



Les Tables de Nantes

Guide
2025/26
GRATUIT



**LE
VOYAGE
À NANTES**
levoyageanantes.fr



Frédéric Stucin

Frédéric Stucin est un photographe français né en 1977, diplômé de l'École nationale supérieure Louis-Lumière. Il vit et travaille à Paris. Spécialisé dans les portraits de personnalités ou d'anonymes, notamment pour la presse, où il publie également des reportages, il mène en parallèle un travail documentaire et artistique plus personnel, qui mêle portraits et paysages. Des projets qu'il initie seul, ou bien lors de résidences.

Plusieurs de ses dernières séries (*La Source*, 2021, *Endorphine*, 2021, *Le Décor*, 2020) nous plongent dans des atmosphères nocturnes énigmatiques, avec un procédé proche de celui de la nuit américaine au cinéma : il photographie en journée et dissimule dans le décor des éclairages qui donnent aux lieux l'apparence de studios photographiques ou de plateaux de tournage. Son travail conjugue ainsi étroitement exploration du réel et imaginaire.

VISUEL OFFICIEL DU GUIDE LES TABLES DE NANTES SIGNÉ FRÉDÉRIC STUCIN.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Les Tables de Nantes

Guide 2025/26

Cette nouvelle édition des Tables de Nantes, la 14^e, offre un panorama gastronomique inédit. Jamais l'offre culinaire n'y a été aussi qualitative, diversifiée et complémentaire. Le résultat ? Une multitude d'adresses excitantes pour toutes les occasions, bourses et envies. Cette dynamique que nous accompagnons depuis la création du Voyage à Nantes est dorénavant justement célébrée et primée : « Nouvelle destination gastronomique de l'année » pour *La Liste* (une sélection mondiale du meilleur de la gastronomie), 6 restaurants étoilés Michelin intra-muros et un septième aux Sorinières, de nombreux établissements référencés dans les autres guides majeurs, et une presse nationale et internationale dithyrambique.

Tous les ingrédients d'une cuisine contemporaine de qualité sont réunis dans la région nantaise : 500 ans de tradition maraîchère,

forte d'une nouvelle génération qui repense les méthodes et la diversité des cultures ; de l'élevage pour produire lait et viandes de qualité ; une façade océanique toute proche pour des poissons et fruits de mer éclatants de fraîcheur... Et puis une vie culturelle intense qui développe la curiosité du public et permet aux cuisiniers et cuisinières de créer, en toute liberté.

Le muscadet, longtemps décrié et méprisé, se débouche maintenant fièrement sur toutes les tables qui comptent, à Nantes mais aussi à travers le monde. Dorénavant encensés par les sommeliers les plus pointus qui y voient des vins frais et complexes, capables des accords les plus justes, les muscadets et l'ensemble des vins du vignoble nantais entrent dans une nouvelle dimension qualitative jamais vue.

Nantes, une ville où la gastronomie vaut le voyage. Alors bon appétit !



Les Coups de pouce 2025/26

Les Coups de pouce sont élus en fin de saison ; c'est l'ultime étape de la sélection des Tables de Nantes. Une fois que toutes les adresses ont été débattues, étudiées pour être validées ou non, le jury se réunit une dernière fois pour que chacun propose, de façon anonyme, trois noms de restaurants. Ceux qui les ont particulièrement marqués durant cette année, qu'ils soient nouveaux ou établis, afin qu'ils deviennent nos ambassadeurs pour l'année à venir et au-delà. Il ne s'agit pas d'élire les « meilleurs de l'année », mais ceux que nous avons le plus envie de partager avec vous ; particulièrement lorsque nous considérons qu'ils sont relativement méconnus, et qu'alors ils méritent un bon coup de pouce.



Gwaien

(cf. p. 62)

Gwaien, adresse un peu perdue au fond de la rue de Bel-Air, ne cesse depuis des années d'emballer le jury des Tables de Nantes. Ce n'est pas uniquement l'excellente et créative cuisine qui est célébrée avec ce Coup de pouce, mais aussi la générosité et l'engagement sans faille de son chef, Jérémy Guivarch. Le natif d'Audierne (Gwaien en breton) a transformé son restaurant en ambassade des meilleurs produits de la région qu'il se fait fort de valoriser au mieux, assiette après assiette, dans un défilé cohérent et jouissif.



Le Mirza

(cf. p. 32)

Plus qu'un gentil toutou fugueur, Le Mirza ressemble plutôt à une hydre à trois têtes, aussi complémentaires que talentueuses. François Rouillé, Julien Moniz et Maxime Delalande se sont rencontrés au Brocéliande et, depuis l'ouverture de leur bistrot aussi vivant que leur cuisine et les vins qu'ils servent, ils carburent cinq soirs par semaine pour le bonheur des gastronomes et des noctambules en mal de convivialité. Chez Mirza, la liberté est un mantra et la qualité des assiettes à partager, une divine promesse d'agapes qui se prolongent indéfiniment.



P'tite Pomme

(cf. p. 17)

P'tite Pomme : deux jeunes pousses qui méritent assurément un bon Coup de pouce pour pleinement s'exprimer et rencontrer leur public de gourmets curieux. Juliette Jovelin s'est formée au service et aux vins auprès de deux références de la gastronomie nantaise : Guillaume Maccotta (Lamaccotte) et Malo Le Coaer (1001 Vins). Quant à Ruddy Maisonneuve, il a secondé pendant près de dix ans l'incontournable Ludovic Pouzelgues (LuluRouget) en cuisine. Autant dire que ces deux-là en ont sous les verres et les casseroles... À suivre, sans aucun doute !

4. Comment ça marche ?

Comment ça marche ?

Le jury

Le jury du guide Les Tables de Nantes est composé d'une vingtaine de membres à parité hommes/femmes, complémentaires dans leurs profils, compétences, attentes... Il est renouvelé partiellement tous les ans. Chaque membre visite un maximum de restaurants inscrits, de façon anonyme et bénévole, comme n'importe quel client. Les visites se font le midi, le soir, en semaine ou le week-end, en solo, en famille ou entre collègues. La question fondamentale qu'ils doivent se poser à chaque fin de repas : « Recommanderais-je ce restaurant à des amis ou à ma famille ? »

Les critères de sélection

- Fraîcheur, saisonnalité, circuit court et qualité des produits utilisés.
- Savoir-faire culinaire, respect des produits, originalité des propositions.
- Valorisation des vins de Nantes (muscadet, gros-plant et coteaux-d'ancenis).
- Qualité de l'accueil, de la décoration, de l'ambiance générale.
- Rapport qualité-prix

NOUVEAU !

Nouveaux restaurants sélectionnés



**Restaurants
Coups de pouce**



**Les adresses qui proposent
au moins 5 muscadets à la carte.**

14/18€ : le premier tarif correspond au menu le moins cher, et le deuxième tarif au menu le plus cher.

→ Les jours de fermeture des restaurants sont notés **en rouge** dans les infos pratiques.

