

*Mas  
des  
Vignes*



*Bienvenue au restaurant le Mas des Vignes,*

*« J'ai appris que le partage n'a aucune limite tant l'émotion que l'on peut ressentir est grande...*

*Si pour certain l'écriture laisse apparaître les couleurs, c'est à travers les saveurs que mon bonheur est grand »*

*Notre Chef Guillaume Maurice, Disciple d'Escoffier, et son équipe vous invitent à la découverte des saveurs provençales, au gré des produits de l'AMAP des Olivades.*



*Welcome to Le Mas des Vignes restaurant,*

*Our Chef and his team invite you to taste the unique Provence savours from the AMAP des Olivades products.*

### *L'AMAP - LA FERME DES OLIVADES*

- *Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne*
- *4 Hectares de légumes de plein champ*
- *3.5 hectares de vergers variés*
- *Apports organiques sans pesticides, ni herbicides*
- *La livraison de paniers de fruits et légumes du verger tous les deux jours*
- *Aide à l'entretien du Jardin du Dolce Frégate : le POT A G.*

*Consommons nos produits de saison : la garantie du goût et la qualité du produit servi à votre table.*

### *LA FERME DES OLIVADES - AMAP*

- *Association for the Preservation of Local Farming in France*
- *4 hectares of open vegetable fields, 3.5 hectares of orchards*
- *Organic inputs without pesticides or herbicides*
- *The delivery of vegetables and fruits every two days*

*Let's eat seasonal products: the guarantee of the real taste and the product quality in your plate.*

## *Les Entrées*

### *Starters*

#### *Le Rouget*

28 €

*Duo de filets de Rougets de Méditerranée, justes cuits et crispies, déclinaison de Courgettes du « POT A G. », Caviar d'Aquitaine à la cuillère*

*Duo of Red mullets Filets, just cooked and crispies, zucchinis from our garden, spoon of Aquitaine caviar*

#### *La Langoustine*

26€

*Langoustines justes rôties au naturel, Gnocchis maison au Basilic AMAP'ien, réduction de vert*

*Fresh Langoustines just roasted, homemade gnocchi with basil from AMAP, green reduction*

#### *Le Foie Gras*

27€

*Foie Gras de Canard du Sud-Ouest assaisonné par nos soins, chutney de tomates du « POT A G. » au Miel de Frégate*

*Homemade marbled landais foie gras, chutney of tomato from our garden and Frégate Honey*

#### *Le Veau*

25€

*Carpaccio de filet Mignon de Veau, herbes et petits légumes AMAP'ien du « POT A G. », anchoïade et sel de Camargue*

*Veal filet mignon carpaccio, herbs and vegetables from our garden, anchovy marmelade et salt from Camargue.*

## *Côté Terre et Mer*

### *Surf and Turf*

#### *Le Homard*

49€

*Homard entier rôti aux épices douces, Fenouillet braisé et confit à basse température, émulsion Pastis et kumbawa*

*Whole Lobster roasted with soft spices, low temperature braised and confit fennel, Pastis and kumbawa emulsion.*

#### *Le Filet de Bœuf*

42€

*Filet rôti au sautoir, jus corsé au miel de Frégate, traditionnelles panisses marseillaises, caviar d'aubergines du « POT A G. » au basilic AMAP'ien*

*Pan fried Beef fillet, reduced gravy stock with honey from Frégate, traditional panisses from Marseille, caviar of eggplant from our garden with basil from AMAP*

#### *Le Turbot*

38€

*Filet de Turbot en aiguillettes justes snackées, fine ratatouille du jardin et son jus de cuisson, gros lardons justes grillés.*

*Slices of Turbot Fillet just snacked, ratatouille and its gravy stock, large diced bacon just grilled.*

#### *L'Agneau*

37€

*Canon d'Agneau cuit à basse température, jus de côtes, mousseline de courgettes et semoule aux épices douces.*

*Gently oven baked low temperature heart of Lamb chops, gravy lamb chops, mash zucchini and semolina with soft spices*

## *Les Fromages / Cheese*

### Sélection de notre Maître Fromager Grosso

*Selection by our Cheese Master Grosso*

## *Côté sucré / Something sweet*

### L'Azélia

16€

*Biscuit chocolat, crémeux Banane Yuzu, mousse Azélia, gelée de Banane Yuzu, éclats de cacao cantonais*  
*Cocoa biscuit, Yuzu and banana cremeux, whipped azélia chocolate, Yuzu and banana jelly,*  
*cantonese cocoa nibs*

### Le frisson:

16€

*Mousse citron au basilic, tuile de meringue, biscuit à l'huile d'olive et citron, main de Bouddha confite et son sorbet basilic*  
*Lemon mousse with basil, meringue tuile, olive oil et lemon biscuit, candied Buddha's Hand,*  
*basil sorbet*

### Le MAC:

16€

*Biscuit Macaron, poudre de framboise, brisure de litchis, crème légère et sorbet à la rose, pétales cristallisées*  
*Macaron biscuit, raspberry powder, litchis fragments, whipped cream, rose sorbet, candied rose*  
*petal*

