



  
Au Jardin  
de La Vague



La Vague de Saint Paul vous invite à voyager au cœur de la Méditerranée et autour du monde.  
Notre but est de vous faire découvrir le meilleur de nos produits à travers une cuisine simple et savoureuse.  
Nos plats sont élaborés avec des produits frais et locaux.  
Vous pourrez ainsi découvrir nos créations régulièrement renouvelées.

*La Vague de Saint Paul invites you to travel in the heart of the Mediterranean and around the world.  
Our goal is to make you discover the best of our products by a simple and tasty cuisine with fresh and local food.  
New menus will be then proposed regularly.*

Notre chef **AKHARA CHAY**, Nicolas, Jérémy et toute leur équipe sont heureux de vous accueillir  
et vous souhaitent de passer un agréable moment parmi nous.

*Our Chef Akhara Chay, Nicolas, Jeremy and the whole team are pleased to welcome you  
and wish you a very pleasant moment among us.*

« *La Gastronomie est l'art d'utiliser la nourriture pour créer du bonheur* »  
Théodore Zeldin





## Menus du jour

*Menus of the day*

**Déjeuner Business 2 plats, eau et café inclus\* : 25€ par personne**

**Menu Déjeuner 3 plats, eau et café inclus : 29€ par personne**



**Menu Dîner 4 plats, hors boissons : 49€ par personne**

**Menu Carte Blanche du Chef, hors boissons : 69€ par personne**



Tous nos plats sont faits maison. « Les plats "faits maison" sont élaborés sur place à partir de produits bruts »

Nos plats sont susceptibles de contenir des allergènes : pour toute information, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de notre équipe.

ORIGINE DES VIANDES : France, Irlande

\* sur la base d'une demi-bouteille d'eau et d'un café/thé par personne - Déjeuner Business valable uniquement le midi du Lundi au Vendredi.



## Le Commencement

At the beginning

Le foie gras en escalope cuit minute au poivre de Timut du Népal, consommé au jus de dashi, perles du Japon relevées de zeste de Combawa 23€

*Pan-fried duck foie gras with Timut pepper from Nepal, dashi broth, pearl tapioca flavoured with Combawa zest*

Marbré de tomates anciennes colorées marinées au balsamique, tuile de pain au thym et citron, sorbet gaspacho parfumé à la coriandre 20€

*Marbled heirloom tomatoes marinated in balsamic vinegar, thyme and lemon flavoured toast, gazpacho sorbet with coriander*

La fleur de courgette du pays soufflée en farce fine de gambas et volaille, jus de têtes comme une bisque 22€

*Prawn and chicken stuffed zucchini flower, head sauce like a bisque*

Le saumon Label Rouge d'Écosse brûlé à la flamme comme un tataki, mayonnaise d'ail noir de Tottori, vermicelle croustillant 22€

*Burned Scottish Label Rouge salmon as a tataki, Tottori black garlic mayonnaise, crispy vermicelli*

Tartelette craquante en feuille de brick, confit d'oignons, artichauts poivrade cuits et légumes du soleil crus, vinaigrette de citron, miel et moutarde 21€

*Crispy tart, candied onions, pan-fried artichokes and raw sun vegetables, lemon, honey and mustard vinegar*



Tous nos plats sont faits maison. « Les plats "faits maison" sont élaborés sur place à partir de produits bruts »

Nos plats sont susceptibles de contenir des allergènes : pour toute information, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de notre équipe.

ORIGINE DES VIANDES : France, Irlande



## La Mer

Sea

- Filet de turbot braisé aux coques marinières, polenta dorée en 2 façons : 35€  
aux olives Taggiasche et au parmesan basilic « Artigiano », jus de braisage réduit  
*Braised turbot fillet with shells mariniere, pan-fried polenta with Taggiasche olives and with basil parmesan, gravy sauce*
- Le pagre rose en vapeur de citronnelle bâton, mousseline de pois-chiche au lait de coco et curcuma, 32€  
citron confit à la cardamome  
*Lemongrass steamed pink seabream, chickpea mousseline with coco milk and turmeric, candied lemon with cardamome*
- Le Saint-Pierre meunière, artichaut bouquet en barigoule provençale à l'orange et au safran, 32€  
écume de jus de cuisson  
*John Dory fish meuniere, Provencal artichoke barigoule flavoured with orange and saffron, gravy sauce foam*
- Le loup de Méditerranée en croûte de sel aux aromates pour 2 personnes, 70€  
beurre blanc de tomate à l'estragon, risotto de pâtes « Riso » au pistou  
*Mediterranean seabass in herb and salt crust for 2 people, tomato and tarragon white butter, pesto « Riso » pasta risotto*  
**(25 minutes minimum)**