Les informations pratiques (horaires, tarifs, adresses, etc.) sont fournies par les restaurateurs dans le cadre de l'appel à candidatures.

Le Guide Les Tables de Nantes en un clic sur www.lestablesdenantes.fr

Pour trouver encore plus facilement l'adresse idéale ou le restaurant le plus proche (versions anglaise et espagnole disponibles) ! Et toujours plus de contenu sur la gastronomie nantaise, le vignoble, des recettes, des infos produits, etc.

Newsletter

Pour se tenir informé chaque mois de l'actu culinaire nantaise : les nouvelles tables, le vignoble, les rendez-vous culinaires du Voyage à Nantes ou encore les produits de saison.



Instagram

Rejoignez la communauté des Tables de Nantes et suivez-nous sur : [@lestablesdenantes.officiel](https://www.instagram.com/lestablesdenantes.officiel)

MONEKO : certains restaurants de la sélection acceptent la monnaie locale Moneko. N'hésitez pas à régler votre repas avec ce moyen de paiement.



Des Tables de Nantes accessibles

Depuis sa création en 2012, Le Voyage à Nantes entend rendre ses projets accessibles. Pour Les Tables de Nantes, il s'agit de renforcer l'information sur l'accessibilité dédiée aux personnes à mobilité réduite (PMR) : une démarche positive pour tous et un moteur de convivialité !

Les restaurants sont encouragés à indiquer à minima si leur salle et leurs toilettes sont accessibles, ils peuvent être filtrés via ce critère symbolisé par le pictogramme  dans le menu « Trouver son restaurant » du site Internet des Tables de Nantes.

Au-delà de ce critère, d'autres éléments déterminants pour l'expérience de personnes à besoins spécifiques peuvent être mentionnés sur la fiche de certains restaurants : la présence de stationnements réservés à proximité, la disposition et la forme du mobilier, ou la sensibilisation des équipes en salle, par exemple. L'an passé, nous avons testé des établissements de la sélection déclarés accessibles, avec une personne en situation de handicap moteur. Nous avons mis en valeur trois premières adresses remarquables de ce point de vue : **Le Reflet** (cf. p. 36), **Le Café du Musée** (cf. p. 10) et **Du Coq à l'Âne** (cf. p. 93).

Cette année, deux nouvelles adresses de la sélection se sont distinguées lors de nos visites : **nous les valorisons pour leur engagement et leurs initiatives en faveur du confort des personnes en situation de handicap moteur, mais également pour la qualité des abords de leur établissement.** Ces initiatives visent à préparer au mieux la visite de chacun.

L'Esplanade (cf. p. 94)

Envie d'une pause en bord de Loire ? L'Esplanade accueille tous les visiteurs de passage au Pellerin ! Abords charmants, stationnement PMR à proximité, sonnette à l'entrée. Un escalier modulaire permet l'accès au restaurant. Salle et toilettes spacieuses facilitent le passage d'un fauteuil. Présence d'une table ronde et réservation possible sur leur site Internet. Équipe attentive !

Ferveur (cf. p. 95)

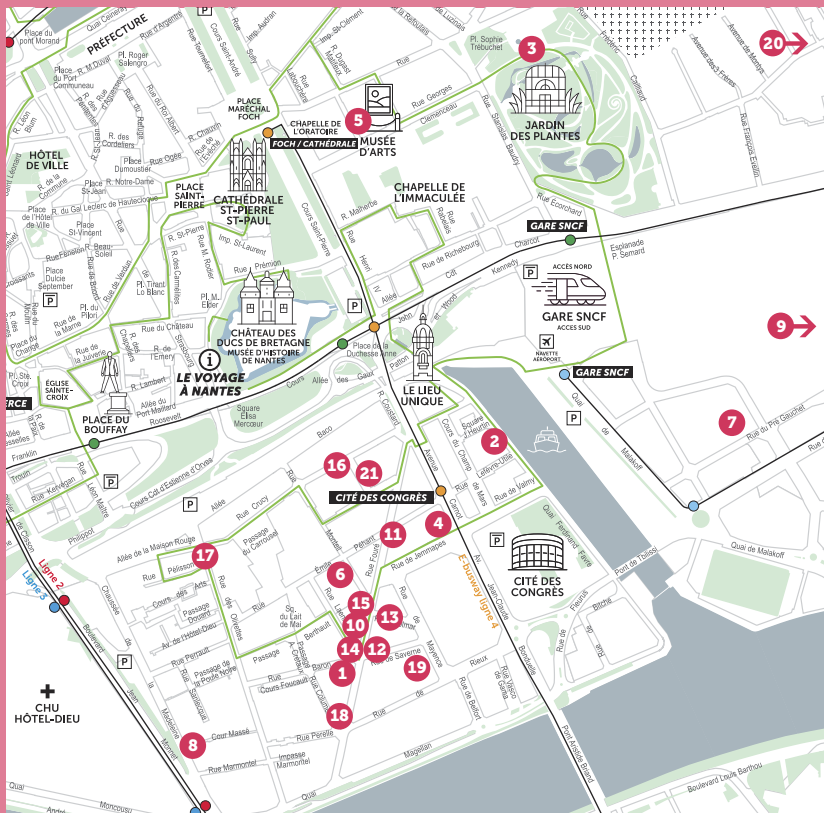
Une expérience gastronomique à deux pas de Nantes : on y apprécie l'accueil et le confort de la salle (tables suffisamment espacées et adaptées). Le dressage des assiettes peut être ajusté sur demande (notamment les découpes). Rampe d'accès, sonnette à l'entrée et parking tout proche de l'église. On y retourne avec ferveur !



Les informations sur l'accessibilité des établissements (salle + toilettes) sont fournies par les restaurateurs. Retrouvez des indications plus précises sur l'accessibilité de certains établissements de la sélection sur www.lestabledenantes.fr et la page dédiée. Dans tous les cas, nous recommandons de faire mention de vos besoins spécifiques au moment de votre réservation.



**La
sélection
2025/26**



Centre-ville

→ Gare / Champ de Mars / Madeleine

- | | | |
|-------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 1. Bairoz | 9. Freia | 17. Myrtil |
| 2. Brasserie Félix | 10. Guindaille | 18. Omija |
| 3. Café de l'Orangerie | 11. Ichi Zen (VFBF) | 19. P'tite Pomme |
| 4. Le Café des Expos | 12. Ichi-go Ichi-e (VFBF) | 20. Personnes |
| 5. Le Café du Musée | 13. Ikimasho (VFBF) | 21. Les Triplettes (VFBF) |
| 6. Les Chants d'Avril | 14. Le Lion et l'Agneau | |
| 7. Le Clin d'Œil (VFBF) | 15. La Mangouste | |
| 8. Club Colette (VFBF) | 16. Mijoté | |

8. Centre-ville → Gare / Champ de Mars / Madeleine



Bairoz

Ensemble à la ville comme aux fourneaux, Estelle Méheust et Jérôme Berdelou concoctent d'extraordinaires assiettes gastronomiques dans leur Bairoz émeraude, orné de pierres grattées. Avec elle au salé, et lui au sucré, il résulte de leurs talents complémentaires des séquences de haut niveau, une « cuisine douce de caractère », au très bon rapport qualité-prix. Subtils dressages et assaisonnements, super sourcing. Service assuré en alternance par Estelle ou Jérôme. Carte des vins courte et locale, pain maison.

