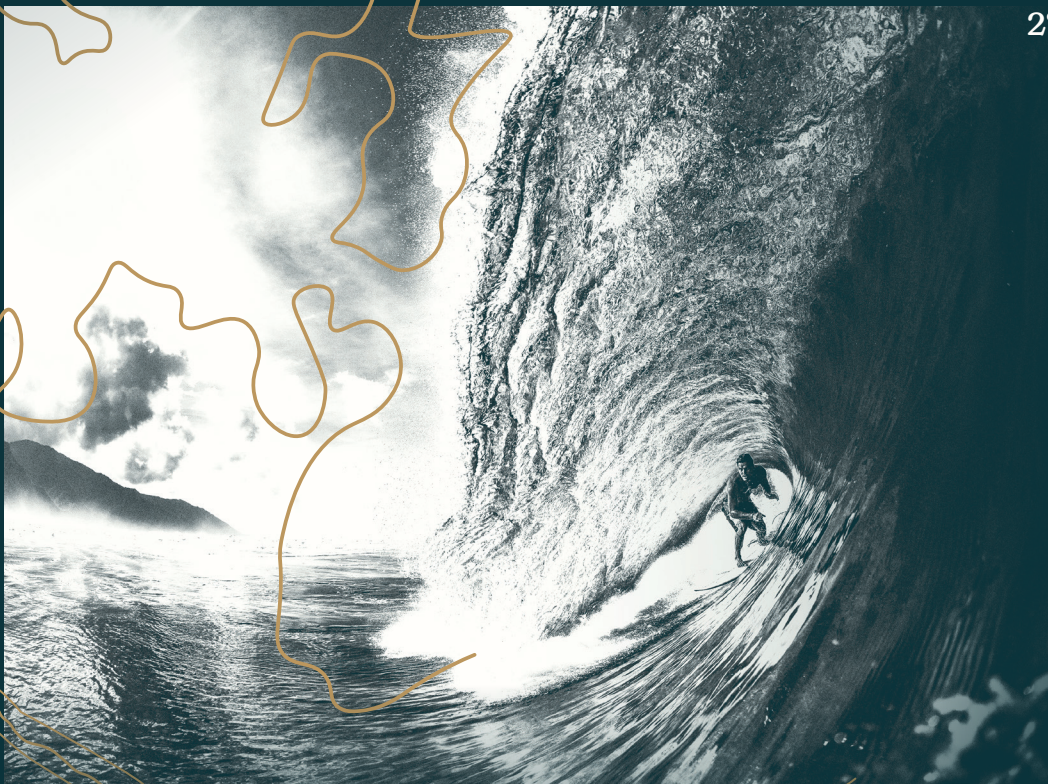


The Slab

— AFTER SURF —
RESTAURANT

47° 13' 56" N
2° 20' 58" W



The Slab

AFTER SURF
RESTAURANT

À partager

ACCRAIS DE MORUE • 12

(10 pièces), ketchup de mangue épicé

PORK NACHOS • 12

À l'effiloché de porc breton, guacamole, cheddar

NACHOS VEGGIE • 10

Guacamole, oignons rouges, crème fraîche, cheddar

Burgers

Classiques

SLAB CHEESE • 20

Steak bœuf, cheddar, oignons confits, salade, tomate, sauce Slab

BACON SLAB • 21

Steak bœuf, cheddar affiné, bacon grillé, pickles, salade, tomate, sauce creamy mustard

CLASSIC BBQ • 21

Steak bœuf, cheddar affiné, oignons croustillants, cornichons aigres doux, salade, tomate, sauce barbecue maison

Océan

BLACK TUNA • 25

Pain noir, thon snacké, avocat, pickles maison, salade, tomate, mayonnaise combava

BLUEFIN SMASH • 23

Poisson blanc local pané panko, citron confit, pickles oignons rouges, salade, tomate, sauce tartare maison

Veggie

GREEN WAVE • 18

Galette veggie (pois chiches et haricots noirs), avocat, roquette, tomate, tzatziki

