



ÉDITION PRINTEMPS 2023

# LE CAVOK

PRÉVISIONS  
POUR CARNAC PLAGE :

La seule météo fiable  
à 100% est celle de la veille

PUB, BARBECUE & LIVE MUSIC

www.bistrotsoleil.com

BY BISTROT SOLEIL

## Les PLANCHES

- **La cochonaille** ..... 19,00€  
Rosette, chorizo, lomo, jambon aux herbes, jambon de pays, pâté en croûte & cornichons
- **Le fromager** ..... 19,00€  
Assortiment de 4 fromages de la ferme
- **L'étal** ..... 22,00€  
Cevice thaï et péruvien, tarama, rilette de la mer, 3 huîtres n°3
- **Le Mezze méditerranéen** (V) ..... 19,00€  
Houmous à la betterave, guacamole, caviar d'aubergines, olives kalamata & pain méditerranéen

## IL EST L'HEURE DE PASSER À TABLE

- **Os à moëlle** ..... 9,00€  
À la fleur de sel
- **Œuf cocotte du moment** (V) ..... 7,00€  
Servi avec ses mouillettes
- **Ceviche de daurade** (V) ..... 10,00€  
Citron vert, coriandre, graines & huile de sésame, piments oiseaux
- **Mont d'or** (V) ..... 14,00€  
170g - Rôti au four & mouillettes
- **Burrata** (V) ..... 15,00€  
Demi ficelle frotée à l'ail, chiffonade de jambon sec, pesto & roquette

- **Tartare de bœuf au couteau** ..... 18,00€
- **La co'cote** ..... 17,00€  
Poulet pané au lait ribot, salade, parmesan, oignons rouges, tomates d'antan & sauce mayonnaise ail-curry-coriandre
- **L'hivernal** ..... 20,00€  
Mont d'or rôti au four, jambon aux herbes, pommes de terre grenailles, sauce maison & salade verte

## HOP ! RETOUR DE PÊCHE

- **Poulpe snacké** ..... 21,00€  
Au barbecue, sauce pico de gallo, caponata, grenade & salicorne
- **Le BIG Ceviche Péruvien** ..... 18,00€  
Daurade, fruits de la passion, lait de coco, citron vert, oignons rouges, ail & coriandre
- **Le BIG Ceviche à la thaï** ..... 18,00€  
Daurade, citron vert, coriandre, graines & huile de sésame & tranches de piments oiseau

• Poisson selon arrivage

TOUS LES  
LES *Plats*  
de notre carte sont  
**FAITS MAISON**

et élaborés sur place à  
partir de produits bruts

PRIX TTC/SERVICE COMPRIS

## À L'APÉRO ET À partager

- Tarama
- Guacamole (V)
- Houmous à la betterave (V)
- Tarama aux oeufs de cabillaud
- Caviar d'aubergines (V)
- Rilette de la mer

8€



## COQUILLAGES

de nos côtes

Huîtres n°3 de chez notre copain  
Thomas à St-Philibert (JMT)

- Les 6 ..... 11,50€
- Les 9 ..... 17,00€
- Les 12 ..... 21,50€

## Côté fraîcheur

- **Le BIG Ceviche Thaï** ..... 18,00€  
Daurade, citron vert, coriandre, graines & huile de sésame, tranches de piments oiseau
- **Le BIG Ceviche Péruvien** ..... 18,00€  
Daurade, fruits de la passion, lait de coco, citron vert, oignons rouge, ail & coriandre

- **Bowl de saumon** ..... 18,00€  
Duo de quinoa, tagliatelles de courgettes, pickles de poivrons, wakame, cacahuètes, pousses de soja, menthe & sauce miel mayo citron
- **Le carpaccio classique** ..... 15,00€  
Huile d'olive, copeaux de parmesan, basilic
- **Le carpaccio thaï** ..... 16,50€  
Sauce thaï, sésame, coriandre, gingembre & piments oiseaux



*Moules*  
**DE BOUCHOT**

Sauce du jour

16,00€

SERVIES DE MI-JUIN  
À MI-SEPTEMBRE

## FORMULE DU midi

ENTRÉE + PLAT

ou

PLAT + DESSERT

20,00€

ENTRÉE + PLAT

+ DESSERT

25,00€

ENTRÉE

Œuf cocotte du moment (V) Servi avec ses mouillettes

PLATS

**Le BIG Ceviche Thaï** .....  
Daurade, citron vert, coriandre, graines & huile de sésame, tranches de piments oiseau

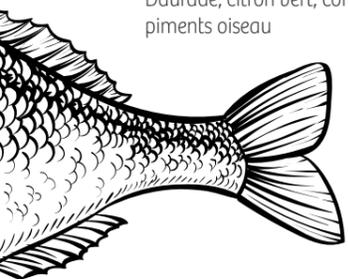
**Bavette (200g)** .....  
Marinée aux épices marocaines, huile de coriandre & sauce blanche maison

