberge-savariere.com)





## 5. Auberge du Vieux Gachet

Une cuisine gourmande et élégante vous envoie sur un nuage avec des plats qui réinventent les recettes d'hier (boostées par de nouvelles saveurs) avec les techniques d'aujourd'hui. Le cadre romantique sur les bords de l'Erdre (grande surface vitrée et terrasse à la belle saison) vous incite à arriver tôt et à repartir tard. Assiettes et desserts soignés dont on se souvient.

### Ex. de plats proposés :

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

Midi : **L M M J V S D** / 22€ / 65€

Soir : **L M M J V S D** / 40€ / 65€ (sem)

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

Le Vieux Gachet

44470 Carquefou

Tél. 02 40 25 10 92

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

**I ♥**  
Muscadet !



## 6. Le Bouquet Garni

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

### Ex. de plats proposés :

Tournedos de maquereau fumé des Sables d'Olonne, patate douce poêlée, sorbet à la coriandre/citron vert

Dos de merlu poché de Saint Guérolé, cannelloni de navet daïkon au fenouil et au curry  
Religieuse maison, crème à la praline, glace lucuma

Midi : **L M M J V S D** / 21€50 / 36€

Soir : **L M M J V S D** / 27€ / 36€

Carte des plats mini-maxi : 23€ / 36€

♿ salle (Source : établissement)

38 rue Martin Luther King

44240 La Chapelle-sur-Erdre

Tél. 02 40 77 88 99





## 7. Le Carré Blanc

Considéré comme un lieu fiable, cette adresse sert des classiques de brasserie de bonne tenue dans une salle contemporaine (tonalités sable, comptoir blanc, grandes photos en noir et blanc). Le service attentif et expéditif ainsi que sa situation près du centre commercial Atlantis en font un endroit pratique pour un déjeuner d'affaires ou entre collègues, un dîner avant/après une séance de cinéma.

### Ex. de plats proposés :

Tartare de haddock, carmines et savora au caviar de hareng  
Saint-Jacques rôties, risotto crémeux aux champignons, livèche et huile de truffe  
Pomme et pruneaux confits Traou Mad, crème glacée pruneau, confiture de Vieux Garçon

Midi : L M M J V S D / 18€50 / 33€

Soir : L M M J V S D / 26€50 / 33€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 16€ / 25€50

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

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



## 8. Les Caudalies

Un conseil, ne passez pas à côté de ce lieu. De petites surprises culinaires, puisées dans un registre gourmand, oscillant entre modernité et patrimoine vous y attendent. Avec au rez-de-chaussée un restaurant raffiné et à l'étage un bar à vin informel, les deux soutenus par un splendide choix de casiers balayant tous les vignobles de France. Assiettes de charcuterie, de fromage, plats et desserts servis en bocaux au premier étage. Vins bien conseillés quelque soit la salle.

### Ex. de plats proposés :

L'araignée et les langoustines sur une tarte de légumes croquants  
Selle d'agneau et pesto d'épinard  
Le tout chocolat noir croquant et gourmand

Midi : L M M J V S D / 22€ / 52€

Soir : L M M J V S D / 22€ / 52€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 25€

♿ toilettes (Source : établissement)

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



I ♥  
Muscadet !



## 9. La Chaumière

Une cuisine d'hier et d'aujourd'hui, finement travaillée par le chef maître restaurateur Paul Olive, composée de beaux produits et aussi de poissons d'océan et d'eau douce (au beurre blanc), histoire de nous rappeler que la Loire reste un fleuve nourricier.

### Ex. de plats proposés :

Nem de caille, mâche à l'huile de noisette, espuma de céleri et noisette caramélisée  
Demi-pigeonneau rôti, sauce au porto acidulée, petite saucisse de cuisse de pigeon, rosace de pommes de terre  
Macaron pistache, ganache gianduja lait au citron, confit de poire, jus de poire caramélisé

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 46€

Soir : **L M M J V S D** / 17€ / 46€

Carte des plats mini-maxi : 13€50 / 22€

♣ salle (Source : établissement)

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

**I ♥**  
Muscadet !



## 10. Du Bonheur dans la Cuisine

Un bonheur simple comme bonjour, ouvert les soirs de spectacles au Zénith, où les vedettes sont les produits (frais) présents dans l'assiette et l'atmosphère chaleureuse d'une grande brasserie, propice aux réunions d'amis, de familles ou de collègues (le midi). Ses recettes classiques de brasserie bien ficelées mériteraient bien une « standing ovation », non ?

### Ex. de plats proposés :

Salade de canard de Challans confit aux salicornes  
Bar de La Turballe au jus de langoustines, légumes du Pays nantais  
Les fraises de Bouguenais sur un florentin au basilic

Midi : **L M M J V S D** / 21€ / 37€

Soir : **L M M J V S D** / 27€ / 37€

Carte des plats mini-maxi : 18€ / 31€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

Esplanade Georges Brassens  
44800 Saint-Herblain  
Tél. 02 28 25 28 00  
[www.du-bonheur-dans-la-cuisine.fr](http://www.du-bonheur-dans-la-cuisine.fr)





## 11. Du Coq à l'Âne

Un menu succint, conjuguant épices, légumes et produits des fermes voisines, devrait vous étonner dans cette campagne à 10 minutes du centre ville et à 2 minutes de l'aéroport. Alors attachez vos ceintures et laissez-vous piloter, sans erreur d'aiguillage, vers une cuisine savoureuse veggïe (mais pas seulement), locavore et bio. Restaurant adossé à une ferme pédagogique (clapiers, poulailler, bergerie) et du coup vente à emporter de bons produits fermiers.

### Ex. de plats proposés :

Salade tiède du moment  
Croustillant de porc fermier  
Fine tourtière de pommes et poires

Midi : L M M J V S D / 18€

Soir : L M M J V S D

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

La Ranjonnière  
44340 Bouguenais  
Tél. 02 40 34 72 10



## 12. L'Envol

Lors d'une balade le long de la Loire, en direction de Mauves, on découvre cette honorable petite table blottie derrière une vitrine rouge. On s'y arrête car le chef y nourrit son monde en s'appuyant sur des recettes traditionnelles rehaussées d'une pointe d'originalité. Parmi une clientèle d'habitues, qui aimeraient certainement garder cette adresse secrète, les nouveaux arrivants ne tarderont pas à déceler un bon rapport qualité-prix et un accueil sympathique.

