

L'ISPIENS

NOTRE CARTE

GRIGNOTAGE // TAPAS // ENTRÉES

Assiette de jambon ibérique affiné 30 mois (70gr) **13.00**

Lamelles d'encornet en friture, sauce tartare maison. **7.00**

Éperlans en friture, sauce tartare maison. **7.00**

Saucisse perche à partager. **8.00**

Aumonière de chèvre, abricot confit, miel, romarin et sa salade folle. **11.00**

Planche de charcuterie (1 à 2 pers.) Jambon Serrano, Chorizo, Coppa, Rosette, Melsat snacké, focaccia toastée. **12.00**

Gravlax de saumon à l'aneth et sa gaufre liégeoise juste tiède, guacamole citronné maison **14.00**

Trilogie de tomates anciennes et Burrata, pesto, olives noires et copeaux de Parmesan. **14.00**

Salade de L'Ispiens :

Gésiers & magret séché maison, Melsat snacké, salade verte, tomates. **14.00**

Salade gourmande :

Foie gras mi-cuit maison, gésiers & magret séché maison, Melsat snacké, salade verte, tomates, focaccia toastée. **17.00**

Foie gras mi-cuit maison (90gr), chutney du jour maison, focaccia toastée. **19.00**

PLATS

Le burger de L'Ispiens :

Steak haché frais (180gr), sauce tartare, crémeux de Cheddar, lard grillé, salade verte et frites fraîches maison. **17.00**

Le burger végétarien : Steak de soja, sauce tartare,

crémeux de Cheddar, salade verte et frites fraîches maison. **16.00**

Confit de canard "al forno", sauce au choix. **16.00**

Magret de canard (300gr) grillé à la plancha, salade et frites fraîches maison, sauce au choix. **21.00**

Tartare de boeuf coupé au couteau (maison)

100% boeuf (200gr), jaune d'oeuf, condiments préparés, salade verte et frites fraîches maison. **22.00**

Entrecôte, salade et frites fraîches maison, sauce au choix. **25.00**

Parillade de viandes : Sélection de viandes, sauce au choix,

salade verte et frites fraîches maison. **25.00**

Tentacules d'encornet géant, sauce antiboise. **22.00**

Seiches tapées au piment d'Espelette "al forno". **23.00**

Assiette de la mer : Assortiment selon le retour de pêche. **27.00**

Poisson d'arrivage selon le retour de pêche. **Prix selon le cours du jour**

Notre carte évolue au fil des saisons, des arrivages et de l'inspiration du chef. Afin de vous proposer des produits frais, sélectionnés avec soin et travaillés au meilleur de leur qualité, certains plats et suggestions pourront changer régulièrement. Cette cuisine vivante nous permet de privilégier la fraîcheur, le goût et les producteurs avec lesquels nous travaillons au quotidien. Certains produits peuvent manquer, victimes de leur succès.

MENU À 29.00€

Aumonière de chèvre, abricot confit, miel, romarin et sa salade folle

Trilogie de tomates anciennes et Burrata, pesto, olives noires
et copeaux de Parmesan.

Confit de canard "al forno", sauce au choix.

Poisson d'arrivage selon le retour de pêche.

Duo de fromage de pays.

Panna Cotta aux fruits rouges.

Mousse au chocolat noir, copeaux de chocolat blanc.

