

## TAPAS

Houmous et crudités 6€  
Lentilles vertes façon thai 6€  
Olivade et crudités 6€  
Croustillant de chèvre, mousse de betterave rouge 8€

Beurre de truffe 5€  
Burratina · pesto 8€  
Fromage de brebis truffé 8€  
Pélardon 6€  
Tête de moine 5€  
Tome chèvre ou brebis basque 5€

Brochettes de seiches à la plancha x 2 13€  
Encornets panés 10€  
Moules gratinées à l'aïoli x9 10€  
Gambas sauvages à la plancha x4 14€  
Truite fumée de Banka · crème de ciboulette citron 50g 10€

Foie gras mi-cuit maison 15€  
Brochettes de coeur de canard x4 7€  
Brochettes de poulet mariné x2 10€  
Samoussas de boeuf x4 10€  
Jambon des Aldudes 6€  
Jambon Kintoa 10€  
Chorizo ou saucisson ou jésus ou saucisse sèche 50g 6€

## PLANCHE

À PARTAGER...OU PAS !  
AUTOUR DU COCHON 20€

Jambon des Aldudes · chorizo · jésus · saucisse sèche · saucisson  
pâté "Trinque cochon" maison · confit d'oignons

LA COCHONAILLES ET FROMAGES 26€

Jambon des Aldudes · jambon Kintoa · saucisse sèche · confit d'oignons  
cabécou · tome de chèvre · tome de brebis basque

L'APÉRO TAPAS 29€

Olivade · jambon cru des Aldudes · Fougasse artisanale · samoussas de boeuf ·  
encornets panés · Moules gratinées à l'aïoli · brochettes de poulet mariné

LA MER 40€

Brochettes de seiche à la plancha · encornets panés  
Moules gratinées à l'aïoli · gambas à la plancha · aioli · poivrons de Padron

LA BOUCHÈRE 40€

Tartare de bœuf · samoussas de boeuf · brochettes de poulet mariné  
brochettes de magret de canard · poivrons de Padron · frites

LA FROMAGÈRE 26€

Tête de Moine · tome de brebis basque · tome de chèvre  
pavé de brebis à la truffe · pélardon · fruit sec ·

LA GOURMANDE 20€

3 mini salades de fruits · 3 mini gâteaux à l'orange · 3 mini tiramisus 3  
sucettes vanille glacées enrobées de chocolat · 3 mini brownies

## FORMULE

FORMULE AVÉ LES FÊTES\*  
45€ / PERSONNE

Formule 3 planches : entrée, plat, dessert  
servie uniquement à toute la table

PLANCHE ENTRÉE

Foie gras mi-cuit sur toast · Croustillant de  
chèvre · Moules gratinées  
Samoussa de bœuf · Toast de truite de  
Banka

PLANCHE PLAT CHAUD

Gambas sauvages à la plancha · compotée de fenouil au citron ·  
Magret de canard grillé · purée de patate douce

PLANCHE DESSERT

Cabecou des Loubes  
Mini tiramisu  
Sucette glacée vanille  
Brownies chocolat

## FROMAGE

Tome brebis basque 5€  
Tome chèvre basque 5€  
Tête de moine 5€  
Burratina · pesto 8€  
Pélardon 6€  
Pavé de brebis à la truffe 8€



L'INTÉGRALITÉ  
DE NOTRE CARTE EST  
DISPONIBLE À EMPORTER !

## PLANCHE REPAS

ENTRÉE · PLAT · DESSERT

LA TRINQUE FOUGASSE

Croustillant de chèvre, mousse de betterave rouge ·  
seiche à la plancha  
tartare de bœuf (ou jambon cru) · brochette de magret de canard  
frites · salade verte  
cabécou · gâteau à l'orange (huile d'olive & Safran)

LA TRINQUE VÉGÉTARIENNE 23€

Croustillant de chèvre, mousse de betterave rouge ·  
gratin de légumes de saison (Jardin de Costebelle)  
lentilles vertes à la thai · galette de légumes aux fromage · salade verte  
cabécou · gâteau à l'orange (huile d'olive & Safran)

LA BAMBINO 13€

Tomates cerises · saucisson  
steak haché frais · frites  
brownies

NOS SUPPLÉMENTS

Nous avons instauré un supplément sur nos sauces pour encourager la réduction  
du gaspillage et la gestion plus efficace des déchets.

Sauces : aïoli · tigre · barbecue · fromagère 0,50€  
Condiment ou beurre 0,50€

## PLAT

BOEUF ORIGINE FRANCE

Côte de boeuf · Aubrac 1200g 90€ ⌚ 30 min  
Entrecôte · Aubrac 350g 39€  
Bavette 250g 24€

Tartare de bœuf haché minute 300g 20€ \*  
Tartare de bœuf aller-retour 300g 21€ \*  
Carpaccio de boeuf · Aubrac 19€ \*

Burger Trinque · sauce barbecue maison 18€  
Burger Fougasse · sauce fromagère maison 20€  
Améliorez votre burger · lard grillé 1,5€

Sublimez votre viande · beurre de truffe 2,5€

Côte de cochon Kintoa (250g) 27€  
Magret de canard Sud-Ouest 28€

Pavé de thon pané au sésame · sauce tigre 28€  
Seiche à la plancha · persillade 27€

ACCOMPAGNEMENTS AU CHOIX

Frites · Salade · Gratin légumes de saison

GARNITURE SUPPLÉMENTAIRE 3€

## DESSERT

NOS DESSERTS FAIT-MAISON

Dessert de la semaine 5€  
Brownie · coulis caramel · crème anglaise 7€  
Gâteau à l'orange · huile d'olive et safran 7€  
Salade de fruits maison 7€  
Tiramisu amaretto 7€  
Crème brûlée vanille 7€  
Framboisier maison en verrine 7€