### Ex. de plats proposés :

Tagliatelle de sarrazin et oignon nouveau,  
émincé de pieds de cochon et petits gris panés  
aux herbes  
Filet de turbot au pesto tomate et sauge  
Croustillant aux deux chocolats, kumquat confit  
et sa crème anglaise

Midi : L M M J V S D / 19€90 / 31€90

Soir : L M M J V S D / 21€90 / 31€90 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 11€ / 19€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

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





### 13. Le François 2

Les adeptes d'une cuisine classique raffinée ne peuvent pas se tromper en visitant ce restaurant, entre fleuve et campagne, à Couëron, où le chef se met en quatre pour vous régaler de plats respectueux des produits (fermiers régionaux) et des saveurs. Le décor chaleureux, les vieilles pierres, la cour intérieure fleurie (à la belle saison) et les menus (pour tous les portefeuilles) laissent en effet de bons souvenirs.

#### Ex. de plats proposés :

Tartare de poisson de nos côtes à la crème de carottes et potiron, mousse noisette  
Risotto de coing aux Saint-Jacques de Bretagne et jus brun  
Délice pomme/poire, mousse yuzu et sorbet chouchen

Midi : **L M M J V S D** / 16€50 / 57€

Soir : **L M M J V S D** / 30€50 / 57€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

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

I ♥  
Muscadet !



### 14. Le Laurier Fleuri

On ne commet aucune erreur en s'arrêtant dans ce lieu situé sur la route de Clisson. Bien au contraire ! La qualité des produits, la maîtrise des cuissons et l'assurance de goûter à la cuisine inspirée d'un chef qui a su imposer son style dans le paysage gastronomique nantais, vous le démontreront sans peine. Etant donné l'excellent rapport qualité-prix, la formule du midi constitue une très bonne affaire !

#### Ex. de plats proposés :

Sashimi de thon rouge, condiments de petits légumes, bouillon Dashi Combo  
Pavé de bar basse température, asperges vertes au parfum d'algue, sauce vierge chorizo/huitre  
Mousse de lait, zestes de citron cumbava, laque exotique mangue/papaye, sorbet fruits des îles

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

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

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 31€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

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

I ♥  
Muscadet !





## 15. L'Épicurien à l'Abbaye de Villeneuve **Nouveau!**

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

### Ex. de plats proposés :

Carpaccio de langoustine et homard breton en pickles

Poitrine de canette régionale, cromesquis soubise aux épices, jus noir végétalien et pleurotes du panicaud

Mille feuilles d'Arlette, chantilly de fromage blanc à la tonka, précieux de fruits rouges à l'huile d'olive

Midi : L M M J V S D / 36€ / 62€ (sem)

Soir : L M M J V S D / 36€ / 62€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 19€ / 29€

♻️ salle (Source : établissement)

Route de la Roche-sur-Yon

44840 Les Sorinières

Tél. 02 40 04 40 25

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



## 16. Le Manoir de la Régate



Associations habiles, qualité des produits, esthétique des assiettes et sens du détail caractérisent cette adresse boostée par un casting de rêve, Loïc Pérou, et son fils Mathieu, qui collectionne les grandes maisons : Thierry Drapeau, les frères Ibarboure et Tetsuya (à Sydney). Résultat, une cuisine d'émotions sacrément percutante et singulièrement travaillée à 4 mains. Déco contemporaine, service attentif et souriant.

### Ex. de plats proposés :

Foie gras et anguille fumée de l'Erdre

Sandre cuit dans l'argile

Balade au bord de l'Erdre

Midi : L M M J V S D / 22€ / 60€

Soir : L M M J V S D / 22€ / 60€

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 34€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

155 route de Gachet

44300 Nantes

Tél. 02 40 18 02 97

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





## 17. L'Orée du Bois

Un restaurant intemporel, chic et détendu, où l'on se régale d'une bonne cuisine bourgeoise mâtinée de modernité, exécutée par un chef qui jongle avec des classiques qu'il connaît sur le bout des ongles. Extrait de la ville et de ses bruits de moteurs, on en prend plein les yeux quand les assiettes travaillées tout en finesse arrivent sur la nappe, surtout si l'on est sur la terrasse ombragée sertie de petits bassins (à la belle saison). Belle sélection de vins de Loire bio.

### Ex. de plats proposés :

Langoustine saisie, asperges du Val de Loire, crèmeuse aux épices, chorizo  
T-bone de canard, polenta à la truffe, méli-mélo de légumes printaniers  
Sablé breton parfumé au poivre, agrumes, crèmeux vanille, fraise primeur, sorbet lait ribot

Midi : L M M J V S D / 25€ / 42€50

Soir : L M M J V S D / 42€50 / 47€50 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 19€50 / 38€50

♣ salle (Source : établissement)

94 rue de la Garenne

44700 Orvault

Tél. 02 40 63 63 54

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



## 18. Le Pavillon

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

### Ex. de plats proposés :

Salade d'asperges vertes du Pays nantais, langoustines des Sables d'Olonne  
Bar de la Turballe au beurre blanc, légumes primeurs de La Chapelle-Basse-Mer  
Charlotte aux fraises de Mr Vinet

Midi : L M M J V S D / 21€ / 28€50

Soir : L M M J V S D / 28€50 / 38€50 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 31€

379 route de Vannes

44800 Saint-Herblain

Tél. 02 40 94 99 99

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



I ♥  
Muscadet!



## 19. Les Pellières

À proximité d'une zone commerciale (Atlantis), on bascule dans l'univers néo-rustico-campagnard d'une longère (charpente en bois, verrière, murs chaulés) où un chef gaulois envoie de belles volailles fermières rôties, des cochons de lait grillés (dans le four à pain du jardin), de la tête de veau, mais aussi du saumon fumé maison, des veloutés de légumes de son jardin, ou de la sole meunière. Un répertoire généreux attirant les cols blancs, les tablées familiales et le public du Zénith (dîner avant-spectacle). Carte des vins couvrant bien les appellations du Val de Loire.

### Ex. de plats proposés :

Salade maraîchère de légumes de notre jardin,  
foie gras maison  
Dos de merlu vapeur au beurre blanc  
Poêlée de fruits de saison et glace vanille

Midi : L M M J V S D / 18€50 / 26€

Soir : L M M J V S D / 26€

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 28€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

Esplanade Georges Brassens

44800 Saint-Herblain

Tél. 02 40 65 08 88

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

I ♥  
Muscadet !



## 20. Quintessia

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

### Ex. de plats proposés :

Tartare de bar au cumbawa, gelée persil/menthe poivrée, croustillant de sarrasin  
Saint-Pierre poché au bouillon d'algues, huîtres juste cuites, sauce vierge, légumes tournés  
Paris-Orvault : crème pralinée, brunoise de pommes caramélisées, glace pralinée

Midi : L M M J V S D / 26€ / 44€

Soir : L M M J V S D / 26€ / 44€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

24 chemin des Marais du Cens

44700 Orvault

Tél. 02 40 76 84 02

[www.quintessia-resort.com](http://www.quintessia-resort.com)

I ♥  
Muscadet !