MENU ENFANT jusqu'à 10 ans. 11.00

Verre de sirop à l'eau ou Diabolo, Limonade, Coca, Fuze tea,
jus de pomme, orange, ananas

Steak haché ou croustis de poulet ou fish&chips

1 Boule de glace

**Notre carte évolue au fil des saisons, des arrivages et de l'inspiration du chef.
Afin de vous proposer des produits frais, sélectionnés avec soin et travaillés au meilleur
de leur qualité, certains plats et suggestions pourront changer régulièrement.
Cette cuisine vivante nous permet de privilégier la fraîcheur, le goût
et les producteurs avec lesquels nous travaillons au quotidien.
Certains produits peuvent manquer, victimes de leur succès.**

L'ISPIENS

DESSERTS

Duo de fromage de pays, fruits secs. **7.50**

Tartelette de fruits frais. **7.50**

Panna Cotta aux fruits rouges. **7.50**

Tiramisu. **7.50**

Mousse au chocolat noir, copeaux de chocolat blanc. **7.50**

Café gourmand. **7.50**

Profiteroles au chocolat (2 choux maison)
glace vanille et chocolat chaud. **7.50**

Maxi profiteroles au chocolat (3 choux maison)
glace vanille et chocolat chaud. **8.50**

Thé / Infusion gourmand(e). **8.50**

Irish ou Arma coffee. **10.00**

Café et digestif gourmand. **11.00**

Champagne gourmand. **11.00**

NOS GLACES

1 boule: **3.00** --- 2 boules: **5.00** --- 3 boules: **7.00**

Vanille intense de Madagascar, Café pur Arabica, Chocolat et ses morceaux,
Menthe chocolat, Noix de coco, Caramel doux aux morceaux de caramel
fondant, Fraise, Citron vert et ses zestes, Mandarine
Passion, Coeur d'Ananas, Rhum raisins macérés, Smarties.

Dame blanche **7.50**
glace vanille, sauce chocolat chaud, chantilly

La bounty **7.50**
glace noix de coco, sauce chocolat chaud, chantilly, coco rapée.

Chocolat ou Café ou Caramel liegeois **7.50**

LA COLONEL Vodka, sorbet citron vert. **8.50**

LIMONCELLO Limoncello, sorbet citron vert. **8.50**

AFTER EIGHT Get 27, glace menthe-chocolat. **8.50**



L'ISPIENS

CARTE DES BOISSONS

COCKTAILS MAISON

L'ISPIENS Rhum, jus d'orange, grenadine, limonade.	9.50
VARADERO Rhum blanc et brun, mangue, ananas, cranberry, citron.	9.50

SPRITZ Apérol, méthode gaillacoise, eau gazeuse.	9.00
SPRITZ BLANC Liqueur de St. Germain (fleurs de sureau), méthode gaillacoise, eau gazeuse.	9.00
LIMONCELLO SPRITZ Liqueur de citron, méthode, eau gazeuse.	9.00
MOJITO Rhum blanc & brun, citron vert, menthe fraîche, Angostura	9.00
PINA COLADA Rhum blanc, jus d'ananas, coco, crème.	9.00
MOSCOW MULE Vodka, citron vert, ginger beer.	9.00
LONDON MULE Gin, citron vert, ginger beer.	9.00

CAÏPIRINHA Cachaça, citron vert, sucre de canne.	8.50
AMÉRICANO Martini rouge, Campari, eau gazeuse.	8.50

COCKTAILS SANS ALCOOL

RIO Jus d'orange, grenadine, limonade	6.00
VIRGIN SPRITZ Sirop orange spritz, tonic, limonade	6.00
COCOLADA Jus d'ananas, crème coco, lait	6.00
Virgin MOJITO	6.50
Sirop de rhum, citron vert, menthe fraîche, eau gazeuse	

APÉRITIFS

RICARD 2cl	3.00
RICARD TOMATE - MAURESQUE - PERROQUET 2cl	3.30
MARTINI BLANC/ROUGE 6cl	5.00
MARTINI TONIC 6cl (tonic, citron)	6.50
MUSCAT - PORTO - SUZE 6cl	5.00
KIR AU VIN BLANC (Cl. Termes) 12cl	3.50
KIR MÉTHODE GAILLACOISE (Salvy) 12cl	6.00
KIR ROYAL (Champagne Mercier) 12cl	9.00
MALIBU - VODKA 4cl	5.00
MALIBU ANANAS 12cl	6.00
VODKA ORANGE 12cl	6.00
VODKA TONIC 12cl	6.00