Gourmands

SAVOYARD MELT • 23

Steak bœuf, raclette fumée, oignons confits, röstis, salade, tomate, moutarde à l'ancienne

BASQUE FIRE • 23

Steak bœuf, tomme de brebis, ventrèche grillée, compotée cerise noire au piment d'Espelette, salade, tomate, sauce poivrés

BREIZH PULLED PORK • 23

Porc breton effiloché 7h au cidre, curé nantais, salade, tomate, sauce barbecue maison

LE HAVRE • 23

Steak de bœuf, demi camembert, compotée d'oignons au vinaigre de cidre, pickles de pommes, salade, sauce normande

Les options

—> **DOUBLE UP** +4

Double viande et double frites

—> **MENU** +3

Un soft au choix

Tous nos burgers sont accompagnés de frites maison ou de légumes de saison.
Buns de la boulangerie EMMA.

Pokés et salades

FISH SURF POKÉ • 21

Saumon cru, riz noir, pousses de soja, mangue, carottes, concombre, radis, oignons nouveaux, edamames, wakamés

POKÉ DES MARAIS • 24

Poisson local snacké, riz sushi, algues bretonnes, assortiment de légumes croquants du moment, pickles maison, vinaigrette beurre blanc allégée

OCTOPUS BOWL • 21

Poulpe grillé, riz noir, piquillos, concombre, kale, edamames, wakamés, vinaigrette citron-gingembre

SPICY AHI POKÉ • 24

Saumon ou thon (selon pêche), avocat, mangue, oignons croustillants, radis, carottes, chioggia, gingembre confit, wakamés, mayonnaise épicée maison

VEGGIE WAVE POKÉ • 17

Halloumi ou tofu fumé snacké, quinoa, avocat, brocolis, radis, chou rouge, piquillos, grenade

MEAT KARAAGE POKÉ • 20

Poulet karaage (poulet croustillant), riz sushi, ananas, chioggia, champignons, chou rouge, wakamés, noix de cajou, sauce teriyaki maison

SALADE SIGNATURE *medium • 19 large • 22*

Jeunes pousses, burrata, légumes du moment, noix, pickles maison, vinaigrette Slab

SUPER-FOOD SALAD *medium • 19 large • 22*

Kale, pousses de soja, quinoa, pois chiches rôties, avocat, grenade, sauce yaourt citron-herbes

Plats

Légers

AVOCADO TOAST • 19

Pain aux graines, guacamole citronné, feta ou saumon gravelax

RISOTTO DE SAISON • 20

Déclinaison selon légumes du moment

Tartares

TARTARE DES MARAIS • 20

Bœuf au couteau, salicorne fraîche et algues bretonnes

TARTARE CHIMICHURRI • 20

Bœuf au couteau, chimichurri maison au piment doux

Gourmands

CHICKEN SHAWARMA • 21

Poulet mariné, pita maison, tzatziki, sauce aji

POULPE SNACKÉ • 24

Poulpe snacké, mousseline de légumes du moment

Menu enfant • 12

PLAT

- Filet de poisson et frites
- Cheeseburger et frites
- Filet de poulet pané et frites

DESSERT

- Pot de glace
Vanille / Chocolat / Fraise / Citron / Caramel
- Brownie
- Banana bread

BOISSON

- Sirop à l'eau
- Diabolo

47° 13' 56" N
2° 20' 58" W

Desserts maison sur place

Classiques

COOKIE • 3

BROWNIE • 5

BANANA BREAD • 5

FLAN DE MÉMÉ PRINQUIAU • 5

Flan aux œufs à l'ancienne

GÂTEAU SABLÉ BRETON • 5

Cœur fondant beurre-sucre

SALADE DE FRUITS FRAIS • 5

Fruits de saison accompagnés
d'une mousse de fromage blanc

TARTE TATIN RUSTIQUE • 8

Pommes caramélisées, crème vanillée

CHEESECAKE CITRON VERT • 8

Cheesecake sans cuisson, base spéculoos

AUTHENTIQUE CARROT CAKE • 8

Épices, noix, caramel maison

Signatures

CHOCOLATE SLAB • 10

Double mousse chocolat noir 70% & lait 40%
sur brownie croustillant maison

CHOU MANGUE-GINGEMBRE • 10

Chou maison et streusel croustillant, compotée
de mangue fraîche, crème légère au gingembre