## 21. Le Restaurant du Pont

**Nouveau !**

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

### Ex. de plats proposés :

Sandre confit au sel fumé, mousseux beurre blanc, salicornes  
Volaille fermière en viennoise de truffe, céleri confit, jus perlé citronnelle  
Poire pochée, crémeux chocolat/caramel, croquant vin chaud

Midi : **L M M J V S D** / 16€ / 35€

Soir : **L M M J V S D** / 35€ / 65€

Carte des plats mini-maxi : 19€ / 23€

♣ salle (Source : établissement)

147 rue du Grignon  
44115 Basse-Goulaine  
Tél. 02 40 03 58 62  
[www.restaurant-du-pont.fr](http://www.restaurant-du-pont.fr)

**I ♥  
Muscadet !**



## 22. Le Rive Gauche

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

### Ex. de plats proposés :

Asperge confite et crue, œuf miroir au saumon mi-fumé de l'île de Bomlo, espuma de maïs Barbu, coquillage, mitraille, oignons nouveaux et morille, beurre de coriandre  
Finger chocolat aux pistils de fleurs de crocus du vignoble

Midi : **L M M J V S D** / 23€ / 75€

Soir : **L M M J V S D** / 23€ / 75€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

10 côte Saint-Sébastien

44200 Nantes

Tél. 02 40 34 38 52

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

**I ♥  
Muscadet !**





## 23. Le Romarin

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

---

### Ex. de plats proposés :

Carpaccio d'asperge verte à l'huile de noisette, tartare de légumes aux langoustines de Saint-Guénéolé

Pomme de ris de veau français aux morillons

Soufflé clémentine et mandarine impériale

---

Midi : **L M M J V S D** / 20€ / 51€

Soir : **L M M J V S D** / 20€ / 51€

♿ salle (Source : établissement)

---

79 rue de Bretagne

44880 Sautron

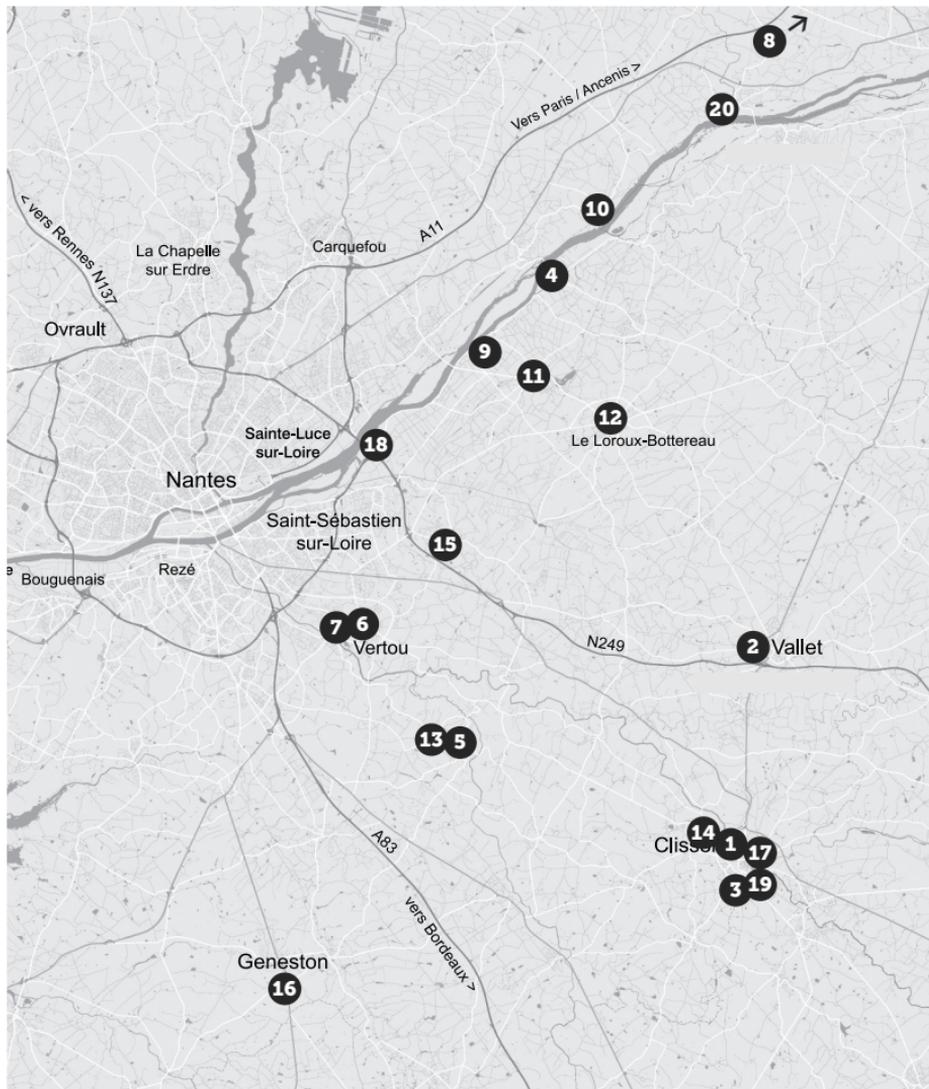
Tél. 02 40 63 15 87

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

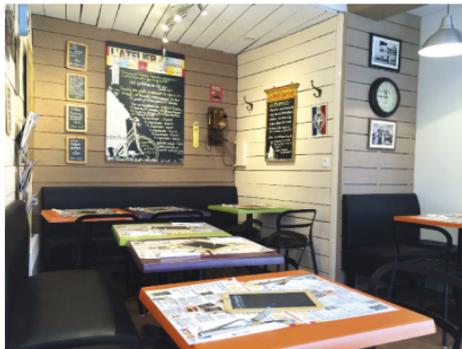
**I ♥**  
Muscadet!