Midi : **L M M J V S D** / 22 € / 27 €

Soir : **L M M J V S D** / 54 € / 66 €

40 bis rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 26 24

www.bairoz-nantes.com



Brasserie Félix

Déjà plus de 10 ans que le duo Yannick Curty-Jean-Yves Guého a repris la Brasserie Félix. Depuis, cette adresse logée sur les bords de l'Erdre, au canal Saint-Félix, est devenue un bistrot de choix pour les amateurs de bons classiques du genre. Au menu : une cuisine entre tradition bistrotière et éléments plus contemporains. À déguster dans un cadre élégant fait de noir et de blanc, ou sur la divine terrasse boisée signée Atelier Vecteur. Service professionnel et courtois.

Midi : **L M M J V S D** / 17 € / 30 €

Soir : **L M M J V S D** / 12 € / 24 €

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 26 €

 salle + toilettes

1 rue Lefèvre-Utile

44000 Nantes

Tél. : 02 40 34 15 93 — www.brasseriefelix.com





Café de l'Orangerie

En transit à la gare et/ou en quête d'un super spot pour boire un verre et/ou manger en terrasse avec vue ? Au cœur du Jardin des plantes, face à de sublimes serres du 19^e siècle, l'ancienne orangerie propose une jolie cuisine de marché, de saison et locale, dont la fraîcheur s'accorde à merveille avec son cadre enverduré. Ouvert du petit déjeuner à l'heure du thé. Comptoir à glaces à l'heure d'été. Réservation nécessaire.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 25 €

 salle + toilettes

15 rue Gambetta

44000 Nantes

Tél. : 02 28 44 27 08

www.cafe-de-l-orangerie-restaurantnantes.fr

Le Café des Expos

La famille Pérou a transformé cet établissement bien connu du quartier de la Cité des Congrès en une très élégante brasserie familiale (rose poudré et doré, courbes, velours, tables marbrées, belle verrière). Sous l'œil du chef étoilé, Clémentine Lecommandeur signe une carte de néobrasserie où classiques du genre se voient twistés de petits plus contemporains, avec un sourcing toujours aussi pointu. Excellent accueil et service de l'équipe.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 31 € / 53 €

Carte des plats mini-maxi : 31 € / 53 €

 salle + toilettes

14 avenue Carnot

44000 Nantes

Tél. : 02 55 54 14 91

www.cafedesexpos-nantes.fr

Plan
3

Plan
4





Le Café du Musée

Niché au sein du Musée d'arts, ce café-restaurant supervisé par Éric Guérin (La Mare aux Oiseaux) propose une cuisine de bistrot gourmande, créative et de saison au déjeuner. Plus qu'une adresse à manger ouverte en continu, cette pépète bien cachée au style scandinave est aussi un lieu de rencontre et de partage, avec bibliothèque participative, jeux à disposition, et afterworks le jeudi en prime. Carte de petites faims salées et sucrées l'après-midi. Brunch à ne pas manquer le dimanche.

Midi : L M M J V S D / 22 € / 38 €

Carte des plats mini-maxi : 8,50 € / 22 €

Brunch le dimanche : 15 € / 29,50 €

 **salle + toilettes**

10 rue Georges-Clemenceau

44000 Nantes

Tél. : 02 51 12 93 09 – www.cafedumusee.fr

Les Chants d'Avril

Dans leur joli bistrot des années 50 débordant de bouteilles de vin, Christophe et Véronique François jouent la carte de l'originalité. Dans l'assiette comme dans le verre, la surprise est de mise ! Lui, en cuisine, mitonne de bons petits plats bistrotoniques avec un sourcing produits exigeant. Elle, sommelière engagée multirécompensée, dévoile au fil du repas ses pépites vinifiées, bien souvent nature. Une adresse généreuse, bonne vivante et joueuse, mais jamais piègeuse.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 38 € / 48 €

Carte des plats mini-maxi : 15 € / 35 €

2 rue Laënnec

44000 Nantes

Tél. : 02 40 89 34 76

@restaurant_les_chants_davril

Plan
5

Plan
6





Le Clin d'Œil

Côté gare Sud, voilà une petite cantine du midi en mode « self bistrannique » qui ne manque pas de ravir les papilles alentour ! La raison de ce succès ? Des assiettes fort bien cuisinées, ultra-savoureuses, qui changent chaque jour et se composent toujours d'une option végété. En prime, pour les pupilles : expos régulières à gogo, accompagnées du joyeux combo tapas-vins-bières locaux. Un concept culturel et gourmand signé Antoine et Jérôme, toujours aussi souriants et accueillants !

Midi : L M M J V S D / 14 € / 17 €

 salle + toilettes

15 rue Marcel-Paul
44000 Nantes

Tél. : 06 65 47 13 34

@leclindoeilrestaurant



Club Colette

Avec sa devanture jaune et orange un brin 70's, cette petite cantine a le don de réveiller la chaussée de la Madeleine, et de régaler les papilles du coin ! Les coupables ? Les bocaux écoresponsables (végés, carnés ou marins) de Clémence Goussin, à déguster sur place ou à emporter (et à faire réchauffer) pour une pause rapide le midi. En bonus : une ouverture du petit déj au goûter pour se délecter des exquis douceurs de la maison.

Midi : L M M J V S D / 14 € / 18 €

 salle + toilettes

39 chaussée de la Madeleine

44000 Nantes

Tél. : 07 63 12 54 73

www.simoneandco.fr/clubcolette





Freia

Après le succès de son premier-né, Vacarme, Sarah Mainguy a remis le couvert début 2024 avec Freia, qui puise ses racines dans la nature environnante, et un petit jardin sur toit attenant. Dans une serre ultra-lumineuse avec une vue de folie sur Nantes, la cheffe pousse les curseurs de sa créativité encore plus loin. Résultat : une expérience gastronomique étoilée de haut niveau, à l'accent scandinave et végétal, bien ancrée dans son époque et son territoire.

Midi : **L M M J V S D** / 50 € / 75 €

Soir : **L M M J V S D** / 80 € / 120 €

 salle + toilettes

22 boulevard de Berlin

44000 Nantes

Tél. : 09 72 10 10 44

www.freia-restaurant.com



Guindaille

Belgicisme signifiant « réunion joyeuse », Guindaille est l'un de ces néobistrot où il fait bon se retrouver autour d'une tablée pleine de réjouissantes assiettes et verres bien choisis, dans une ambiance conviviale. Au déj, une cuisine bistrotière un tantinet voyageuse ; le soir, l'apéro se sirote entre amis et s'acquine de tapassiettes bien cuisinées. Les desserts ne sont pas en reste, avec des associations de goûts singulières. DJ sets, expos et dégustations organisés de temps en temps.