Cafés accompagnés

CAFÉ TRÈS GOURMAND • 10

Large assortiment de plusieurs desserts maison
Option double café / Crème / Thé • 2

CAFLAN • 8

Café et flan maison
Option double café / Crème / Thé • 2

Desserts maison à emporter

COOKIE • 3

BROWNIE • 3,5

BANANA BREAD • 3,5

D'autres desserts maison peuvent s'inviter à la carte selon la saison et les envies du chef.



Fait maison

Liste des allergènes sur demande

Heures de services:
Déjeuner : 12h00 - 15h00
Après-midi : 15h00 - 18h30



Ecolabellisé Ocean Friendly Restaurant

Les moyens de paiement acceptés:
Espèces | CB | Carte ticket restaurant | Chèques
Tous nos tarifs sont exprimés en euros service compris.



Frais & Local

Nos viandes sont issues
de la filière française.
Bœuf • Porc • Poulet • Agneau

The Slab

— AFTER SURF —
RESTAURANT

Carte des boissons



Homemade

LIMONADE MAISON AU CITRON (25 cl) • 5,5

THÉ GLACÉ MAISON (25 cl) • 5

CITRON PRESSÉ • 5

ORANGE PRESSÉE • 5,5

FRUITS MIXÉS • 7

- Carotte, Pomme, Gingembre
- Ananas, Pomme, Kiwi
- Fruits du moment

Softs

SIROP À L'EAU • 1,50

Fraise / Framboise / Passion / Grenadine /
Pêche / Menthe / Citron / Banane-kiwi /
Violette / Hibiscus / Pamplemousse rose /
Pastèque / Pêche-abricot / Concombre /
Lemon rantcho / Orgeat / Basilic

DIABOLO (25 cl) • 3,50

BOISSONS FRAÎCHES • 4

Coca-Cola (25 cl) / Coca-Cola Zéro (25 cl) /
Orangina (25 cl) / Oasis Tropical (25 cl) /
Schweppes Tonic (25 cl) / Schweppes agrumes
(25 cl) / Schweppes ginger beer (20 cl)