## — Le Vignoble —



- |                                     |                                       |                                       |
|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>1.</b> L'Atelier de Laurence     | <b>8.</b> La Charbonnière (Hors Plan) | <b>15.</b> Le Manoir de la Boulaie    |
| <b>2.</b> Au Fil des Saisons        | <b>9.</b> Clémence                    | <b>16.</b> Le Pélican                 |
| <b>3.</b> Auberge du Château        | <b>10.</b> Le Clos du Cellier         | <b>17.</b> Le Restaurant de la Vallée |
| <b>4.</b> Auberge du Val de Loire   | <b>11.</b> Le Grill de l'Europe       | <b>18.</b> Villa Mon Réve             |
| <b>5.</b> Auberge de la Gaillotiére | <b>12.</b> Hall Saint Lazare          | <b>19.</b> Villa Saint-Antoine        |
| <b>6.</b> La Cantine ô Moines       | <b>13.</b> L'Itacaré                  | <b>20.</b> Villa Saint-Germain        |
| <b>7.</b> La Cave de l'Inattendu    | <b>14.</b> Le Kilbus                  |                                       |



## 1. L'Atelier de Laurence

La récompense après une promenade dans le Parc de la Garenne Lemot est d'entrer dans cette crêperie pour avaler un revigorant chocolat chaud, bien onctueux, ou pour prendre une glace, une crêpe ou une galette (tout est fait maison) à composer avec les produits bruts locaux de qualité. La majorité des ingrédients sont bio (farine de blé noir, confitures, jus de pomme, vins et bières). Accueil chaleureux, dans un lieu grand comme un mouchoir de poche, où l'on cuisine sous vos yeux.

### Ex. de plats proposés :

Galette beurre  
Galette œuf, andouille, Curé Nantais, fondue d'oignons  
Crêpe pomme caramélisée et caramel

Midi : **L M M J V S D** / 8€ / 15€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 8€ / 15€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

3 bis rue Saint-Antoine  
44190 Clisson  
Tél. 02 28 21 66 16



## 2. Au Fil des Saisons

Un petit endroit, sur la placette de l'église de Vallet, où le chef sait faire une cuisine fraîche bien ficelée, avec un joli choix de légumes et de produits de fermes alentours, précisément préparés et à des prix modérés. Idéal pour faire une pause après une balade œnologique dans le vignoble. Décor préservé des modes, plutôt champêtre, petite terrasse. Sélection de vins pertinente.

### Ex. de plats proposés :

Tourte d'escargots bio de Vendée aux épinards et chèvre frais, sauce à l'ail  
Saint-Jacques poêlées, célerisotto, purée de patate douce, émulsion de pommes vertes  
Déclinaison de l'ananas dans tous ses états

Midi : **L M M J V S D** / 16€80 / 30€

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

Carte des plats mini-maxi : 14€ / 20€

♿ salle (Source : établissement)

20 place Charles de Gaulle  
44330 Vallet  
Tél. 02 40 36 30 05  
[www.aufildsaisons.com](http://www.aufildsaisons.com)



I ♥  
Muscadet !



### 3. Auberge du Château

Aux pieds du château médiéval de Clisson, au bout du pont de pierre (XV<sup>e</sup> s.), on goûte une cuisine maison imaginative sous une verrière ou sur une nano terrasse en surplomb de la Sèvre. L'endroit n'est pas bien grand, aussi est-il hautement conseillé de réserver à l'avance pour profiter de la vue bucolique, et rêver le nez collé contre la baie vitrée. Muscadets choisis à de bonnes sources.

#### Ex. de plats proposés :

Ravioles de langoustine au basilic thai  
Filet de bar rôti, crème de moule au curcuma,  
écrasé de persil racine  
Entremet des îles passion/mangue

Midi : L M M J V S D / 15€30 / 32€80

Soir : L M M J V S D / 28€90 / 32€80

2 rue de la Collégiale

44190 Clisson

Tél. 02 40 54 32 08

[www.aubergeduchateau-clisson.fr](http://www.aubergeduchateau-clisson.fr)

I ♥  
Muscadet!



### 4. Auberge du Val de Loire

Si vous êtes à la recherche d'un bistro des bords de Loire intemporel, où l'on goûte une cuisine de terroir limpide, ponctuée de petites touches originales, cet endroit est pour vous ! Les patrons bienveillants, l'atmosphère agréable, les verres pris au comptoir entourés d'habitues font que l'on s'y sent bien. Que ce soit côté ouvrier ou côté restaurant, les deux niveaux de cuisine ont été pensés pour satisfaire tous les porte-monnaie.

#### Ex. de plats proposés :

Cuisses de grenouilles à l'ail et persil frais  
Poisson de Loire au beurre blanc  
Saint-Honoré caramel au beurre salé, tuile  
nougatine au sésame

Midi : L M M J V S D / 12€50 / 38€

Soir : L M M J V S D / 26€50 / 38€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

220 levée de la Divatte

44450 La Chapelle-Basse-Mer

Tél. 02 40 06 34 60

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

I ♥  
Muscadet!





## 5. Auberge de la Gaillotièrre

Cela vaut le déplacement au fin fond du vignoble pour des plats mijotés en cocotte, pour le foie gras maison, pour l'atmosphère rustaude joviale (murs constellés de casseroles en cuivre) et pour des prix au ras du plancher (le midi). Une étape gourmande associant un environnement paisible (cerné de vignes) aux joies d'une table familiale débordante de générosité. Menus à géométrie variable, selon sa faim petite, moyenne ou grande.

### Ex. de plats proposés :

Terrine de foie gras de canard maison  
Plat mijoté en cocotte  
Profiteroles maison

Midi : L M M J V S D / 15€ / 28€

Soir : L M M J V S D / 22€ / 28€ (sem)

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

La Gaillotièrre  
44690 Château-Thébaud  
Tél. 02 28 21 31 16  
[www.auberge-la-gaillotièrre.fr](http://www.auberge-la-gaillotièrre.fr)



## 6. La Cantine ô Moines

Un endroit qu'il faut fréquenter quand on veut s'extraire de la ville, sans aller très loin, pour sa situation ultra-dépaysante en bordure de Sèvre et pour sa vue sur la Chaussée des Moines. On s'y rend aussi pour ses robustes propositions. « Tout est frais, labellisé, fait maison » indique la carte où s'inscrivent des plats mettant à l'honneur le cochon dans tous ses états (charcuterie, grillé, confit, poché) et tous ses morceaux, mais pas seulement. Terrasse avec vue.

### Ex. de plats proposés :

Terrine de foie gras mi-cuit aux épices douces, condiment poires et brioche dorée  
Pavé de sandre à basse température, beurre blanc nantais et légumes de saison  
Pomme confite au piment d'Espelette, bonbons au caramel

Midi : L M M J V S D / 15€90 / 19€90

Soir : L M M J V S D / 19€90 / 49€90 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 5€50 / 22€90

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

12 quai de la Chaussée des Moines  
44120 Vertou  
Tél. 02 40 34 21 33  
[www.lacantineomoin.es](http://www.lacantineomoin.es)





## 7. La Cave de l'Inattendu

Quel beau projet que de se laisser surprendre par cette cave à manger « tombée du ciel » pour ceux qui la connaissent. Incarnée par un acharné du sourcing, explorateur infatigable des vignobles français et étrangers, elle exhibe une impressionnante collection de vins qui peuvent être accompagnés d'ardoises fromagères (ou planches de charcuteries) et par de bons petits plats bistrotiers. Différents espaces (épicerie, cave, bar à vin, ateliers de cours de cuisine) à découvrir...