Midi : **L M M J V S D** / 20 € / 24 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 35 €

 salle + toilettes

36 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 40 75 53 05

www.guindaille.fr



NOUVEAU!



Ichi Zen

C'est dans ce spot emblématique de la restauration nantaise, à l'angle des rues Fouré et de Saverne, que Maël Hemmer (aussi à la tête d'Ichi-go Ichi-e) a dégainé pour la seconde fois ses couteaux. Le concept, cette fois-ci ? Au déjeuner, des donburi (bol composé de riz et surmonté de poisson, viande ou légumes). Le soir venu, changement d'ambiance, et de carte. La cantine bascule en mode izakaya, à base de tapas japonaises, avec option sakés, cocktails ou autres bières du pays du Soleil-Levant.

Midi : L M M J V S D / 12 € / 22 €

Soir : L M M J V S D / 9,50 € / 30 €

Carte des plats mini-maxi : 10€ / 30€

 salle

11 rue Fouré
44000 Nantes

Tél. : 02 51 82 05 70 – www.ichizen.fr

Plan
11

Vit'
fait
bien
fait!

Ichi-go Ichi-e

Chez Ichi-go Ichi-e (signifiant « un moment, une rencontre » en japonais), Maël Hemmer et son équipe invitent leurs convives à vivre pleinement l'instant présent, dans leur comptoir à ramen tout de bleu outremer, blanc et bois clair. Au menu : huit succulentes ramen réalisées dans les règles de l'art et 100 % maison (des nouilles aux bouillons), sous les yeux des gourmets. Les places étant limitées, mieux vaut arriver tôt pour être certains de slurper l'un de ces fumants bols japonais.

Midi : L M M J V S D / 14,50 € / 20 €

Soir : L M M J V S D / 14,50 € / 20 €

Carte des plats mini-maxi : 11 € / 20 €

31 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 40 35 34 30

www.ichigoichie.fr

Plan
12

Vit'
fait
bien
fait!



Ikimasho

L'équipe de Tampopo a encore frappé fort avec ce concept qui plonge les Nantais dans l'ambiance des yokocho de Tokyo. Sons, décor, menu : impossible de résister au charme de ces divers comptoirs où venir slurper et croquer dans les savoureux plats élaborés par le chef Anthony Nguyen (tonkatsu, ramen, tan-tan, gyozas, bao). Tout y est fait maison, à base de produits locaux bien choisis. Ouvert 7j/7 en continu et sans réservation. Potentielle attente récompensée par une expérience immersive.

Midi : L M M J V S D / 4,50 € / 18,50 €

Soir : L M M J V S D / 4,50 € / 18,50 €

salle + toilettes

4 rue de Colmar

44000 Nantes

www.ikimasho.fr

Le Lion et l'Agneau

Carnivore tant dans le nom que dans l'assiette, le restaurant de Thierry Lébé est une véritable ode à ses origines gersoises. Au cœur du projet : de la belle rôtisserie et une généreuse cuisine de terroir, à l'accent du pays de ce chef passionné. Remarquable maîtrise de la cuisson des viandes cuites à la broche, accompagnée d'une cuisine de bistrojoliment dressée. En salle pendant le service, le maître rôtisseur accueille ses convives en toute simplicité et convivialité.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 23 € / 42 €

Carte des plats mini-maxi : 23 € / 42 €

salle + toilettes

40 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 55 10 58 74

www.le-lion-et-lagneau.fr

Plan
13

Vit'
fait
bien
fait!

NOUVEAU!

Plan
14



La Mangouste

Voilà une sympathique adresse pour débiter l'exploration de la gourmande rue Fouré ! Dès l'entrée de ce bar-resto, le comptoir et son mur de bouteilles lancent les hostilités : ici, le verre compte autant que l'assiette, et les cocktails méritent le détour. Côté cuisine : des plats de bistrot dans l'air du temps en semaine et de délicieuses pizzas le soir et le week-end. Un alléchant programme à déguster dans une ambiance conviviale et amicale, avec en prime des soirées concert ou DJ set mensuels.

Midi : L M M J V S D / 20,50 € / 28,50 €

Soir : L M M J V S D / 28 € / 36 €

Carte des plats mini-maxi : 14 € / 23 €

 **salle + toilettes**

**30 rue Fouré
44000 Nantes**

Tél. : 02 51 72 31 81 – www.lamangouste.net

Mijoté

Non loin de la dynamique et culinaire rue Fouré se cache un bistrot de quartier à la cool répondant au doux et réconfortant nom de Mijoté. Dans sa cuisine ouverte donnant sur une grande table d'hôtes, le chef franco-américain Adrien Queeny mijote une popote de saison aux multiples influences (créoles, asiatiques, latines). Pour compléter ses jolies assiettes, une belle petite sélection de vins bio et biodynamiques. Assiettes partageuses le soir venu.

Midi : L M M J V S D / 22 € / 35 €

Soir : L M M J V S D / 22 € / 35 €

**10 rue Crucy
44000 Nantes
Tél. : 07 49 12 90 84
@mijote.nantes**

**Plan
15**

**Plan
16**





Myrtil

Comme un hommage à la myrte, Frédéric Bonnefont (Café Bécot) a planté dans le quartier des Olivettes son resto joliment nommé Myrtil. Derrière sa grande façade vitrée, un décor authentique et chic (tables marbrées, chaises bistrot, murs de pierres blanchies) où se dégustent de bons produits de saison (court-circuités par le Kiosque Paysan) transformés en de talentueuses assiettes. Vins bio et nat côté goulots.

Midi : **L M M J V S D** / 19 € / 23 €

Soir : **L M M J V S D** / 25 € / 35 €

Carte des plats mini-maxi : 8 € / 23 €

1 allée de la Maison-Rouge

44000 Nantes

Tél. : 02 53 78 65 18

@myrtil_restaurant

Omija

À l'image de l'omija (baie coréenne aux 5 saveurs) qui a donné son nom au restaurant, Romain Bonnet s'attelle à retrouver dans chacun de ses plats un savant équilibre de saveurs. Un travail d'une créativité folle, entre cuisine gastronomique française et asiatique, résultat de singulières associations de produits localement sourcés (label Écotable) et d'une pincée de cueillette sauvage. L'expérience, étoilée, se poursuit en salle avec le travail de Ronan Bricaud, qui prolonge très joliment le propos culinaire.

Midi : **L M M J V S D** / 32 € / 66 €

Soir : **L M M J V S D** / 88 €

 salle + toilettes

54 rue Fouré

44000 Nantes

Tél. : 02 40 74 81 05 – www.omija.fr

Plan
17

NOUVEAU!

