

# Le MAST'Heure

Formules midi avec une boisson comprise \*  
(Du lundi au vendredi midi uniquement et hors jours fériés)

## Les Formules

Entrée + Plat	OU	Plat + Dessert	15 €
Entrée + Plat + Dessert			16.90 €

### Entrée du jour

Mozzarella panée et sa sauce tomate basilic  
Assiette de Jambon de pays  
Poêlée d'Encornet en salade



### Plat du jour

Brochette de Boeuf cuit à la braise / frites et salade  
Bavette d'ail cuite à la braise / frites et salade  
Filet de poulet, cuit à la braise sauce gorgonzola / frites et salade  
Entrecôte cuite à la braise / frites et salade (+2€)  
Filet de saumon frais à la plancha / riz



### Dessert du jour

Truffes glacées menthe chocolat  
Panna cotta au coulis de framboise  
Fromage blanc (coulis de framboise -miel – nature – sucre)  
Salade de fruits frais  
Moelleux au Nutella maison  
Café gourmand (suppl. 3€)

\* Boisson au choix : (Aucun changement de boisson n'est possible)

Verre de vin rouge ou rosé (12cl) ou bière (25cl) ou coca cola (25cl)

*Le Menu Saveur* Entrée + Plat + Dessert 23.50 €

---

Salade Saumon fumé et avocat  
Salade de poulet pané et copeaux de grana padano  
Oeuf cocotte au Foie gras



Brochettes de saumon au chorizo cuit à la plancha / riz  
Onglet de Boeuf cuit à la braise , échalotes /frites et salade  
Suprême de poulet cuit à la braise , sauce champignons / frites et salade



Moelleux au Nutella maison  
Pana cotta au coulis de framboise  
Sorbet Fruit et fruits frais

*Le Menu Plaisir* Entrée + Plat **ou** Plat + Dessert 25 €

Entrée + Plat + Dessert 28 €

---

Ravioles de Langoustines  
Camembert rôti / miel et noix  
Foie gras de canard maison mi-cuit et chutney de figues  
Jambon Duroc de Batallé « *grande reserve* » et pan con tomate  
Couteaux de mer en persillade cuits à la plancha



Entrecôte cuite à la braise / Sauce Poivre  
Rognon de veau cuit à la braise / Sauce Madère  
Pluma de cochon cuite à la braise / Sauce banyuls  
Côte de bœuf 1KG environs pour 2 personnes (+ 4 € *par pers*) / Sauce Poivre  
Magret de canard « Samaran » cuit à la braise / Sauce Roquefort  
Sole à la plancha / Risotto d'épeautre au Parmesan  
Tataki de Thon mi cuit au sésame / Poêlée de légumes

LES VIANDES SONT CUITES À LA BRAISE ET ACCOMPAGNÉES DE SALADE ET AU CHOIX : FRITES OU GRATIN DE POMME DE TERRE .



Pain perdu Brioché et glace vanille  
Profiteroles maison  
Tartelette Ananas façon Pina Colada  
Financier coeur Praliné  
St Nectaire fermier de « chez Xavier »  
Le Café gourmand (+ 2€)

Prix nets et service compris

## La carte

---

### En entrée ou à partager

Mozzarella panée et sauce tomate basilic	7 €
Couteaux de mer en persillade cuits à la plancha	11 €
Jambon Duroc de Batallé « grande reserve » et pan con tomate	11 €
Camembert rôti / miel et noix	11 €
Foie gras de canard maison mi-cuit et chutney de figues	12 €
Poêlée d'Encornet en salade	8 €
Salade de poulet pané et copeaux de grana padano	8 €
Oeuf cocotte au foie gras	8 €
Ravioles de Langoustines	12 €

### Plats

Entrecôte cuite à la braise / Sauce Poivre	20 €
Rognon de veau cuit à la braise / Sauce Madère	19 €
Pluma de cochon cuite à la braise / Sauce banyuls	20 €
Magret de canard « Samarant » cuit à la braise / Sauce Roquefort	19 €
Côte de bœuf cuite à la braise 1 Kg environ / Sauce Poivre	44 €
Bavette d'ail cuit à la braise / Sauce Poivre	17 €
Filet de poulet cuit à la braise sauce Gorgonzola	16 €
Tataki de Thon mi cuit au sésame / Poêlée de légumes	20 €
Sole à la plancha / Risotto d'épeautre au Parmesan	20 €
Brochettes de Saumon et chorizo cuites à la plancha / riz	17 €

\* Les Viandes sont cuites à la braise accompagnées de salade et au choix : Frites ou gratin de pomme de terre

**Le MASTounet** Menu enfant Pour les enfants, jusqu'à 12 ans

9.00 €

Nuggets de poulet maison Frites **Ou** Petite pièce de bœuf / Frites

Glace 2 boules (vanille, fraise, chocolat ou citron) **Ou** Mini moelleux au Nutella

## La Découpe au Poids

La Pièce de Boeuf de Galice - maturée min 35 jours / 10 € les 100 grammes (min 200 Gr)

La Viande est cuites à la braise et accompagnées de salade et au choix : Frites ou Gratin de pomme de terre .

---

Elevée à l'herbe dans un terroir idéal ( pas de gel , pas de sécheresses) .

Race Autochtone de la région de Galice ,située en Nord-Ouest de l'Espagne et à proximité de l'Océan Atlantique .

Chaque bête dispose d'un grand espace pour évoluer , ne subissant aucun stress , ce qui est primordial pour le bien être de l'animal et nécessaire pour obtenir une viande tendre .

Conseil de dégustation : Consommer Saignant , une bonne viande doit être persillée , c'est à dire parsemée de petits points de gras , c'est ce qui donne le goût . NE FUYEZ PAS LE GRAS .

---

## Desserts

Profiteroles maison	7€
Truffes glacées menthe chocolat	5€
Sorbet fruit et fruits frais	5€
Pain perdu brioché et glace vanille	7€
Tartelette Ananas façon Pina Colada	7€
St Nectaire fermier de « chez Xavier »	7€
Fromage blanc (coulis de framboise -miel – nature – sucre)	4€
Le Café gourmand	8€
Panna cotta au coulis de framboise	5€
Moelleux au Nutella maison	5€
Financier coeur Praliné	7€

*LE MAST BRAISE et VIN  
S'EST VU REMETTRE LE TITRE DE MAITRE RESTAURATEUR.*



Ce titre vient valoriser les restaurateurs de métier afin de reconnaître leurs compétences et leur professionnalisme.

Le titre de Maître Restaurateur garantit le respect d'une charte stricte :

Cuisine faite sur place

Produits frais

Non recours à des plats préparés

Renouvellement quotidien d'une entrée, d'un plat et d'un dessert

Achat de charcuteries et salaisons auprès d'artisans ou de PME indépendantes

Diversification des plats proposés

Hygiène et propreté irréprochables en cuisine comme en salle

Respect strict des normes de sécurité

*NOS PRODUITS*

Café bio torréfié dans le Gers

Les Magrets et Foies par la maison « Samaran »

Le Boeuf de Galice par la Boucherie Lascours

Fruits et légumes par Jean Francois notre Primeur du Marché Gare de Toulouse

Les viandes sont sélectionnées par Philippe en provenance direct : de Rungis , D'Irlande ou de producteurs locaux

Fabien et Amélie , sont heureux de vous accueillir dans leur restaurant  
et vous souhaitent une excellente dégustation !

*Bon appétit !*