### Ex. de plats proposés :

Vichyssoise d'asperges à l'œuf poché, saumon mi-cuit façon nantaise aux herbes  
Filet mignon de veau de lait, caponnata de légumes de nos jardins  
BN revisité aux pommes caramélisées, mousseline de potimarron

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

Soir : **L M M J V S D** / 19€50 / 33€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

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

I ♥  
Muscadet !



## 8. La Charbonnière (Hors Plan)

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

### Ex. de plats proposés :

Langoustines rôties, confits de pommes et navets, jus citrique, caviar de citron  
Suprême de pintade d'Ancenis farcie, foie gras, asperge verte et blanche  
Douceur de vanille bourbon, griotte et son émulsion acidulée

Midi : **L M M J V S D** / 17€ / 59€

Soir : **L M M J V S D** / 21€ / 59€

♣ salle + toilettes (Source : établissement)

La Charbonnière

44150 Ancenis  
Tél. 02 40 83 25 17

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

I ♥  
Muscadet !





## 9. Clémence

À la place de l'ancien estaminet où Clémence Lefeuvre conçut la fameuse sauce au beurre blanc, on découvre un restaurant de charme qui accompagne toujours aussi bien ses poissons. Alliant héritage et touches d'inventivité, l'actuel chef y concocte de généreuses assiettes explorant les classiques (dont certaines recettes rustiques comme l'embeurrée de chou) des bords de Loire et de la région. Vue sur la Loire, pour les tables proches de la baie vitrée.

### Ex. de plats proposés :

Tarte fine Concelloise, Curé Nantais, mâche et légumes croquants  
Sandre beurre blanc et légumes maraichers  
Soufflé chaud au Grand Marnier

Midi : **L M M J V S D** / 21€ / 56€

Soir : **L M M J V S D** / 21€ / 56€

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 24€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

La Chebuette

91 levée de la Divatte

44450 Saint-Julien-de-Concelles

Tél. 02 40 36 03 18

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

I ♥  
Muscadet !



## 10. Le Clos du Cellier

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

### Ex. de plats proposés :

Médaillon de maquereau, anchoillade  
Finger de magret canard, sauce gingembre et ananas  
Tartelette à la dacquoise, mousseline et fruits rouges

Midi : **L M M J V S D** / 21€ / 43€

Soir : **L M M J V S D** / 29€ / 43€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 16€ / 27€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

1 place du mémorial

44850 Le Cellier

Tél. 02 40 25 38 45

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

I ♥  
Muscadet !





## 11. Le Grill de l'Europe

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

### Ex. de plats proposés :

Brochette d'escargots et lard sur lit de champignons en persillade  
Côte de bœuf grillée au sarment de vigne avec des pommes de terre sautées à l'ail  
Craquant citron

Midi : **L M M J V S D** / 12€20 / 27€

Soir : **L M M J V S D** / 21€ / 27€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

17 place de l'Europe  
44450 Saint-Julien-de-Concelles  
Tél. 02 40 36 53 11  
[www.grilldeurope.fr](http://www.grilldeurope.fr)



## 12. Hall Saint-Lazare

Les urbains, les néo-ruraux et les autochtones sont enchantés de passer à table dans ce bistronomique situé dans une maison bourgeoise du XIX<sup>e</sup> s. ouverte sur une ravissante placette arborée (face aux vestiges du château, près de l'étang). Les partisans adhèrent en effet à l'inclination du chef pour les trésors de l'Océan (et du terroir), pourvu qu'il les régale de belles assiettes marines adroitement cuisinées. Additions douces. Terrasse à la belle saison.

### Ex. de plats proposés :

Sphère d'escargots d'ail et de persil la Rinière des Landes du Loroux Bottereau  
Cochon ibérique au chorizo, étuvé de petits pois et chips de pancetta  
Marquise au chocolat caramel, pistache et éclat de nougatine

Midi : **L M M J V S D** / 17€50 / 55€

Soir : **L M M J V S D** / 24€ / 55€

Carte des plats mini-maxi : 19€ à 22€

♻️ salle + toilettes (Source : établissement)

1 rue Saint-Lazare  
44430 Le Loroux-Bottereau  
Tél. 02 40 69 14 62  
[www.hall-st\\_lazare.fr](http://www.hall-st_lazare.fr)

I ♥  
Muscadet !





### 13. L'Itacaré

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

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Foie gras au rhum vieux et combava  
Daurade royale rôtie aux herbes du jardin  
en feuille de banane  
Soufflé glacé aux fruits de la passion

-----  
**Midi : L M M J V S D / 15€50 / 23€**  
**Soir : L M M J V S D / 18€50 / 23€ (sem)**  
Carte des plats mini-maxi : 7€ / 17€50

-----  
La Fruitière  
44690 Château-Thébaud  
Tél. 02 40 04 21 51  
[www.restaurant-itacare.fr](http://www.restaurant-itacare.fr)



### 14. Le Kilbus

Encore peu connu, ce duplex clissonnais, planqué dans une ruelle près des Halles, crée la sensation en délivrant une cuisine ardoisière cinglante, bien tournée, agile, qui fait palpiter le cœur des foodistas. Déco dans l'esprit scandinave (mobilier en chêne clair, mur rouge), accueil discret, parfait pour un rendez-vous tranquille. Grande sélection de vins hétéroclite, de façon à ce que chacun puisse y trouver son bonheur. Le succès grandit chaque jour, alors réservez.

-----  
**Ex. de plats proposés :**

Pressé de foie gras aux épices et à la mangue  
Filet de Saint-Pierre, émulsion de bisque  
de langoustine à la citronnelle  
Dôme aux trois chocolats et cœur coulant fruits  
de la passion

-----  
**Midi : L M M J V S D / 25€ / 32€**  
**Soir : L M M J V S D / 32€ / 35€**

-----  
14 rue des Rémeuleurs  
44190 Clisson  
Tél. 09 80 38 35 11





## 15. Le Manoir de la Boulaie

Un voyage sensoriel, hautement recommandé, pour les assiettes créatives, ambitieuses, racées, étourdissantes de technicité d'un chef (deux étoiles au Michelin) dont le signe de distinction est le maniement habile et subtil de touches aromatiques lointaines (sa signature). Le manoir XIX<sup>e</sup> s. et son parc, les tables nappées à bonne distance, le service discret et courtois et la brillante sélection de vins font que l'on garde longtemps en mémoire cette expérience.

