EAUX MINÉRALES NATURELLES

PLANCOËT
(BRETAGNE) 121/24/16/4,9/32

La seule eau minérale Bretonne, légère et faiblement minéralisée.
Dégustation : *Plate, l'eau de Plancoët est appréciée des amateurs d'eau pour la délicatesse de son goût. Discret, il laisse en bouche une fine saveur métallique et âpre.*

ÉVIAN
(SAVOIE) 360/80/26/1/6,5

Eau légère, faiblement minéralisée, pauvre en sodium.
Dégustation : *Considérée comme n'ayant pas de goût, l'eau d'Évian est parfois choisie comme "eau de référence" lors de dégustations.*

VITTEL GRANDE SOURCE
(LORRAINE) 384/240/42/1,9/5,2

Eau légère, faiblement minéralisée, riche en calcium, pauvre en sodium.
Dégustation : *Le goût de Vittel Grande Source est âcre et laisse en bouche une saveur minéralisée persistante.*

VITTEL SOURCE HÉPAR
(LORRAINE) 383,7/549/119/4,1/14,2

Fortement minéralisée, très riche en calcium et en magnésium, préconisée dans le traitement de la constipation.
Dégustation : *Hépar doit être bue très fraîche en raison d'un goût persistant et lourd.*

VOLVIC
(AUVERGNE) 74/12/8/6/12

Eau légère, très faiblement minéralisée, pauvre en sodium.
Dégustation : *Le goût presque neutre, légèrement âpre, la saveur est astringente.*

CONTREX
(LORRAINE) 372/468/74,5/2,8/9,4

Fortement minéralisée, très riche en calcium.
Dégustation : *D'un goût assez relevé et persistant, Contrex marque par une saveur minéralisée et une fin de bouche légèrement sodée.*

Composition des Eaux : Les chiffres ci-dessus correspondent aux teneurs en Bicarbonates (HCO_3), Calcium (Ca), Magnésium (Mg), Potassium (K) et Sodium (Na), exprimées en mg/litre.

EAUX MINÉRALES PÉTILLANTES

PLANCOËT FINES BULLES
(BRETAGNE) 121/24/16/4,9/32

La seule eau minérale Bretonne, légère et faiblement minéralisée.
Dégustation : *Rafraîchissante en bouche, ses bulles sont fines et légères. Elle n'altère pas le goût des plats.*

FERRARELLE
(ITALIE) 1500/400/25/49/50

L'eau Italienne (Sud-Ouest) sans doute la plus connue.
Très minéralisée et riche en calcium.
Dégustation : *À boire fraîche, goût alcalin et bicarbonaté.*

BADOIT
(SAINT-GALMIER) 1250/153/80/11/180

Moyennement minéralisée mais riche en calcium, magnésium et fluor.
Dégustation : *Goût harmonieux où se mêlent une saveur salée et en fin de bouche, une légère âpreté.*

PERRIER
(LANGUEDOC) 420/150/3,9/<1/9,6

Faiblement minéralisée mais riche en calcium.
Dégustation : *Très rafraîchissante, la fin de bouche est acide et astringente.*

VICHY-CÉLESTINS
(AUVERGNE) 2989/103/10/66/1172

Fortement minéralisée, très riche en sodium, en calcium recommandée dans les affections hépatobiliaires.
Dégustation : *Goût puissant dominé par une saveur sodée, légèrement âpre.*

SAINT-YORRE
(AUVERGNE) 4369/90/11/110/1708

Le taux important de sodium doit être pris en compte par les personnes astreintes à un régime hyposodé.
Dégustation : *Saveur agréable et tonique. Cette eau est dotée d'un goût puissant très salé et bicarbonaté.*

SAN PELLEGRINO
(ITALIE) 244/166/49,5/2,1/30

Riche en calcium.
Dégustation : *La forte minéralité de San Pellegrino lui confère un goût astringent extrêmement puissant, légère saveur amère.*

LE GRAND HÔTEL
DES THERMES
★★★★★
SAINT-MALO

Crédits Photos : Saint-Thomas TV, Thinkstock

LA VERRIÈRE

DANIEL LE GUÉNAN & SYLVAIN DAHIREL

HEALTHY MENU
SUGGESTIONS OF THE DAY

HEALTHY DESSERTS

- * Soft dark chocolate served with raw seasonal fruits poached with spices and sorbet ..... 225 kcal €13,00
- * Mango flaky pastry served with exotic fruit tartare and smoked cream Java pepper ..... 175 kcal €13,00
- * Some texture around the cherry: clafouti, sorbet, marinade and espuma ..... 185 kcal €12,50
- * Coconut iced cream, crispy oats served with pomegranate jelly and vanilla whipped cream ..... 190 kcal €12,50
- * Citrus baba, orange marmalade, tangerine and sorrel jelly ..... 190 kcal €13,00
- Fromage frais 0% with raspberry sauce ..... 80 kcal €8,50