JUS GRANINI (25 cl) • 4

Orange / Pomme / Abricot / Tomate /
Pamplemousse / Ananas

KOMBUCHA DAXTA (30 cl) • 5

PERRIER (33 cl) • 3,5

PLANCOËT (50 cl) • 3

Plate ou gazeuse

PLANCOËT (1L) • 5

Plate ou gazeuse

Supplément sirop / tranche • 0,30

Bières et cidres

Pressions

BLONDE LAGER (25 cl) • 4 (50 cl) • 7,5

Lager Brasserie, LAB

BIÈRE DU MOMENT (25 cl) • 4,5 (50 cl) • 8,5

BLANCHE (25 cl) • 4,5 (50 cl) • 8,5

Hefeweizen, Brasserie LAB

IPA (25 cl) • 4,5 (50 cl) • 8,5

Exocet Brasserie LAB

MONACO (25 cl) • 4,20 (50 cl) • 8

PANACHÉ (25 cl) • 4,20 (50 cl) • 8

PICON (25 cl) • 5,20 (50 cl) • 9,20

Bières bouteilles

HINANO (33 cl) • 6,50

Bière blonde de Tahiti

DESPERADOS (33 cl) • 6

DESPERADOS SANS ALCOOL (33 cl) • 4

DREMWEEL SANS ALCOOL (33 cl) • 4

Cidres

CIDRE BRUT (25 cl) • 3,50 (75 cl) • 10

Le Terroir

KIR BRETON (12,5 cl) • 4,50

Cidre brut

Apéritifs & digestifs

RICARD (2 cl) • 3,50

KIR (12,5 cl) • 4,50
Mûre / Cassis / Pêche

KIR PÉTILLANT (12,5 cl) • 6,50

MARTINI BIANCO / ROSSO (5 cl) • 5,50

CAMPARI (5 cl) • 5,50

LIQUEUR AMANDE COGNAC (5 cl) • 6,00

SPEAKEASY MENTHE POIVRÉE (5 cl) • 6,00

MENTHE-PASTILLE (5 cl) • 6,00

GIN HENDRICK'S (5 cl) • 12,00

GIN PLYMOUTH (5 cl) • 12,00

RHUM CLÉMENT VSOP (5 cl) • 11,00

RHUM DIPLOMATICO (5 cl) • 12,50

WHISKY GLENFIDDISH 12 ANS (5 cl) • 11,50

Boissons chaudes

CAFÉ, DÉCA, ALLONGÉ • 2

CAFÉ NOISETTE • 2,10
Expresso, une goutte de lait*

DOUBLE CAFÉ • 3,90

CAFÉ CRÈME • 2,40
Allongé, lait chaud*

GRAND CRÈME • 4,50
Double expresso, lait chaud*

CAFÉ LATTE • 5
Expresso, mousse de lait
Supplément sirop • 0,30
Chococookie / Vanille / Caramel au beurre salé

CAFÉ VIENNOIS • 3,50
Allongé, chantilly, cacao

CAPPUCCINO • 5
Double ristretto, mousse de lait, cacao

MOCHACCINO • 5
Expresso, chocolat chaud, cacao

CAFÉ FRAPPÉ • 4,50

Double expresso, sucre de canne, glaçons

LATTE FRAPPÉ • 5
Expresso, lait froid*, glaçons

IRISH COFFEE • 10

CHOCOLAT CHAUD MAISON • 4,50

CHOCOLAT VIENNOIS • 5,50
Chocolat, chantilly, cacao

THÉS KUSMI TEA AU CHOIX • 4
English Breakfast / Earl grey / Ceylan /
Kashmir Thai / Vert Jasmin / Vert Menthe /
Quatre fruits rouge / Vert Menthe-concombre /
White Anastasia / Anastasia / Détox

INFUSIONS KUSMI TEA AU CHOIX • 4
Verveine / Verveine-menthe / Camomille /
Be cool / Aqua rosa

*Lait végétal ou animal

Cocktails

MOJITO • 10

Rhum Havana (4 cl), citron vert, menthe, cassonade, eau gazeuse, Angostura

Supplément purée de fruits • 1

Fruits rouges / Fruits de la passion / Fraise

TI PUNCH • 6

Rhum Trois Rivières (4 cl), citron vert, cassonade

CAÏPIRINHA • 7

Cachaça (4 cl), citron vert, cassonade

Supplément purée de fruits • 1

Fruits rouges / Fruits de la passion / Fraise

PORNSTAR MARTINI • 10

Vodka (5 cl), liqueur de passion (2 cl), purée de passion, citron vert, sirop de vanille, prosecco