Gourmand 7€  
(gâteau à l'orange · tiramisu · brownie  
sucette vanille glacée · salade de fruits)  
+ boisson

GLACES EN VERRINE · G.CABIRON

Citron & feuilles de menthe 7€  
Chocolat & éclats de chocolat 7€  
Vanille & noix de Pécan 7€  
Fraise & basilic 7€

## VOS PHOTOS

Célébrez le Nouvel An avec  
Nous !  
Nous sommes ravis de vous  
accueillir pour cette soirée  
spéciale. N'oubliez pas de  
partager vos moments avec  
nous sur Instagram ! Identifiez-  
nous dans vos stories à  
@TrinqueFougasse pour que  
nous puissions célébrer  
ensemble vos souvenirs.

Bonne année et bon appétit !  
L'équipe de Trinque Fougasse

les TARTARES de boeuf, le CARPACCIO ne sont  
pas servis après 14 heures et après 22h.  
\*\*Modification de composition d'une planche 4€ /  
NOS PRODUITS D'ORIGINE ANIMALE SONT  
FRANÇAIS

SANS  
ALCOOL

## CAFÉS ET THÉS

Café · Décaféiné	2,5€
Café noisette · Déca noisette	2,6€
Double café · Double déca	4,5€
Café crème · Déca crème	5€

Cappuccino crème de lait	5€
Chocolat chaud	4€

Thé noir de Ceylan	3€
Thé Earl Grey au bleuet	3€
Thé vert à la menthe	3€
Verveine	3€
Tilleul	3€

## JUS DE FRUITS · ALAIN MILLIAT

Ananas	7,5€
Fraise	7,5€
Jus de passion	7,5€
Orange	7,5€
Pomme	7,5€
reinette	7,5€
Tomate	7,5€

## EAUX

Sémillante naturelle	3,5€
Sémillante gazeuse	3,5€

## SODAS

Coca-Cola et Coca Zéro	4€
Limonade artisanale & bio	4€
Fuzetea	3,50€

## TONICS · ARTONIC

Indian Tonic	4€
Ginger beer	4€

## SIROP À L'EAU ·

MAISON ROUTIN	20cl
	3€

citron · fraise · grenadine · pêche · menthe · orgeat

Supplément sirop au choix 0,30€

Tranche de citron ou d'orange 0,30€

ALCOOL

## APÉRITIFS

PARDI · spritz à la française 15cl	9€
PANIS · Pastis 3cl	4€
MARTINI · blanc ou rouge 6cl	6€
KIR · cassis, mûre ou pêche 12cl	6,5€
KIR ROYAL	8€

## BIÈRES

### BRASSERIE DES GARRIGUES

BELLE EN GOGUETTE 4,6°	5,5€	6€	13€	3,5€-6,5€
Panaché ( bière · limonade )	5€.	-	-	4,5€
Monaco ( bière · limonade · grenadine )	5,5€.	-	-	4,8€

TRIPLE HOT Gingembre · piment · poivre

Pâle bio sans gluten 6,6°	-	7€	14€	3,5€-6€
---------------------------	---	----	-----	---------

### FRAPPADINGUE

PALE ALE bio 8,5°	-	7€	14€	3,5€-6€
-------------------	---	----	-----	---------

### DEGRÉ Z

Blonde bio sans alcool 0,6°	-	6€	-	3€
-----------------------------	---	----	---	----

### BRASSERIE ÎLE D'ORLÉANS Québec

IPA ambrée RICHARD dit le castor 6°	7€	-	-	6€
-------------------------------------	----	---	---	----

### BRASSERIE HAACHT Belgique

Blanche SUPER HUIT 5,1°	6€	-	-	3,5€
-------------------------	----	---	---	------

### BRASSERIE ALARYK

Double pression	6,5€	-	-	7€
Double IPA	-	7€	-	5,5€
Sans gluten	-	7€	-	4,5€
Triple grain	-	8€	-	5€
Impérial stout	-	8€	-	5,3€

Supplément sirop au choix 0,30€

Tranche de citron ou d'orange 0,30€

## DIGESTIFS

### COQ Ô RICO

Liqueur de menthe	8€
Liqueur de citron	8€
Liqueur de cerise	8€

### MAISON CABANEL

Crème de Menthe	19,9€
Crème de citron	20,9€
Crème de Mandarine	22,9€



# NOTRE CARTE

## NOUVEL AN

## DÉCOUVRIR, DÉGUSTER ET CHOISIR



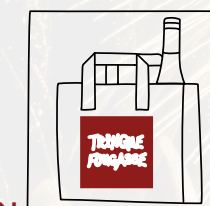
Après avoir pris place à table, venez avec votre numéro de table en tête nous rejoindre autour du bar à vin.

Nous vous ferons déguster une sélection de vins. Choisissez alors selon vos envies, le verre ou la bouteille qui accompagnera votre repas.



Vous avez apprécié le vin ! Vous avez la possibilité d'emporter, si affinités, la ou les bouteilles de votre repas ou d'autres de votre choix

Notre cave compte plus de 600 références de vin pour toutes occasions et pour tous les goûts.



+ DE 600 RÉFÉRENCES DE VIN

## RETROUVEZ-NOUS :



Bassin Jacques Coeur · Montpellier sud  
148 rue de Galata · 34000 Montpellier



271 Rue Théophraste Renaudot · ZAC du mas de grille  
34430 Saint Jean De Vedas

## RÉSERVATION :

TRINQUEFOUGASSE.COM

04 99 23 27 00