Plan
18





P'tite Pomme

Surnom du chef depuis qu'il est haut comme trois pommes, la cuisine de Ruddy Maisonneuve se déguste comme un hommage gourmand à ses souvenirs d'enfance, à la ferme de ses grands-parents. Ses assiettes du marché, fraîches, de saison et locales, témoignent de la grande maîtrise (cuissons, dressages, assaisonnements) de l'ancien second de LuluRouget. Douceur et gentillesse en salle avec Juliette Jovelin, l'autre moitié du duo à la ville comme au resto. Adresse bien cachée du côté du Champ de Mars, mais hautement recommandée.

Midi : **L M M J V S D** / 20 € / 24 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 8 € / 30 €

 salle + toilettes

18 rue de Mayence – 44000 Nantes

Tél. : 09 79 32 39 74 – www.ptite-pomme.fr

Personnes

Bistrot de quartier conçu comme un véritable lieu de vie en plein cœur de Dalby, Personnes a ce côté rassembleur et réconfortant qui fait chaud au cœur... et aux estomacs ! À l'ardoise du déjeuner : une cuisine de marché bien travaillée, contemporaine, de saison, et aux goûts francs. Au dîner, les pizzas du voisin Popolo entrent en scène pour une régalaie assurée. Belle sélection de jus, ascendant naturel, sur les étagères de ce troquet aux allures vintage. Terrasse et terrain de pétanque.

Midi : **L M M J V S D** / 19,50 € / 23 €

Carte des plats mini-maxi : 15 € / 16 €

32 rue de Coulmiers

44000 Nantes

Tél. : 02 40 74 17 39

www.personnesnantes.com

18. Centre-ville → Gare /
Champ de Mars / Madeleine



Les Triplettes

Si elles sont aujourd'hui des « quadruplettes », Les Triplettes (emmenées par Nina Thenon et Laurianne Condette) continuent de régaler les becs gourmands dans leur coffee shop écoresponsable, du réveil à la pause goûter. À midi, leur petite offre salée en mode cantine (ou leur brunch le week-end) est plus que validée. Un conseil : il faut savoir place garder pour la partie sucrée, démentiellement bien travaillée ! Adresse lumineuse et grande terrasse appréciable.

Midi : **L M M J V S D** / 13 € / 18,20 €

Brunch le samedi et un dimanche par mois : 24 €

 salle + toilettes

4 bis rue Émile-Masson

44000 Nantes

Tél. : 02 28 49 76 01

www.lestriplettesdenantes.fr



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA
SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



Centre-ville

→ Hôtel de Ville / Cathédrale / Versailles

- | | | | |
|---------------------------|--------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| 1. L'Abélia | 12. Le Loup, le Renard et la Galette | 22. Kenji et Louise (VFBF) | 33. Pickles |
| 2. L'Agave | 13. Dinette (VFBF) | 23. Lamaccotte | 34. Le Reflet |
| 3. Art'N Blum | 14. Dubrown (VFBF) | 24. M. Strogoff | 35. Restaurant ICI |
| 4. Bam Bam Café (VFBF) | 15. Emporietto | 25. Le Mirza | 36. Sain |
| 5. Belle de Jour | 16. L'Éphémère | 26. Mugen Ramen (VFBF) | 37. Le Select |
| 6. Le Bouchon | 17. L'Éthiquète (VFBF) | 27. L'Océanide | 38. Tokki (VFBF) |
| 7. Le Brocéliande | 18. Ezope (VFBF) | 28. Oh K'fée d'Mj (VFBF) | 39. Tori Ya (VFBF) |
| 8. Chacha | 19. Les Filles de la Côte | 29. OHMYFISH (VFBF) | 40. Vincenzo |
| 9. Chez les Crèmes (VFBF) | 20. Graziella | 30. Panier d'Or | 41. Voyage Voyage |
| 10. Chop Chop (VFBF) | 21. L'Instinct Gourmand | 31. Le Parallèle | |
| 11. Le Coin des Crêpes | | 32. La Pasta | |



L'Abélia

Dans une demeure bourgeoise 1900 où le temps ne semble pas avoir de prise, Pascale et Vincent Berthomeau jouent avec passion une partition culinaire bien ficelée depuis plus de 20 ans. Dans l'assiette, une cuisine gastronomique, de tradition et de savoir-faire, mettant à l'honneur de très beaux produits locaux. Dans les nombreux salons de la maison, Pascale accompagne l'expérience culinaire avec délicatesse et précision. Jolie verrière en hauteur qui domine le jardin et la terrasse.

Midi : **L M M J V S D** / 32 € / 64 €

Soir : **L M M J V S D** / 47 € / 64 €

Carte des plats mini-maxi : 11 € / 30 €

 salle + toilettes

125 boulevard des Poilus
44300 Nantes

Tél. : 02 40 35 40 00

www.restaurantlabelia.com



L'Agave

Chef passionné au parcours bien rempli, Oscar Becerril propose dans son restaurant une rencontre haute en couleur entre la gastronomie française et mexicaine. Cuisine fusion au caractère bien trempé à découvrir dans la formule du midi ou en menu dégustation le soir. Il cuisine aussi des plats 100 % mexicains avec, toujours, une vive attention portée au dressage. Nom du lieu oblige, c'est tout naturellement qu'une jolie sélection de spiritueux du pays (tequila comprise) se retrouve à la carte !

Midi : **L M M J V S D** / 22 € / 25 €

Soir : **L M M J V S D** / 49 € / 69 €

Carte des plats mini-maxi : 17 € / 35 €

 salle + toilettes

11 rue Léon-Blum
44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 54 51

www.restaurant-lagave.com





Art'N Blum

Dans leur restaurant tout en long de la rue Léon-Blum, le duo de compères passionnés Valentin Maillet et Alexandre Pichard (tous deux passés par le Castel Marie-Louise) n'en finissent pas de régaler les becs et gosiers de leurs gourmets attablés ! Aux fourneaux, Alexandre imagine une cuisine de l'instant, dont résultent des menus créatifs et gourmands. Aux goulots, Valentin arrose les mets de propositions issues de sa courte carte des vins mettant à l'honneur les producteurs récoltants.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 23 €

Soir : L M M J V S D / 35 € / 40 €

 salle

10 rue Léon-Blum
44000 Nantes

Tél. : 02 40 89 41 56

www.restaurant-artnblum.com



Bam Bam Café

À deux pas des bords de l'Erdre, le coffee shop de Cécile Marty ravit les papilles du quartier Saint-Mihiel depuis déjà 5 belles années ! Chaque semaine, une nouvelle carte voit le jour, proposant une petite restauration en mode cantine végétarienne. Ambiance comme à la maison, cosy (mobiliers bistrot d'antan, vaisselle dépareillée, carrelage d'époque, déco chinée), idéale pour venir papoter, télétravailler ou bouquiner, tout en dégustant les réconfortants gâteaux faits maison.