### Ex. de plats proposés :

Noix de Saint-Jacques, «crunchy» aux céréales, condiments et citron bergamote, bouillon carotte/gingembre  
Agneau de l'Aveyron en croute d'algues, condiments oignons rouges/trévisse et Nori  
Galet des îles : noix de coco, chocolat, banane/passion

Midi : **L M M J V S D** / 59€ / 148€

Soir : **L M M J V S D** / 85€ / 148€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 44€ / 51€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

33 rue de la Chapelle Saint Martin  
44115 Haute-Goulaine  
Tél. 02 40 06 15 91  
[www.manoir-de-la-boulaie.fr](http://www.manoir-de-la-boulaie.fr)



## 16. Le Pélican

Les amoureux de savoureuses recettes très appliquées font le pèlerinage vers Le Pélican V2 (nouvelle version entièrement refaite) à Geneston. Ils y arrivent ventre à terre pour se délecter d'une cuisine gourmande, qui fait mouche avec ses Saint-Jacques et langoustines flambées, ses bisques, ses viandes rôties puis gratinées et ses jus réduits. Le tout enrichi de Muscadets et Val de Loire d'une carte des vins très attrayante. Accueil aux petits soins.

### Ex. de plats proposés :

Foie gras de canard extra, chutney pomme/figue, dentelle au miel, pain brioché toasté  
Saint-Jacques et langoustines flambées à l'armagnac, aux petits légumes du moment, bisque de langoustine  
Carré chocolat au lait/noisette

Midi : **L M M J V S D** / 27€ / 36€ (sem)

Soir : **L M M J V S D** / 27€ / 36€ (sem)

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

13 place Georges Gaudet

44140 Geneston

Tél. 02 40 04 77 88

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





## 17. Le Restaurant de la Vallée

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

### Ex. de plats proposés :

Financier au crabe et gambas en kadahif, chutney de mangue  
Dos de cabillaud rôti au lard fermier et beurre à la vanille bourbon  
Dôme glacé aux berlingots et fraise Gariguetta

Midi : **L M M J V S D** / 23€50 / 32€50

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

Carte des plats mini-maxi : 15€ / 20€

1 rue de la Vallée

44190 Clisson

Tél. 02 40 54 36 23

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



## 18. Villa Mon Rêve

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

### Ex. de plats proposés :

Ravioles de crabe, gambas et homard, émulsion de coulis de crustacés  
Turbot cuit au plat, échalote et Noilly Prat aux asperges  
Barre croquante au chocolat noir et au praliné gros grain Michel Cluizel, sorbet citron

Midi : **L M M J V S D** / 22€ / 60€

Soir : **L M M J V S D** / 35€ / 60€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 20€ / 40€

♣ salle (Source : établissement)

2 levée de la Divatte,  
Route des Bords de Loire

44115 Basse-Goulaine

Tél. 02 40 03 55 50

[www.villa-mon-reve.com](http://www.villa-mon-reve.com)





## 19. Villa Saint-Antoine

La superbe vue sur le château, sur la Sèvre et ses rives (majestueux saules pleureurs, allées bucoliques, pont de pierre du XV<sup>e</sup> s.) en ont fait un lieu très prisé par les Clissonnais et les touristes, qui y apprécient la grande terrasse (idéale pour une belle soirée d'été), l'atmosphère relax et la cuisine fraîche, du moment, bien ciselée. Carte des vins intéressante, enrichie de Muscadets des proches environs. Service pro aimable. Prix justes.

### Ex. de plats proposés :

Blanquette d'escargots du Croisic aux petits légumes sur une crispolenta  
Viennoise de lieu jaune aux pleurotes et épinards, coulis de crustacés  
Poire pochée au jus de betterave et citronnelle, crémeux chocolat caramélia, sorbet fenouil confit

Midi : L M M J V S D / 21€50 / 40€50

Soir : L M M J V S D / 31€ / 40€50 (sem)

Carte des plats mini-maxi : 15€50 / 24€

♿ salle + toilettes (Source : établissement)

8 rue Saint-Antoine

44190 Clisson

Tél. 02 40 85 46 46

[www.hotel-villa-saint-antoine.com](http://www.hotel-villa-saint-antoine.com)



## 20. Villa Saint-Germain *Nouveau!*

Adulée par tous ceux qui l'ont testée, la Villa Saint-Germain nous revient « comme un boomerang » avec des assiettes tirées au cordeau, plus exquises les unes que les autres, escortés par d'estimables flacons du Val de Loire, dont certains grands domaines du Muscadet. Un endroit qui vaut également le détour pour aller flâner dans les ruelles du ravissant village d'Oudon, ou sur les bords de la Loire. Une adresse à redécouvrir de toute urgence !

### Ex. de plats proposés :

Ravioles de gambas, jus corsé et émulsion à la fève de tonka  
Pigeonneau de Mr Terrien, le suprême poêlé et la cuisson confite, marmelade ail/cive/gingembre, mousseline de pommes de terre au beurre de cacahuètes  
Bananes flambées au vieux rhum Damoiseau, crémeux coco/passion/combawa, chips de bananes

Midi : L M M J V S D / 16€ / 20€

Soir : L M M J V S D / 32€ (sem)

Carte des plats mini-maxi : 17€ / 18€

170 rue Alphonse Fouschard

44521 Oudon

Tél. 02 51 14 10 04

[www.villa-st-germain.fr](http://www.villa-st-germain.fr)

I ♥  
Muscadet!





# Food Trucks

---

*Des bonnes adresses itinérantes  
sélectionnées pour vous !*

**137 (Le)**

Tél. 06 24 01 06 61

[www.le137.com](http://www.le137.com) *Nouveau !*

---

**Au Goût De La Rue**

Tél. 07 83 44 91 91

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

---

**B-Gourmet**

Tél. 07 62 24 23 30

[www.b-gourmet.fr](http://www.b-gourmet.fr)

---

**Coclé**

Tél. 06 86 67 61 13

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

---

**French Truck Burger**

Tél. 06 03 98 39 98

<http://frenchtruckburger.wixsite.com/frenchtruckburger>

---

**Le Rout'Art Gourmand**

Tél. 06 47 09 68 30

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

---



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

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

# À vos paniers!

## Les principaux marchés

(Nantes centre / Nantes Métropole / Vignoble)

### MARDI

Marché de Talensac  
Marché des Américains  
Marché Jean-Macé  
Marché du soir Champ de mars  
(rue Emile Masson)  
Marché du soir de la Bourgeonniers  
(avenue d'Assise)  
—  
Rezé (quartier Château)  
Saint-Herblain (Bellevue,  
place Denis-Forestier)  
Saint-Sébastien-sur-Loire  
(place Cambronne)  
Sautron marché du soir,  
Halle de la Linière  
—  
Clisson, sous les Halles  
Marché de Haute-Goulaine  
(espace de la Treille)