BIÈRES

LOBURG (PRESSION) - BLONDE 5,7° - PILS - BELGE	15CL: 3.00 // 25CL: 4.00 // 50CL: 7.50
LEFFE (PRESSION) - BLONDE 6,6° - BELGE D'ABBAYE	15CL: 3.00 // 25CL: 4.20 // 50CL: 8.00
KWAK (PRESSION) - 8,4° - BELGE	15CL: 3.50 // 25CL: 4.50 // 50CL: 8.50
DEMI (PRESSION) SIROP	15CL: 3.50 // 25CL: 4.50 // 50CL: 8.00
MONACO (PRESSION) BIÈRE + LIMONADE + GRENADINE	15CL: 3.50 // 25CL: 4.50 // 50CL: 8.00
PANACHÉ (PRESSION) BIÈRE + LIMONADE	15CL: 3.20 // 25CL: 4.20 // 50CL: 7.70
PICON BIÈRE (PRESSION) 25CL	4.80
BIÈRE SANS ALCOOL 25CL	5.00



BIÈRES ARTISANALES

FADA - BRASSÉE EN PROVENCE - 33CL -	5.50
ABRICOT - 4,8°	
BLANCHE - 5°	
BLONDE - 5,5°	
IPA - 5°	
TRIPLE - 8°	

SOFT

SIROP - 20cl - grenadine - fraise - framboise - citron - pomelo - pêche - menthe - orgeat - violette - lavande - sureau - gingembre basilic - concombre - estragon - spéculoos - pain d'épices - caramel - châtaigne - vanille	2.00
LIMONADE - 25cl	2.50
DIABOLO - 25cl - limonade et sirop	3.00
JUS DE FRUITS - 25 cl - orange - pomme - ananas - tomate	3.50
COCA COLA - COCA ZERO - 33cl	3.50
FUZE TEA PÊCHE - SCHWEPPEES - ORANGINA - 25cl	3.50
GINGER BEER - 25cl	5.00
PERRIER - 33cl	3.50
VITTEL - 100cl	4.50
PERRIER fines bulles -	50cl: 4.00 // 100cl: 6.00

WHISKY

BALLANTINES - 4cl - 40° (+adjuvant: + 1€)	6.00
CHIVAS 12 ans - 4cl - 40°	7.50
TALISKER - 4cl - 45,8° - ÉCOSSE - affiné en fût de Porto. Tourbé.	8.00
NIKKA - 4cl - 51,4° - JAPON - FROM THE BARRELL	8.50

DIGESTIFS

ARMAGNAC - COGNAC - CALVADOS - 4cl	6.00
CALVADOS DROUIN	8.00
ALCOOL DE PRUNE - ALCOOL DE POIRE - 4cl	6.00
LIQUEUR DE TOMATES - CAZOTTES - 2022 - TARN	7.00
MARC DE RAISIN - CHATEAU DE SAURS - TARN - 4cl	8.00
LIMONCELLO - 4cl	6.00
MANZANA - 4cl	5.00
GET 27 - GET 31 - BAILEY'S - MALIBU - 4cl	6.00
IRISH COFFEE - 18cl - Whisky, café, sucre, chantilly	10.00
ARMA COFFEE - 18cl - Armagnac, café, sucre, chantilly	10.00

RHUM

BLANC HAVANA CLUB 3ANS - 4cl - 37,5°	6.00
BRUN HAVANA CLUB ESPECIAL - 4cl - 37,5°	6.50
BRUN - DON PAPA - 4cl - 40° - PHILIPPINES - arômes vanillés	7.50
BRUN - DIPLOMATICO - 4cl - 40° - VENEZUELA	8.00