Midi : L M M J V S D / 11,20 € / 13 €

Carte des plats mini-maxi : 8,90 € / 10,70 €

Brunch le samedi et le dimanche : 5 € / 12,40 €

 salle

25 rue Adolphe-Moitié
44000 Nantes

Tél. : 09 81 61 39 26

www.bambamcafe.fr





Belle de Jour

C'est dans une ancienne caserne militaire du quartier Mellinet que ce lieu de vie familial et protéiforme a vu le jour, sous la houlette de Jeanne, Benoît et Quentin. À midi, on y déguste une fraîche cuisine de marché aux produits fort bien castés. Le soir, les assiettes à partager font leur entrée remarquée. Plus qu'un resto-bar ouvert du matin jusqu'à tard, une programmation culturelle vivante et populaire complète l'ardoise (concerts, débats, ateliers, films) pour les petits comme pour les grands !

Midi : L M M J V S D / 19,50 € / 22,50 €

Soir : L M M J V S D / 6,50 € / 11 €

Carte des plats mini-maxi : 15 € / 17 €

 **salle + toilettes**

**4 place du 51^e-Régiment-d'Artillerie
44000 Nantes**

Tél. : 02 40 14 84 49 – www.belledejour.org

Le Bouchon

Il n'y a pas de bouchon lyonnais qui tienne ici ! Cette maison du 16^e siècle au cœur de la vieille ville abrite en réalité un élégant restaurant, qui fait le bonheur de ses clients depuis 1986. Bistronomique et raffinée, la cuisine se révèle bien exécutée, et parée d'appétissants dressages. Lieu chaleureux et intimiste à l'esprit boudoir chic, doublé de l'une des plus belles cours de Nantes (terrasse pavée sous les arbres, au fort potentiel romantique). Accueil professionnel et dynamique.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 24 €

Soir : L M M J V S D / 32 € / 38 €

Carte des plats mini-maxi : 17 € / 29 €

 **salle**

**7 rue Bossuet
44000 Nantes**

Tél. : 02 40 20 08 44

www.le-bouchon-nantes.com



Le Brocéliande

Un peu à l'écart de la bouillonnante rue Joffre, cette institution du vin naturel mérite résolument le détour, tant pour le contenu de ses assiettes et de ses verres, que pour son éternelle coolitude (commande au comptoir, large choix de quilles). Si la déco sent a priori bon le bistrot d'antan, la cuisine se révèle, elle, contemporaine et créative, avec de détonantes et délicieuses associations de goûts. Petites assiettes à picorer le soir venu. Saisonnalité, locavorisme et produits bio de rigueur.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Carte des plats mini-maxi : 6,5 € / 21 €

 **salle + toilettes**

40 rue Préfet-Bonnefoy

44000 Nantes

Tél. : 02 40 74 25 51 – @le_broceliande

Plan
7



Chacha

Chacha...rmante adresse que ce fief végétal et éco-engagé du quartier Bouffay ! Au menu, inclusif et gourmand, des plats du jour ou tapas végés, végans, sans gluten ou sans lactose, 100 % savoureux et généreux. Ancrée dans les saisons, la cuisine est évidemment réalisée à partir de produits bruts et complètement locaux. Accueil et déco chaleureux (grand bar, pierres grattées, bois à gogo). Chouette petite terrasse, à l'abri de l'agitation.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 15,50 € / 17 €

 **salle**

9 rue de la Bléterie

44000 Nantes

Tél. : 09 83 88 83 53

www.chacharestaurant.fr

Plan
8



Chez les Crèmes

Douceur(s) en vue dans ce coffee shop qui a élu domicile en lieu et place de l'ancien Café Bécot. Derrière leur devanture verte, Anaïs (en salle) et Hélène (en cuisine) ont imaginé une atmosphère cosy où se délecter de bons petits plats maison et locavores (soupes, cakes, quiches, samoussas, salades). Immanquable également : la myriade d'alléchantes gourmandises sucrées, à déguster du petit déj au goûter ! Jolie terrasse et brunch un dimanche par mois.

Midi : L M M J V S D / 18,40 € / 20,90 €

Brunch un dimanche par mois : 26 €

1 rue du Cheval-Blanc

44000 Nantes

Tél. : 02 28 49 19 53

@chezlescremes

Chop Chop

Petite sœur (version XL) de Dînette, ce coffee shop concocte à midi (et jusqu'à 15h30) une offre salée à se damner ! Salades, tartes, soupes, etc. : Chop Chop assure un déj 100 % créatif, sain et savoureux, en mode végé ou carné. Les becs sucrés en ont aussi fait leur QG du petit déj au goûter. Largement fréquenté, signe du caractère addictif du lieu, la commande au comptoir est ultra-rapide. Super option à emporter.

Midi : L M M J V S D / 12,30 € / 17 €

Carte des plats mini-maxi : 8,90 € / 10,50 €

11 rue Saint-Léonard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 12 10 60

www.chopchopnantes.fr



NOUVEAU !





Le Coin des Crêpes

Dans un univers plus proche de la cantine scandinave que de la crêperie tradi, le maître crêpier Nicolas Roure envoie à tour de rozell des galettes et crêpes crousti-moelleuses au beurre salé, survalidées par toute une clique de gourmands. Tout y est fait maison avec de bons produits du coin et une touche d'originalité, arrosé de quelques cidres fort intéressants. Pour les amateurs, la petite touche qui fait mouche : les galettes de blé noir servies en dessert...

Midi : **L M M J V S D** / 13,50 € / 15 €

Soir : **L M M J V S D** / 20 € / 25 €

Carte des plats mini-maxi : 9,80 € / 12,90 €

 salle

2 rue Armand-Brossard
44000 Nantes

Tél. : 02 40 35 39 36

@lecoindescrêpes_



Crêperie le Loup, le Renard et la Galette

Envie de crêpes et galettes qui sortent des billigs battus ? Direction le bouillonnant Bouffay, où la crêperie d'Arnaud Jaffredo et Ophélie Heck réussit avec brio à casser les codes du genre tout en maîtrisant les classiques. Leur alléchante recette ? De subtiles galettes et crêpes crousti-fondantes super bien réalisées et des garnitures très cuisinées, aussi originales que roboratives. Pas de réservation, s'y pointer tôt ; et si pas de pot, faire quelques pas et tenter sa chance dans la deuxième adresse de la maison, rue de la Baclerie.

Midi : **L M M J V S D** / 14 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 4 € / 13 €

 salle

19 rue de la Juiverie — 44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 12 71

@leloup_lerenard_et_lagalette





Dînette

Direction la rue piétonne du Château pour un moment de douceur dans cette institution des salons de thé nantais ! Micro-temple du réconfort à la sauce rétro (poutres en bois, pierres apparentes, mobilier façon brocante), on y mijote de savoureux petits plats maison et de saison, acoquinés de gâteaux ultra-régressifs. Jolie sélection de thés et petit coin épicerie en prime, sans oublier le brunch du week-end. Lieu hautement fréquenté, sans réservation aucune, arrivée tôt ou tard conseillée.