### MERCREDI

Marché de Talensac  
Marché bio (place de la bourse)  
Marché Toutes-Aïdes  
(place Victor Basch)  
Marché Châtelets (place Esnault  
des Châtelets, Pirmil)  
Marché du soir (Bottière Chénaie,  
place Jacques-Yves Cousteau)  
—  
Basse-Goulaine (parking du grignon)  
La Montagne  
(place Similien Guérin)  
Saint-Herblain  
(Crémeterrie, rue de la branchoire)  
Thouaré-sur-Loire (rue de Mauves)  
—  
La Haye-Fouassière (place Pirmil)  
Geneston (place Georges Gaudet)  
Getigné

### JEUDI

Marché de Talensac  
Marché du Pont du Cens  
(place du Bout des pavés)  
Marché butte Sainte-Anne  
(place des Garennes)  
Marché de Zola (place Emile Zola)  
Marché Malakoff pré-gauchet  
(place Rosa Parks)  
—  
Bouaye (place du Marché)  
Bouguenais Les Couëts  
(place de la Chapelle)  
Carquefou (sous espace couvert  
Mellay)  
Couéron (Bourg, place Charles  
de Gaulle)  
Basse-Indre (place Jean-Ligonday)  
Les Sorinières  
Rezé marché du soir  
(quartier Ragon)  
Saint-Sébastien sur Loire  
(CC de la Fontaine)  
Vertou (cale de beaoutour)  
Marché du soir Loroux-Bottereau  
(place Saint-Jean)

### VENREDI

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

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

### SAMEDI

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

### DIMANCHE

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

# Le calendrier...



## Printemps

## Été

### LES FRUITS

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

### LES LÉGUMES

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

### LA MER

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



Le vin est un mélange de cépages, de conditions de culture et de savoir-faire de l'œuvrier, ce qui explique la diversité des vins.

C'est la Saint-Émilion, célèbre vin de France, qui est le plus réputé au monde.

Cette bouteille a été faite dans le pays de France, elle est connue pour son goût et son aspect.

Le vin de France est le plus connu au monde, il est apprécié par tous les amateurs de vin.

Le vin de France est le plus connu au monde, il est apprécié par tous les amateurs de vin.

Le vin de France est le plus connu au monde, il est apprécié par tous les amateurs de vin.

Le vin de France est le plus connu au monde, il est apprécié par tous les amateurs de vin.



# Bars à vins et caves à manger

-----  
*Petite sélection non exhaustive  
de nos adresses préférées !*  
-----

## **Le BézM**

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

## **Bibovino**

5 rue Racine, Nantes  
Tél. 02 40 84 26 63

## **Le Brocéliande**

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

## **La Comédie des Vins**

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

## **Le Jéroboam**

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

## **Numéro 23-Bistrot à vins**

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

*Nouveau !*

## **La Provence**

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

## **Rouge Bouteille**

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

## **Le Vin Vivant**

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

## **Vins et confidences**

14 rue Louis Blanc, Nantes  
Tél. 02 53 97 13 08

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

## **Emporio Guiducci**

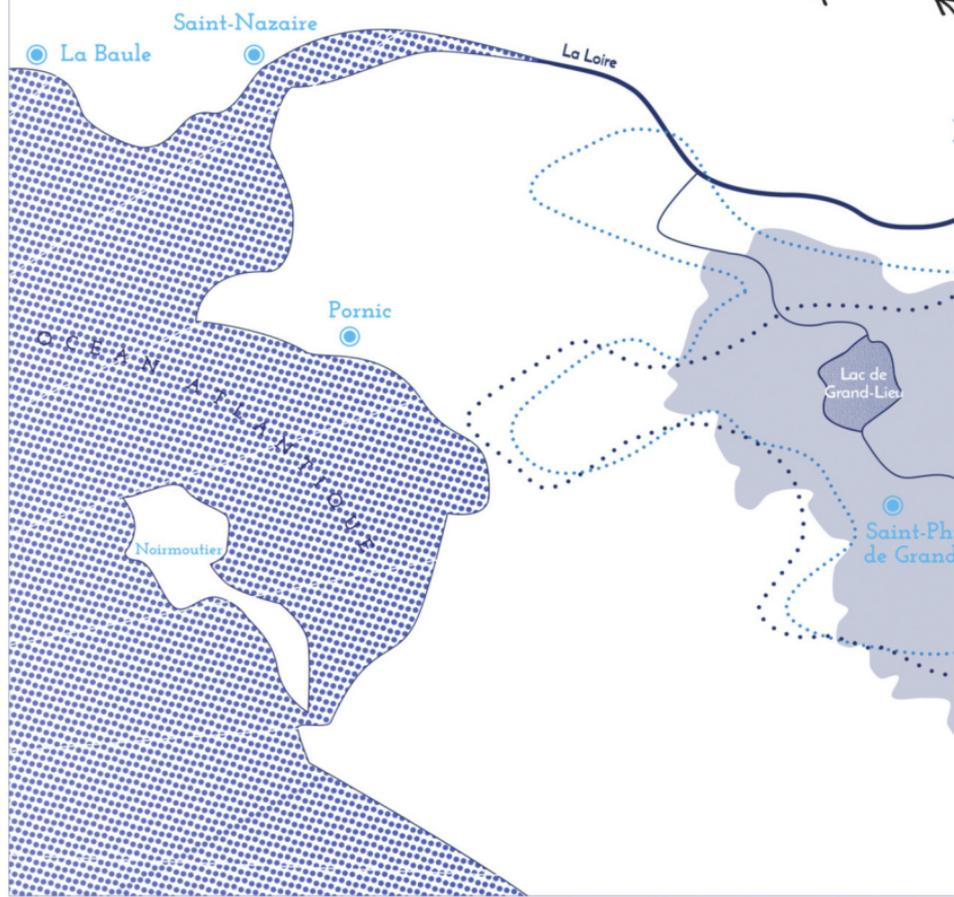
27 rue Adolphe Moitié, Nantes  
Tél. 02 85 37 87 37