GIN

GIN - GORDON'S	6.00
GIN - GORDON'S TONIC	7.00
GIN - BOMBAY SAPPHIRE	8.00
GIN - BOMBAY TONIC	9.00

BOISSONS CHAUDES

CAFÉ - ITALIEN - ALLONGÉ	1.90
DÉCAFÉINÉ - ALLONGÉ DÉCAFÉINÉ	2.10
NOISETTE	2.10
CAPPUCCINO	3.60
DOUBLE CAFÉ - GRAND CRÈME	3.60
THÉ - INFUSION BIO Comptoir RICHARD	3.00

VINS AU VERRE (15CL)

ROUGE

CHÂTEAU DE SAURS - PETIT COQUIN - BIO	3.50
DOMAINE CARCENAC - PRUNELART	5.50
ST NICOLAS DE BOURGUEIL	5.50
CHÂTEAU DE SAURS - ÉLIÉZER - BIO	6.00
DOMAINE BRIN - VENDEMIA - BIOdynamie	6.00

ROSÉ

DOMAINE SARRABELLE - IN SARRA	4.00
-------------------------------	------

BLANC SEC

DOMAINE SALVY - 100% MAUZAC	4.00
VALLÉE DU RHÔNE - PARALLÈLE 45 - BIO	4.50
BOURGOGNE - CHARDONNAY	5.00
DOM.BRIN - PIERRES BLANCHES - BIOdynamie	7.00

BLANC DOUX

DOMAINE SALVY.	5.00
COMTE DE THUN - C'EST SI DOUX - 2008	6.50

EFFERVESCENT

DOMAINE SALVY - MÉTHODE ANCESTRALE	5.50
CHAMPAGNE - MERCIER - BRUT	9.00





L'ISPIENS

CARTE DES VINS

ROUGE - GAILLAC

CHÂTEAU CLÉMENT TERMES "TRADITION" - 2023 - (37,5cl) 9.00
Braucol, Syrah, Duras, Merlot

COMTE DE THUN "CHOPE LE COQ" - 2019 - (75cl) 17.00
Cabernet-Franc, Merlot, Syrah

CHÂTEAU DE SAURS "LE PETIT COQUIN" BIO (75cl) 17.00
Côtes du Tarn

CAUSSE MARINES "LES PEYROUZELLES" BIO - 2023 (75cl) 19.00
Braucol, Syrah, Duras et Prunelard

DOMAINE SARRABELLE "ST ANDRÉ" - 2023 - (75cl) 19.00
100% Braucol

DOMAINE CARCENAC "100% PRUNELART" - 2023 (75cl) 20.00

COMTE DE THUN "LA PARRAZAL" - 2014 - (75cl) 20.00
Merlot, Cabernet-Sauvignon, Syrah

CH. DE SAURS "RÉSERVE ÉLIÉZER" BIO - 2024 - (37,5cl) 14.00
Braucol, Duras, Syrah, Cabernet-Sauvignon (75cl) 23.00

COMTE DE THUN "LA CABANE" - 2012 - (75cl) 22.00
Cabernet-Franc

DOMAINE DE BRIN "VENDEMIÀ" BIOdynamie - 2023 (75cl) 22.00
Duras, Braucol, Prunelart, Syrah, Merlot

COMTE DE THUN "LA TARABELLE" - 2015 - (75cl) 36.00
100% Syrah

DOMAINE SARRABELLE "IN VINUM" - 2017 - (75cl) 40.00
99% Braucol (24 mois en fût, 12 mois en amphore)

ROUGE - D'AILLEURS

LANGUEDOC ROUSSILLON - SUD OUEST

LES COTEAUX DU PIC "CH. LANCYRE" - 2024 - (75cl) 24.00
AOP Pic St Loup - Grenache noir, Syrah

