

L'ISPIENS

NOTRE CARTE

GRIGNOTAGE // TAPAS // ENTRÉES

Assiette de jambon ibérique affiné 30 mois (70gr) **15.00**

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

Planche de charcuterie (1 à 2 pers.) Jambon Serrano, Chorizo, Coppa, Rosette, Melsat snacké, cornichons, focaccia toastée. **15.00**

Carpaccio de poulpe, vinaigrette aux fruits de la passion, pickles d'oignons rouges, ciboulette, piment d'Espelette. **14.00**

Salade de chèvre chaud au miel, lard grillé, tomates et croûtons. **18.00**

Salade du Sud-Ouest :

Gésiers confits & magret séché maison, Melsat snacké, pickles d'oignons rouges, salade verte, tomates, pain toasté. **17.00**

Salade César au poulet pané Panko, sauce maison, tomates cerises, demi-oeuf dur, anchois, olives noires, copeaux de Parmesan, balsamique. **19.00**

PLATS

Burger de L'Ispiens :

Steak haché frais, Cheddar, lard grillé, tomates, oignons confits, salade verte et frites fraîches maison, sauce tartare maison. **18.00**

Burger végétarien : Steak de soja, tomates, oignons confits, Cheddar, salade verte et frites fraîches maison, sauce tartare maison. **16.00**

Éffiloché d'agneau cuisson basse température
et son jus de viande réduit truffé. **25.00**

Magret de canard ORIGINE FRANCE (350/400gr) grillé à la plancha, salade et frites fraîches maison, sauce au choix. **28.00**

Carpaccio de boeuf, condiments, copeaux de Parmesan, Burrata au pesto maison, salade verte. **20.00**

Entrecôte (350gr), salade et frites fraîches maison, sauce au choix. **26.00**

Pavé de saumon grillé à la plancha (200gr), beurre blanc à la violette, légumes de saison. **19.00**

Seiche entière en persillade, légumes de saison. **22.00**

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

Supplément frites : 5.00

Supplément sauce : 1.50

**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,
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 DÉCOUVERTE à 29.00€

Éperlans en friture, sauce tartare maison.

Verrine de chèvre frais et son coulis de piment doux, pain grillé, tuile de Parmesan.

Demi-magret à la plancha, sauce au choix, frites, salade.

Pavé de saumon grillé (120gr), beurre blanc à la violette.

Duo de fromage de pays.

Salade de fruits frais de saison maison .

Profiteroles glacés à la vanille, sauce chocolat maison, amandes effilées, Chantilly.

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,
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 MAISON

Plateau de fromage **9.00**

Salade de fruits frais de saison maison. **7.50**

Crème brûlée au Grand-marnier. **7.50**

Mousse au chocolat noir, Spéculoos concassé. **7.50**

Tiramisu au Nutella et Spéculoos. **7.50**

Profiteroles glace vanille, sauce chocolat maison, amandes torréfiées, chantilly.
2 choux : **7.50** --- 3 choux : **9.50**

Café gourmand. **7.50**

Thé/Infusion gourmande. **8.50**

Café et Digestif gourmand. **11.00**

Champagne gourmand. **11.00**

Irish ou Arma coffee. **10.00**

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, Pistache, Caramel doux aux morceaux
de caramel fondant, Fraise, Cassis, Citron vert et ses zestes, Passion, Pêche de vigne,
Ananas, Rhum-raisins macérés, Smarties.

Dame blanche ou Dame verte **7.50**
glace vanille ou pistache, sauce chocolat chaud, chantilly

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

Chocolat ou Café ou Caramel liégeois **7.50**

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
CHAMP'FIZZ Gin, champagne, sucre de cannes et citron.	11.00

SPRITZ Apérol, méthode gaillacoise, eau gazeuse.	9.00
HUGO SPRITZ 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
OCCITAN MULE Vodka, Noilly Prat, citron vert, Ginger beer, menthe	9.50
CAÏPIRINHA Cachaça, citron vert, sucre de canne.	8.50
AMÉRICANO Martini rouge, Campari, eau gazeuse.	8.50
MARGARITA TROPICALE Téquila, Curacao, mangue et citron.	9.00

COCKTAILS SANS ALCOOL

RIO Jus d'orange, grenadine, limonade	6.00
VIRGIN SPRITZ Bitter by Monin, tonic, eau gazeuse	6.00
VIRGIN MARTINI VIBRANTE Martini Vibrante, tonic, eau gazeuse	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 (100% mauzac Salvy) 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°	
TRIPLE - 8°	
SE CANTO - BRASSÉE DANS L'HÉRAULT - 33CL - IPA - 5,5°	5.50

SOFT

SIROP - 25cl	2.00
grenadine/menthe/fraise/framboise/citron/pêche/orgeat violette/lavande/gingembre/pain d'épices/épices d'hiver chataigne/caramel/vanille/fleur de sureau/pomme verte basilic/estragon/concombre	
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 - SCHWEPES - 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
ST NICOLAS DE BOURGUEIL	5.50
CHÂTEAU DE SAURS - ÉLIÉZER - BIO	6.00
DOMAINE BRIN - VENDEMIA - BIO dynamie	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 - BIO dynamie	7.00

BLANC DOUX

DOMAINE SARRABELLE	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

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

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

COMTE DE THUN "PINOT NOIR" - 2017 - (75cl) 28.00

COMTE DE THUN "LA TARABELLE" - 2015 - (75cl) 35.00
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
DOM.BRIN "PIERRES BLANCHES" BIOdynamie - 2024	(75cl) 28.00
Mauzac et Loin de l'Oeil	



BLANC SEC - D'AILLEURS

VALLÉE DU RHÔNE

P. JABOULET "PARRALLÈLE 45" BIO - 2024	(75cl) 19.00
Viognier, Marsanne, Grenache	

BOURGOGNE BLANC

OLIVIER DEPARDON - CHARDONNAY - 2023	(75cl) 19.00
--------------------------------------	--------------

ROSÉ - GAILLAC

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

ROSÉ - D'AILLEURS

PROVENCE - VAR

M de MINUTY - 2024	(75cl) 29.00
Grenache, Syrah, Cinsault, Tibouren	
TASQUIER - 2024	(75cl) 19.00
Grenache, Carignan, Syrah	

BLANC DOUX - GAILLAC

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



EFFERVESCENT

GAILLAC

DOM. SALVY "LA MÉTHODE GAILLACOISE"	(75cl) 23.00
100% Mauzac - 2024	

CHAMPAGNE

MERCIER "BRUT"	(75cl) 50.00
----------------	--------------

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