Midi : L M M J V S D / 14 € / 20,50 €

Carte des plats mini-maxi : 8,50 € / 14 €

Brunch le samedi et le dimanche : 26,50 €

salle

12 rue du Château
44000 Nantes

Tél. : 02 51 82 79 13 – www.dinettenantes.fr

Dubrown

Pionnier du burger artisanal nantais de qua-li-té, Dubrown tient bon la barre de son diner à la sauce contemporaine et frenchy depuis maintenant plus de 10 ans. Leur recette ? *No bullshit, just burgers* : des frites et des potato buns maison (leur labo boulanger se situe en face), de la viande de race française et des ingrédients locaux. Boissons (bières artisanales et vins nature) et desserts (à l'américaine) viennent compléter la dégustation.

Midi : L M M J V S D / 13 € / 16 €

Soir : L M M J V S D / 16 € / 23 €

Carte des plats mini-maxi : 13,95 € / 16 €

salle + toilettes

12 rue Saint-Léonard
44000 Nantes

Tél. : 09 51 25 90 14

www.dubrownnantes.com

Plan
13

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
14

Vit'
fait
bien
fait!



Emporietto

Une fois débusqué au fond d'une impasse secrète, voilà qu'Emporietto se dévoile, aussi intimiste qu'atypique, dans une cave de pierre voûtée. Sous la houlette du Franco-Italien Jonas Le Fillastre, et dans un esprit d'osteria, on y déguste une cuisine italienne contemporaine, aux accents locaux, avec des assiettes au dressage pointu et au sourcing vertueux. Féru de produits et vins (bio, biody, nature) tout droit venus de la Péninsule, Jonas y a aussi imaginé une excellente épicerie pour prolonger l'expérience.

Midi : L M M J V S D / 23 € / 40 €

Soir : L M M J V S D / 43 € / 45 €

 salle + toilettes
27 rue Adolphe-Moitié
44000 Nantes
Tél. : 09 83 59 06 73
www.emporietto.fr



L'Éphémère

À deux pas du Musée d'arts, voici un délicieux repaire... bien parti pour durer ! Pensée par un trio d'associés (Océane Godfroid, Kevin Ternus et Arthur Deflandre), cette adresse distille une bistronomie aussi engagée qu'inventive. Au programme : une essence résolument créative, où fleurs et plantes sauvages titillent curiosité et papilles. Décor d'inspiration végétale, esprit convivial, goûts audacieux. Bon rapport qualité-prix au dîner.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 24 €

Soir : L M M J V S D / 20 € / 24 €

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 16 €

Brunch le dimanche : à la carte, à partir de 9 €

 salle + toilettes
81 rue du Maréchal-Joffre
44000 Nantes
Tél. : 02 51 81 03 67
www.lephemere-restaurant-nantes.fr



NOUVEAU !



L'Éthiquête

Adresse pionnière de la cuisine végane nantaise, L'Éthiquête affiche dès l'enseigne son positionnement pour une cuisine vertueuse et engagée (circuits courts, vrac, repas suspendus, monnaie locale Moneko, zéro déchet). Burgers, bowls, *tofish and chips* : Claire et Frédéric dégagent leurs meilleures recettes sans protéines animales pour satisfaire aux envies des plus gourmands aux plus healthy. Avec, en prime, des options sans gluten. Ambiance conviviale et commande au comptoir.

Midi : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 12€ / 14€

 salle

14 rue Armand-Brossard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 20 02

www.ethiquete.fr

Ezope

Envie de faire rimer pause du midi avec street food quali ? La petite échoppe à focaccias d'Aude et Antoine est là pour ça ! Pétris maison chaque jour avec de la farine bio du coin, une très bonne huile d'olive et du levain, ces petits pains gourmands d'origine italienne sont garnis minute. Au menu : quatre recettes, déclinées en version salade pour varier les plaisirs. Une belle option à emporter, sinon à déguster sur la petite terrasse.

Midi : L M M J V S D / 13 € / 15 €

Soir : L M M J V S D / 14 € / 16 €

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 12 €

 salle

13 rue Léon-Blum

44000 Nantes

Tél. : 09 82 58 56 67

www.ezope-restaurant.com

Plan
17

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
18

Vit'
fait
bien
fait!



Les Filles de la Côte

En bleu et blanc, dehors comme dedans, ce bistro gouverné par Valérie et Stéphanie Ferrand régale à midi le quartier des Chalâtres avec des assiettes fraîches et savoureuses. Ouvert matin et soir aussi, l'endroit est autant apprécié pour une pause-café qu'une soirée bar-tapas. Accueil simple et souriant. Agréable terrasse sur la place Victor-Richard. Petit coin épicerie bienvenu, pour rapporter un peu du lieu chez soi !

Midi : L M M J V S D / 17,50 € / 20,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 5 € / 9 €

13 place Victor-Richard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 74 00 98

@lesfillesdelacote_bistrot

Plan
19

Graziella

Un repas à la sauce napolitaine sous un ciel étoilé de citrons ? Ça se passe chez Graziella, la deuxième pizzeria de Jérémy Dechoux, nommée cette fois-ci en hommage à sa *nonna italiana*.

À table, des pizzas dans la plus pure tradition napolitaine (four à bois, pâte au levain, produits locaux), aux rebords joughlus et à la garniture bien pensée.

Côté carte, huit pizzas seulement, accompagnées d'antipasti *molto quali* et de douceurs sucrées à tomber.

Grande terrasse fort appréciée.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 9,60 € / 16,90 €

8 rue Saint-Léonard

44000 Nantes

Tél. : 09 82 41 70 68

www.famigliacaruso.fr

Plan
20



L'Instinct Gourmand

Grand frère de L'Instant, cette première table de Sylvain Le Bras (formateur de plusieurs chefs nantais de talent) se décrit pourtant comme un « bistrot sans étiquette ». Que nenni ! Voilà une cuisine maîtrisée, mêlant tradition française et vraie patte de cuisinier chevronné. Produits locaux, cuissons, assaisonnements, dressages : tout est réuni pour passer un moment culinaire de qualité. Sans oublier la belle carte des vins, qui vient couronner l'expérience en beauté.

Midi : **L M M J V S D** / 19,40 € / 21,40 €

Soir : **L M M J V S D** / 33 € / 39 €

 salle

14 rue Saint-Léonard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 41 64

www.linstantgourmand.com

Kenji et Louise

C'est dans cet ancien bistrot transformé en comptoir à ramen que le chef japonais-micronésien Kenji a posé ses marmites. Passionné et talentueux, il mitonne des ramen aussi délicieuses que copieuses. Nouilles, bouillons, gyozas et autres tempuras : tout ici est fait maison (exception faite pour les desserts élaborés par la pâtisserie Saki). Ramen déclinables en version végété et végane. PS : ne cherchez pas Louise, elle œuvre en coulisse...