# MUSCADET

VINS DE NANTES

↑ BRETAGNE

47° 13' 05" NOR  
1° 53' 10" OUC





**Vignoble de Nantes**

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

# Index

1 (Le)	p.54	Chants d'Avril (Les)	p.14	Orée Du Bois (L')	p.72
20 (Le)	p.64	Charbonnière (La)	p.80	P'tit qu'a fait... (Le)	p.18
A Cantina	p.33	Charles H	p.37	P'tite Ardoise (La)	p.60
À Boire et à Manger	p.54	Chaumière (La)	p.68	Papalou	p.59
À l'Ardoise	p.21	Chez Franklin	p.38	Papill'	p.04
À ma Table	p.11	Cigale (La)	p.38	Parfum de Crêpe	p.50
Abelia (L')	p.21	Civelle (La)	p.56	Passagère (La)	p.04
Analude	p.45	Clémence	p.81	Passerelle de Marcel (La)	p.17
Archipel (L')	p.64	Clos du Cellier (Le)	p.81	Pasta (La)	p.28
Ariana	p.45	Cocotte	p.14	Pavillon (Le)	p.72
Aristide	p.33	Coin des Crêpes (Le)	p.24	Pélican (Le)	p.84
Assise (L')	p.34	Coraly (Le)	p.56	Pellières (Les)	p.73
Atelier de Laurence (L')	p.77	Crêperie de Brocéliande	p.39	Petit Boucot (Le)	p.41
Atlantide 1874 -		Crêperie Fleur de Sel	p.25	Petits Saints (Les)	p.28
Maison Guého (L')	p.55	Crêperie Heb Ken	p.39	Pickles	p.29
Au Coup d'Canon	p.34	Crêperie l'Optimist	p.48	Pierrot Gourmet	p.50
Au Fil des Saisons	p.77	Cuit Lu Cru	p.25	Plan B	p.17
Au Gré des Saveurs	p.65	Dilemme	p.04	Poisson Paré	p.50
Au Petit Raphaël	p.46	Dinette	p.03	Poissonnerie et pas que (La)	p.29
Au Plaisir...	p.22	Du Bonheur dans la Cuisine	p.68	Prologue (Le)	p.51
Auberge de la Savarière	p.65	Du Coq à l'Âne	p.69	Quintessia	p.73
Auberge du Château	p.78	Dubrown Burger Café	p.03	Raffinerie (La)	p.01
Auberge du Val de Loire	p.78	Envol (L')	p.69	Ramen Ya	p.05
Auberge du Vieux Gachet	p.66	Etrillum (L')	p.26	Reffet (Le)	p.30
Auberge la Gaillotièrre	p.79	François 2 (Le)	p.70	République "Côté Jardin"	p.60
Baco Saveurs (Le)	p.11	Grande Barge (La)	p.57	Restaurant de la Vallée (Le)	p.85
Baderioc (Le)	p.02	Grappillon (Le)	p.40	Restaurant du Pont (Le)	p.74
Bé2M	p.12	Grill de l'Europe (Le)	p.82	Rive Gauche (Le)	p.74
Beckett's Canteen	p.35	Guinguette (La)	p.57	Robin's	p.30
Bistro Cubano	p.46	Hall Saint Lazare	p.82	Romarin (Le)	p.75
Bistro du Cours (Le)	p.35	Instinct Gourmand (L')	p.26	Rouge Ardoise (Le)	p.61
Bistrot à Gilles (Le)	p.47	Itacaré (L')	p.83	Roza	p.41
Bistrot du 7 (Le)	p.36	Izakaya Joyi	p.15	Salle à Manger (La)	p.51
Bistrot L'Alchimiste	p.22	Kilbus (Le)	p.83	Sapio	p.42
Bouchon (Le)	p.23	L'Épicurien		So Good Brasil	p.05
Boudoir (Le)	p.36	à l'Abbaye de Villeneuve	p.71	Song Saveurs et Sens	p.42
Bouquet Garni (Le)	p.66	Lamacotte	p.49	Sugar Blue	p.06
Bouteilles (Les)	p.47	Laurier Fleuri (Le)	p.70	Suppli Factory	p.06
Brasserie Félix	p.12	LuluRouget	p.58	Table de Yo (La)	p.61
Brasserie Stereolux	p.55	Mademoiselle B	p.27	Tapas et Vinos Restaurant	p.43
Brassés (Les)	p.13	Maison Baron-Lefèvre (La)	p.15	Tartines et Bouchons	p.52
By Sainbioz	p.48	Malumbi	p.03	Terrasse du Stade	
Cachette (La)	p.23	Mam'zelle Breizh Crêperie	p.40	(Restaurant du SNUC)	p.52
Café de l'Orangerie (Le)	p.13	Manoir de la Boulaie (Le)	p.84	Terroirs Bio	p.06
Café du Canal (Le)	p.24	Manoir de la Régate (Le)	p.71	Tête Noire (Crêperie de la)	p.43
Canclaux (Le)	p.37	Manoir de Procé (Le)	p.58	Ti Lichous	p.62
Cantine d'Albert (La)	p.02	Merci Bernard	p.04	Totum	p.07
Cantine ô Moines (La)	p.79	Nazca Cebicheria	p.16	U.Ni (L)	p.19
Carré Blanc (Le)	p.67	O Bistrot Quai	p.16	Villa Mon Rêve	p.85
Caudalies (Les)	p.67	O Deck	p.59	Villa Saint Antoine	p.86
Cave de L'Inattendu (La)	p.80	Océanide (L')	p.27	Villa Saint Germain	p.86

# VINS DE NANTES

LA FÉDÉRATION

GROS PLANT DU PAYS NANTAIS  
COTEAUX D'ANCIENS  
MUSCADET



## Les Vins de Nantes :

Les Vins de Nantes regroupent près 600 vignerons sur trois AOC : Muscadet, Gros Plant du Pays Nantais et Coteaux d'Ancenis, couvrant 9000 hectares de vigne sur trois départements (Loire-Atlantique, Nord-Vendée et Ouest-Anjou). Le vignoble produit également d'excellents vins gourmands en trois couleurs en IGP Val de Loire et des bulles de qualité.



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

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

**0 892 464 044**

Service 0,35 € / min  
+ prix appel

Siret 482 414 216 00044 RCS Nantes – NAF 9103Z

Textes : Francesca Torre, Richard Baussay  
Photos : DR, non contractuelles, fournies par les restaurateurs dans le cadre de l'appel à candidature ou par Le Voyage à Nantes, sauf : couverture (© Pavel Becker) ; p.7, 62, 75, 88, 91 (© Christophe Bornet by Kristo) ; p.8, 9 (© Gregg Bréhin) ; p.19 (© Patrick Gérard) ; p.31 (© Argentic & Numéric) ; p.86 (©Xavier Saint-Hilier / LVAN) ; p.94 (© Franck Tomps)  
Maquette : Anima productions. Nantes

**96 pages de bonnes adresses,  
135 restaurants sélectionnés,  
19 nouveautés,  
15 adresses "Vit' fait bien fait !",  
11 adresses de bars à vins !  
6 Food Trucks**

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

— — —  
Retrouvez des services complémentaires  
et des actus toute l'année sur :  
[www.lestablesdenantes.fr](http://www.lestablesdenantes.fr)