APÉROL SPRITZ • 8,50

Apérol (4 cl), prosecco (6 cl), eau gazeuse, tranche d'orange

FLEUR DE SUREAU SPRITZ • 9,50

Liqueur de sureau (4 cl), prosecco (6 cl), eau gazeuse, tranche de citron

PEACH BREAK • 7

Vin blanc (9 cl), crème de pêche (2 cl), jus de citron vert, ginger beer

MOSCOW MULE • 9,50

Vodka (4 cl), ginger beer (7 cl), citron vert, Angostura sur demande

LONDON MULE • 9,50

Gin (4 cl), ginger beer (7 cl), citron vert, Angostura sur demande

JAMAÏCAN MULE • 9,50

Rhum (4 cl), ginger beer (7 cl), citron vert, Angostura sur demande

PIÑA COLADA • 12

Rhum blanc (2 cl), rhum ambré (2 cl), jus d'ananas et crème de coco

AMÉRICANO • 9

Martini Rosso (2 cl), Campari (3 cl), Martini Dry (2 cl) et eau gazeuse

EXPRESSO MARTINI • 10

Vodka (5 cl), liqueur de café (3 cl), un expresso, sirop de sucre, blanc d'œuf

Mocktails

GONG HEALTH'ENERGY® • 7

Eau pétillante, jus de citron frais, miel, ginseng, menthe fraîche, collagène

VIRGIN MOJITO • 7,50

Sirop Monin saveur rhum (3 cl), citron vert, menthe, eau gazeuse

Supplément purée de fruits • 1

Fruits rouges / Fruits de la passion / Fraise

VIRGIN FLEUR DE SUREAU SPRITZ • 7,50

Liqueur de sureau sans alcool (4 cl), jus de pomme, eau gazeuse

VIRGIN PIÑA COLADA • 8,50

Sirop Monin saveur rhum (2 cl), crème de coco (2 cl), jus d'ananas

SURFBERRY POP • 7

Purée de fraise, jus de citron vert, menthe et Perrier

SUREAU CONCOMBRE FIZZ • 7,50

Fleur de sureau, sirop de concombre, Perrier, feuilles de menthe, rondelles de concombre

47° 17' 9" N
2° 18' 16" W

Les moyens de paiement acceptés:
Espèces | CB | Carte ticket restaurant | Chèques
Tous nos tarifs sont exprimés en euros service compris.

Carte des vins

Tous nos vins sont servis au verre (12,5 cl) ou à la bouteille (75 cl)

Blancs

OURS BLANC • 4,50 • 21

Les animaux, AOC Luberon

MENETOU SALON • 5 • 26

Domaine Beaurepaire

PIERRE FRITE • 5 • 30

Le Pas Saint-Martin, AOC Saumur

CHARDONNAY • 4,50 • 25

Domaine de l'Épinay

COTEAUX DU LAYON • 5,50 • 33

Les Marcottes, domaine Pierre Chauvin

CASTELLU DI BARICCI • 52

AOC Sartène, Corse

BORN TO BE FREE, SANS ALCOOL • 4 • 20

Chardonnay, Famille Pugibet

Rosés

ÉLÉPHANT ROSE • 4,50 • 21

Les animaux, AOC Luberon

NÉNETTE • 5 • 23

IGP Bouches du Rhône

TSH • 5,50 • 27

AOC Côte de Provence

CASTELLU DI BARICCI • 45

AOC Sartène, Corse

BORN TO BE FREE, SANS ALCOOL • 4 • 20

Famille Pugibet

Rouges

FOURMI ROUGE • 4,50 • 21

Les animaux, AOC Luberon

CÔTES DU RHÔNE • 4,50 • 21

Cuvée des Galets

MENETOU-SALON • 5 • 26

Domaine Beaurepaire

CUVÉE DOMAINE • 5,50 • 32

Domaine des Roches Neuves,
AOC Saumur-Champigny

CROZES-HERMITAGE • 40

Guigal

CÔTE-RÔTIE BRUNE & BLONDE • 85

Guigal

BORN TO BE FREE, SANS ALCOOL • 4 • 20

Merlot Cabernet, Famille Pugibet

Les moyens de paiement acceptés:
Espèces | CB | Carte ticket restaurant | Chèques
Tous nos tarifs sont exprimés en euros service compris

Pause gourmande

De 15h à 18h30

Collations

COOKIE • 3

BROWNIE • 5

BANANA BREAD • 5

AÇAÏ BOWL *medium* • 9 *large* • 12

Açaï glacé, fruits, granola,
pastilles chocolat 70%, caramel maison

Cafés accompagnés

CAFÉ TRÈS GOURMAND • 10

Large assortiment
de plusieurs desserts maison
Option double café / Crème / Thé • 2

CAFLAN • 8

Café et flan maison
Option double café / Crème / Thé • 2

Fait maison | Frais et local | Écolabelisé

Les moyens de paiement acceptés:
Espèces | CB | Carte ticket restaurant | Chèques
Tous nos tarifs sont exprimés en euros service compris.