### Jardin d'Eden

16€

*Sablé Breton, roll cake à la fraise, ganache fraise-hibiscus, crispies de fraises, gelée d'hibiscus et sorbet fraise hibiscus*  
*Breton shortbread, strawberry roll cake, strawberry and hibiscus ganache, strawberry crispies*  
*hibiscus jelly, strawberry and hibiscus sorbet*

*Le Menu dégustation  
(Jusqu'à 21h00 - par 2 convives)  
95€ / pers*

*Amuse bouche*

*Foie Gras de Canard du Sud-Ouest assaisonné par nos soins, chutney de tomates du « POT A G. » au Miel de Frégate  
Homemade marbled landais foie gras, chutney of tomato from our garden and Frégate Honey.*

---

*Langoustines justes rôties au naturel, Gnocchis maison au Basilic AMAP'ien, réduction de vert.  
Naturally just cooked Langoustines, homemade gnocchi with basil from AMAP, green reduction.*

---

*Filet de Turbot en aiguillettes justes snackées, fine ratatouille du jardin et son jus de cuisson, gros lardons justes grillés  
Turbot Fillet sliced just snacked, ratatouille and its gravy stock, large diced bacon just grilled.*

---

*Canon d'Agneau cuit à basse température, jus de côtes, mousseline de courgettes et semoule aux épices douces  
Gently oven baked low temperature Lamb Canon, gravy lamb chop, mashed zucchini and semolina with soft spices.*

---

*Sablé Breton, rool cake à la fraise, ganache fraise-hibiscus, crispies de fraises, gelée d'hibiscus et sorbet fraise hibiscus  
Breton shortbread, strawberry roll cake, strawberry and hibiscus ganache, strawberry crispies,  
hibiscus jelly, strawberry and hibiscus sorbet*

---

*Biscuit chocolat, crémeux Banane Yuzu, mousse Azélia, gelée de Banane Yuzu, éclats de cacao cantonais  
Cocoa biscuit, Yuzu and banana cremeux, whipped azélia chocolate, Yuzu and banana jelly, cantonese cocoa nibs*

## *Menu enfant*

*Plat et dessert 20 €*

### *Plats :*

*Suprême de volaille fermière rôti sur la peau*

*Roasted chicken breast*

*Poisson du jour selon arrivage*

*Fish of the day*

*Haché de bœuf charolais au sautoir*

*Minced Charolais beef pan fried*

### *Garnitures :*

*Pâtes à l'huile d'olive extra vierge*

*Pasta with extra virgin olive oil*

*Légumes AMAPIEN grillés*

*Grilled AMAP's vegetables*

*Pommes frites*

*French fries*

### *Desserts :*

*3 boules glaces ou sorbets artisanal*

*Ice cream or Sorbet*

*Moelleux au chocolat maison*

*Chocolate fudge cake*

*Découpe de fruits frais de saison*

*Sliced Fresh fruit*



## Boissons

### Eaux :

Vittel, San Pellegrino Litre	7 €
Vittel, San Pellegrino ½ Litre	5 €
Châtelain (75cl)	8 €

Eau Microfiltrée (75cl)	
PUREZZA plate	3 €
PUREZZA gazeuse	4 €

Café, Décaféiné	3,50 €
Cappuccino	5 €
Chocolat	5 €

Carte de Sélection d'Infusions 1336	5 €
Carte de Sélection de Thés 1336	5 €

### Sélection de la Cave

Verre de vin (12cl) Rouge, Rosé ou Blanc	8 €
Coupe de Champagne (12cl) Brut	15 €
Coupe de Champagne (12cl) Rosé	16 €

### *Le golf de Dolce Frégate Provence:*

*Plongez dans la beauté spectaculaire de l'une des destinations golfs les plus admirées de toute l'Europe. Nos parcours 18 et 9 trous offrent une vue exceptionnelle sur la mer Méditerranée et les îles voisines.*

*Immerse yourself in the spectacular beauty of one of the most admired golf destinations in Europe. Our 18- and 9-hole courses offer an exceptional view of the Mediterranean Sea and neighboring islands.*

### *Le SPA de Dolce Frégate Provence:*

*Lieu idéal pour se détendre et se ressourcer, le spa Omnisens Frégate propose une grande variété de soins et de massages, qui vous aideront à vous déconnecter du quotidien et à vous évader.*

*The ideal place to relax and recharge your batteries, the Omnisens Frégate spa offers a wide variety of treatments and massages, which will help you disconnect from everyday life and escape.*

### *Les ruches de Dolce Frégate Provence:*

*Douze ruches ont trouvé leur place au Dolce Frégate Provence et nous sommes ravis d'offrir à nos clients la possibilité de découvrir ce monde fascinant. La visite de la ruche est une activité parfaite pour toute la famille!*

*Twelve hives have found their place at Dolce Frégate Provence and we are delighted to offer our customers the opportunity to discover this fascinating world. Visiting the hive is a perfect activity for the whole family!*