DESSERT

Café gourmand

Boissons chaudes au choix + 3 gourmandises

DISPONIBLE  
de 12h à 14h  
du lundi  
au vendredi



PIMENTÉ | (V) VÉGÉTARIEN

# CUISINE DE RUE

- **Tacos de Pulled Pork** ..... 17,50€  
Tortillas de Mais, éffiloché de porc cuit à basse température, guacamole, pickles de poivrons, coriandre & sauce barbecue
- **Cheeseburger** ..... 17,50€  
Steack haché 150g, sauce barbecue, tomates, cornichons, oignons rouges & cheddar fumé
- **Shawarma** 🍴❤️ ..... 21,50€  
Tortillas de blé, éffiloché de boeuf mariné, concombre, pico de gallo, salade & sauce blanche maison
- **La Tartine du Cavok** ❤️ ..... 16,50€  
Pain «All-Black» de la Boulange, saumon fumé, fromage frais, avocat, oeuf mollet, pousses d'épinards, graines de courge & curry

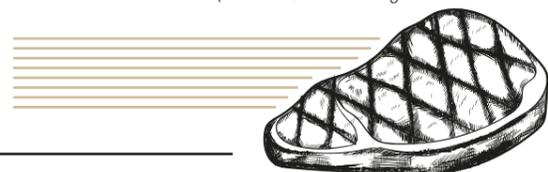


# HERBIVORE

- **Le Mezze méditerranéen** (V) ..... 19,00€  
Houmous à la betterave, guacamole, caviar d'aubergines, olives kalamata, pain méditerranéen
- **Dolce Vita** (V) ..... 15,00€  
Caponata de tomates, aubergines rôties, câpres, origan frais, oignons caramélisés

# HOUSE SPECIALS

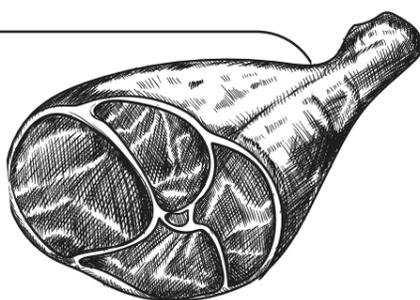
- **Travers de porc** ..... 18,50€  
Élevé sur paille en Bretagne & cuit dans sa sauce BBQ
- **Poulet Sweet & Sour** ❤️ ..... 18,50€  
Poulet «Label Rouge» breton pané & mariné au lait ribot, citron vert, coriandre, sauce sweet & sour
- **Carré d'agneau** ..... 24,00€  
Cuit basse température, miel & thym



# BEEF CLUB

BŒUF ET VIANDE DU TERROIR FRANÇAIS

- **Bavette** 🍴❤️ ..... 17,50€  
(200g) marinée aux épices marocaines, huile de coriandre & sauce blanche maison
- **Faux-filet de boeuf** ..... 24,00€  
(250g), Normande mûré 3 semaines
- **Le tigre qui pleure** 🍴🍴❤️ ..... 29,00€  
(200g), Filet de boeuf Normand mariné à la menthe & coriandre, noix de cajou, piments oisieux & sauce thai
- **Entrecôte** ..... 27,00€  
(300g), Normande



# FEU À BOIS ET BARBECUE

Toutes nos viandes et poissons sont grillées sur un barbecue à pierre de lave volcanique.

## LE BOEUF WAGYU 和牛

Fondée en 2009, Miyabi élève des bovins Wagyu dans le nord de la Bretagne. Le boeuf Wagyu est prisé en raison de son persillage intense, apportant tendreté et un gout fondant unique.

- **L'Arriavage** ..... Selon arriavage  
Demandez au serveur de vous déposer la carte des «Grandes Viandes» sur table
- **Wagyu Roll** ..... 27,00€  
Éffiloché de boeuf Wagyu, pain brioché de «La Boulange», sauce cocktail du Cavok, coriandre & pickles de poivrons

## À PARTAGER À DEUX OU PLUS...

- **Côte de boeuf** ..... 36€/Prs  
(1-1,2kg)
- **T-Bone de boeuf** ..... Selon arriavage  
Une viande avec son Os en T, d'un côté le faux filet de l'autre le filet de boeuf. Un spectacle devant vos yeux ! Se référé à l'ardoise

## Sauces MAISON

POIVRE  
CHIMICHURRI

SWEET&SOUR  
BÉARNAISE

BARBECUE  
ROQUEFORT



ÉLÉGANCE  
& tradition

# Accompagnements

- Frites fraîches du Morbihan (V) • Frites à l'huile de truffe & parmesan +4€ (V) • Purée de pommes de terre au beurre
- Légumes de saison (V) • Salade verte (V)

# DESSERTS

- **Le café des gourmandises** ..... 8,00€  
3 gourmandises maison
- **L'Irish gourmand** ..... 14,00€
- **Mousse au chocolat** ..... 7,00€
- **Crème brûlée** ..... 7,50€
- **Paris-Carnac** Paris Brest revisité ..... 8,00€
- **Cookies** ..... 3,50€  
Chocolat noir / Éclats de noisettes & pralins
- **Peanut's Missu** ..... 8,00€  
Mascarpone / Pralins / Caramel au beurre salé

## Glaces ARTISANALES DE L'IGLOO

- 1 boule ..... 3,50€
- 2 boules ..... 6,00€
- 3 boules ..... 8,00€

## Nos PARFUMS

DE NOS SORBETS ET DE NOS GLACES

VANILLE

CHOCOLAT

PASSION

CITRON VERT

FRAMBOISE

CARAMEL  
au beurre salé

RETROUVEZ- NOUS  
sur les réseaux !