Tous nos plats sont faits maison. « Les plats "faits maison" sont élaborés sur place à partir de produits bruts »

Nos plats sont susceptibles de contenir des allergènes : pour toute information, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de notre équipe.



## La Terre

Earth

Tomahawk de bœuf Angus pour 2 personnes grillé au charbon, 86€  
gâteau de pomme de terre aux truffes Aestivum, jus de Porto-Madère  
*Grilled Angus beef tomahawk for 2 people, potato and Aestivum truffle cake, Porto-Madere sauce*  
(25 minutes minimum)

Le pigeon Bressan : le suprême farci au foie gras, la cuisse croustillante à l'abricot et pignons de pins, 34€  
petits pois à la française et lard Giunciale d'Italie  
*Pigeon from Bresse : supreme stuffed with foie gras, crispy leg stuffed with apricot and pines, classic French peas and Italian Giunciale ham*

Le râble de lapereau à la ricotta Riviera, aubergine en déclinaison, 32€  
jus court aux olives, pistou de roquette  
*Saddle of young rabbit with Riviera ricotta, mix of eggplant side dishes, olive flavoured gravy sauce, rocket pesto*

La poitrine de veau en cuisson lente au miel, soja et sésame, raviolis de patate douce vanillée, 33€  
courgettes lissées, sucs déglacés caramélisés  
*Slow-cooked veal breast with honey, soy and sesame, vanilla flavoured sweet potato ravioli, zucchini mousseline, caramelised juices*



Tous nos plats sont faits maison. « Les plats "faits maison" sont élaborés sur place à partir de produits bruts »

Nos plats sont susceptibles de contenir des allergènes : pour toute information, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de notre équipe.

ORIGINE DES VIANDES : France, Irlande



## Les Plaisirs de la Vie par notre Chef Pâtissier Frédéric BENVENUTI

Life's pleasures by our Pastry Chef Frédéric BENVENUTI

- |  |     |
|--|-----|
| Sélection sur plateau de fromages « MONS », Meilleur Ouvrier de France, de la fromagerie du Cannet<br><i>Cheese platter of our cheese maker Meilleur Ouvrier de France « Mons » from Le Cannet</i>                     | 11€ |
| Le citron en délicatesse, crumble au Muscovado, crémeux acidulé à l'huile d'olive, sorbet mentholé<br><i>Mix of lemon desserts, Muscovado crumble, slightly-acid olive oil cream, menthol sorbet</i>                   | 12€ |
| Le cheesecake aéré au siphon, tuile en cylindre goût fraise, fruits rouges du moment, sorbet framboise et hibiscus<br><i>Light cheesecake, strawberry flavoured biscuit, red fruits, raspberry and hibiscus sorbet</i> | 12€ |
| La Vague en chocolat noir Ariaga Valrhona, jeux de texture, glace choco et poivre de Sichuan<br><i>La Vague in Valrhona Ariaga dark chocolate, mix of chocolate desserts, choco and Sichuan pepper ice-cream</i>       | 12€ |
| Les fruits en harmonie découpés minute et sorbets de notre Chef Pâtissier pour 2 personnes<br><i>Sliced fruits and home-made sorbets by our Pastry Chef for 2 people</i>   | 20€ |



(desserts à commander en début de repas / to be ordered at the beginning of your meal)

Tous nos plats sont faits maison. « Les plats "faits maison" sont élaborés sur place à partir de produits bruts »

Nos plats sont susceptibles de contenir des allergènes : pour toute information, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de notre équipe.