HEALTHY MENU €66,00
Starter, Main Course, Fromage frais 0% and Dessert
Mineral water included

STARTERS

- Steamed fresh Dublin bay prawns served with citrus dressing or light mayonnaise sauce ..... Extra Tradition Menu (+9 €) ..... 110 kcal €32,00
- 9 oysters n°2 from Cancale "Philippe and Noëlle Brévault" ..... Extra Tradition Menu (+6 €) ..... 90 kcal €30,00
- 8 oysters n°3 from Cancale "Philippe and Noëlle Brévault" ..... 80 kcal €23,00
- Fish soup served with garlic "croûtons", grated cheese and garlic mayonnaise ..... 80 kcal €15,00
- Minestrone of breton vegetables with parmesan "croûtons" ..... 90 kcal €13,00
- Seasonal vegetable soup and freekeh ..... 70 kcal €11,00
- Thaï soup with coconut milk, lemongrass, broccoli and crab steams raviolis €14,00
- Prawns just cooked in a broth, couscous vegetables seasoned with olive oil ..... Extra Tradition Menu (+6€) ..... 160 kcal €23,00
- Marinated baby scallops flavoured with passion pepper, seasonal fruit tartare ..... 100 kcal €20,00
- Warm lentil salad with dressing, smoked vegetable cream and sea bass tartare ..... 120 kcal €23,00
- Caesar salad, tandoori chicken fillets, lardoons, parmesan, cherry tomatoes and "croûtons" €21,00
- Seasonal vegetables stuffed with mozzarella in our own way, smoked paprika granola tomato water jelly €22,00
- Duck foie gras terrine with seasonal fruit chutney €26,00

MAIN COURSES

- Duo of turbot and prawns braised with tarragon, cream of broccoli and grilled vegetables ..... Extra Tradition Menu (+7 €) ..... 270 kcal €35,00
- Roasted sea bass, spider crab ravioli with herbs dressing ..... 190 kcal €34,00
- Vegetable and shrimps curry ..... 170 kcal €31,00
- Buckwheat pasta salad and crunchy vegetables, grilled tofu with miso tamarind dressing ..... 140 kcal €23,00
- Duo of sweetbreads and veal fillet, simmered vegetables, juice like a blanquette ..... Extra Tradition Menu (+7 €) ..... 280 kcal €32,00
- Pollack steak cooked in a roasted carrot juice, sweet potatoes and fennel cream €30,00
- Grilled fillet of beef, spring vegetable, pepper bordelaise reduction and horseradish cream €32,00

- Selection of cheese with walnut and dried fruit bread €9,00
- Fromage frais 0% €5,00

Daniel Le Guénan and Sylvain Dahirel

Lactose free
Gluten free
Vegetarian dish
* To be ordered at the beginning of the meal
French meat and poultry

Tap water free

OUR PRODUCT PARTNERS

SDPF - Dol-de-Bretagne
Grocery and marinated vegetable: Épisaveurs
Oysters: Philippe et Noëlle Brévault - Cancale
Fish: Distri Malo, Le Corsaire
Vegetable: Michel Sorre - Hirel
Yoghurt and Fromage frais 0%: Laiterie Malo

Pets are not allowed in the restaurant • Electronic cigarette is not allowed in the restaurant • Price inclusive of service.

TRADITION MENU
SUGGESTIONS OF THE DAY

TRADITION DESSERTS

- * Seasonal fruit soup, whipped cream, lemon shortbread and sorbet €13,50
- * Chocolate flaky pastry, light cream and caramel with cocoa nibs €13,50
- * Crunchy sesame, iced yoghurt parfait, creamy kalamansi, black tea biscuit and lemon sorbet €13,50
- * Vanilla panna cotta, green fruits flavoured with shiso, mascarpone whipped cream and almond tuile €13,50
- * Warm thin apple tart served with vanilla ice cream €13,50
- * Assortment of sorbets €14,00

TRADITION MENU
Starter, Main Course, Cheese and Dessert €58,00**
Starter and Main Course **or** Main Course and Dessert €43,00**
**Not including extras