VALLÉE DE LA LOIRE

ST NICOLAS DE BOURGUEIL - DOM. OLIVIER - 2023 - (75cl) 22.00
Cabernet-Franc

PICHETS

25cl : 3.50

50cl : 5.50

GAILLAC Rouge, Blanc et Rosé

DOMAINE SALVY - AOC GAILLAC



BLANC SEC - GAILLAC

DOMAINE SALVY - 100% MAUZAC - 2024	(75cl) 17.00
COMTE DE THUN "CHOPE LE COQ" - 2024	(75cl) 18.00
DOMAINE SARRABELLE "IN SARRA" - 2024	(50cl) 13.00
Loin de l'oeil, Muscadelle, Mauzac	(75cl) 18.00
CAUSSE MARINES - "LES GREILLES" - 2021 - BIO	(75cl) 19.00
Mauzac, Loin de l'oeil, Muscadelle, Chenin et Sémillon	
DOM.BRIN "PIERRES BLANCHES" BIOdynamie - 2024	(75cl) 28.00
Mauzac et Loin de l'Oeil	



BLANC SEC - D'AILLEURS

<u>VALLÉE DU RHÔNE</u>	
P. JABOULET "PARRALLÈLE 45" BIO - 2024	(75cl) 19.00
Viognier, Marsanne, Grenache	
<u>BOURGOGNE BLANC</u>	
OLIVIER DEPARDON - CHARDONNAY - 2023	(75cl) 19.00

ROSÉ - GAILLAC

DOMAINE SARRABELLE "IN SARRA" - 2024	(50cl) 12.00
Duras, Syrah, Brauocol	(75cl) 18.00

ROSÉ - D'AILLEURS

<u>PROVENCE - VAR</u>	
M de MINUTY - 2024	(75cl) 29.00
Grenache, Syrah, Cinsault, Tibouren	
TASQUIER - 2024	(75cl) 19.00
Grenache, Carignan, Syrah	

BLANC DOUX - GAILLAC

DOMAINE SALVY - 2024	(75cl) 18.00
Mauzac, Muscadelle	
COMTE DE THUN - "C'EST SI DOUX" - 2008	(50cl) 19.00
Sémillon	



EFFERVESCENT

<u>GAILLAC</u>	
DOM. SALVY "LA MÉTHODE GAILLACOISE"	(75cl) 23.00
100% Mauzac - 2024	
<u>CHAMPAGNE</u>	
MERCIER "BRUT"	(75cl) 50.00

SI VOUS NE FINISSEZ PAS VOTRE BOUTEILLE, EMPORTEZ-LÀ !



MENU DU JOUR selon le retour du marché.

(le midi uniquement, du mercredi au vendredi)

Entrée / Plat / Dessert : **17,90€**

Entrée / Plat ou Plat / Dessert : **14,90€**

Plat du jour : **12,90€**

RESTAURANT L'ISPIENS

Ouvert midi et soir du mercredi au dimanche midi.

www.ispiens.com

05.63.33.56.81 // contact@ispiens.com

Repas de groupe - Évènements familiaux - Réunion de travail

Location de notre Salle de séminaire - Demandez un devis.

Contactez-nous.

Notre carte évolue au fil des saisons, des arrivages et de l'inspiration du chef.

Afin de vous proposer des produits frais, sélectionnés avec soin et travaillés au meilleur de leur qualité, certains plats et suggestions pourront changer régulièrement.

Cette cuisine vivante nous permet de privilégier la fraîcheur, le goût et les producteurs avec lesquels nous travaillons au quotidien. Certains produits peuvent manquer, victimes de leur succès.

**NOUVEAU À L'ISPIENS
À PARTIR DU MOIS DE JUIN**

**STEAK HOUSE
BARBECUE AU FEU DE BOIS**

**NOUVEAU À L'ISPIENS
À PARTIR DU MOIS DE JUIN**

**STEAK HOUSE
BARBECUE AU FEU DE BOIS**

**NOUVEAU À L'ISPIENS
À PARTIR DU MOIS DE JUIN**

**STEAK HOUSE
BARBECUE AU FEU DE BOIS**