Midi : **L M M J V S D** / 16 € / 17 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 13,95 € / 16,50 €

22 rue Armand-Brossard

44000 Nantes

Tél. : 02 40 12 10 38

www.kenjietlouise.fr





Lamaccotte

Dans son antre gastro cool en plein cœur historique, Guillaume Maccotta et son équipe mettent un point d'honneur à sourcer les meilleurs produits pour en faire de divines assiettes. Une exigence que l'on retrouve dans la décoration du lieu, douce et lumineuse, signée par les architectes Les Rapporteuses. Chaque jour, le chef Maxime Fillaut (La Mare aux Oiseaux, Le Clarence) imagine une cuisine de haute volée, aussi élégante qu'épurée, sans omettre la générosité qui caractérise le duo. Très belle carte de vins d'auteurs.

Midi : L M M J V S D / 24 € / 28 €

Soir : L M M J V S D / 36 € / 55 €

 salle

7 rue Saint-Denis

44000 Nantes

Tél. : 02 85 37 42 30

www.lamaccotte-restaurant-nantes.com

M. Strogoff

Nommé d'après le héros de Jules Verne, comme un trait d'union entre la Russie et Nantes, le restaurant de Davit Amasyan et Gayane Melkonyan est une plongée dans les délices des pays slaves. Oscillant entre Russie, Arménie, Ukraine ou Géorgie, les assiettes voyageuses et savoureuses dévoilent une multitude de recettes traditionnelles, parfois revisitées. La culture de la maison se découvre aussi dans sa dimension liquide, avec une belle panoplie de vodkas et de vins géorgiens. Ambiance accueillante et équipe cosmopolite.

Midi : L M M J V S D / 17,50 € / 19,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 14 € / 29,50 €

20 rue Saint-Léonard

44000 Nantes

Tél. : 02 28 44 63 86

www.mstrogoff-restaurant-russe-nantes.fr





Le Mirza

Cet oiseau de nuit séduit grâce à son concept aussi festif que léché ! De l'afterwork au bout de la nuit, Maxime Delalande et Julien Moniz envoient depuis leur comptoir boisé de jolies assiettes à partager, aussi rock'n'roll que bien dressées et maîtrisées, couplées aux vins nat dénichés par leur compère, François Rouillé. Un conseil : mieux vaut arriver tôt ou tard pour être sûr d'avoir de la place, et goûter à leurs divines chips maison !

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 20 €

 salle + toilettes

5 rue Chateaubriand

44000 Nantes

@lemirza.nantes



Mugen Ramen

Derrière leur vitrine où trônent machine à pâtes et sacs de farine, Guillaume Masao Dallas et Victorien Gicquel s'attachent à twister et gastronomiser les mythiques ramen du pays du Soleil-Levant. À coups de bouillons singuliers aux piments justement dosés, les deux amis d'enfance envoient les classiques ramen en orbite, et délivrent des recettes aussi créatives que complexes et délicieuses. Comme au Japon, zéro dessert à la carte : un Mugen Ramen et ça repart ! Pas de réservation, mieux vaut arriver tôt.

Midi : **L M M J V S D** / 17 € / 20 €

Soir : **L M M J V S D** / 17 € / 20 €

Carte des plats mini-maxi : 13 € / 14 €

 salle + toilettes

4 rue Fénelon

44000 Nantes

Tél. : 02 28 49 02 08

@mugen_ramen_nantes

Plan
25

Plan
26

Vit'
fait
bien
fait!



L'Océanide

Depuis près de 25 ans, David Garrec transforme les poissons et fruits de mer locaux en festin dans son Océanide des bords de l'Erdre. Dans un décor aux allures rétrobourgeoises (cuir riveté, tables juponnées, lustres et miroirs), les menus du chef déclinent les nobles saveurs de la mer, parfois entremêlées de quelques notes plus terriennes. Proche du marché de Talensac, les arrivages de cet antre marin rivalisent de fraîcheur ! Pour les aficionados, très belle carte des vins !

Midi : **L M M J V S D** / 35 € / 120 €

Soir : **L M M J V S D** / 35 € / 110 €

Carte des plats mini-maxi : 29 € / 88 €

 salle + toilettes

2 rue Paul-Bellamy

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 32 28

www.restaurant-oceanide.fr



Oh K-Fée d'Mj

Dans son antre aussi coloré qu'hétéroclite (papier fleuri, vaisselle dépareillée, guirlande lumineuse, œuvres d'art aux murs), Morgane Jobelin mijote de joyeuses recettes végétariennes (mais aussi véganes, sans lactose, sans gluten), pour une pause *déj comfort food* à souhait. Dans un esprit salon de thé cocooning, on y savoure aussi de délicieuses gourmandises, à accompagner d'un large choix de boissons. Petite terrasse avec vue sur la cathédrale.

Midi : **L M M J V S D** / 14 € / 20 €

Soir : **L M M J V S D** / 16,50 € / 35 €

Carte des plats mini-maxi : 14 € / 16,50 €

Brunch le dimanche : 26 €

2 rue du Roi-Albert

44000 Nantes

Tél. : 09 88 43 11 17

@Oh_kfee_d_mj.nantes





OHMYFISH

Micro-comptoir marin tenu avec passion par Alexandre (poissonnier de métier, aux fourneaux) et Laura Aubert (au service et desserts), OHMYFISH propose une originale et courte carte de street food marine « fishrement » bien pensée ! En version roll artisanal brioché et bien toasté ou bowl, les recettes régaleront par leurs jolies associations de goûts bien assaisonnées, et une attention portée à la saisonnalité et au respect des espèces cuisinées. Super option à emporter.

Midi : L M M J V S D / 13 € / 18,50 €

Carte des plats mini-maxi : 10,95 € / 13,95 €

21 rue de Strasbourg

44000 Nantes

Tél. : 09 83 72 12 21

www.ohmyfish.fr

Panier d'Or

Pour découvrir une part de la gastronomie taïwanaise, rien de tel qu'une virée chez Panier d'Or, qui cuisine (entre autres spécialités) les fameux xiao long bao. Ces jolis petits raviolis cuits vapeur et servis à même leur panier se dégustent aussi bien en version carnée que végétal. Les entrées et desserts sont aussi d'enfer (paraît-il que le tea-ramisu en a fait fondre plus d'un !). Sans oublier les accords mets-thés de qualité, fort recommandés. Service et accueil aux petits soins dans une atmosphère immaculée.

Midi : L M M J V S D / 16 € / 22 €

Soir : L M M J V S D

 salle + toilettes

13 rue Armand-Brossard

44000 Nantes

Tél. : 09 83 09 31 12

www.panierdor.fr

Plan
29

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
30



Le Parallèle

Avec son premier restaurant, Victor Coque dresse un véritable pont entre la Cordillère des Andes qui l'a vu naître, à deux pas du parallèle zéro, et son parcours culinaire français riche en expériences. Très marqué par les recettes de sa grand-mère en Équateur, le chef met un point d'honneur à réaliser une cuisine qui « prend soin » et « restaure », où légumes et herbes (dont certaines sont issues de son jardin) jouent un rôle prépondérant. Vive attention portée au zéro déchet. Vins bio et biodynamiques.

Midi : **L M M J V S D** / 19 € / 22 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 16 € / 25 €

 salle + toilettes

70 rue Desaix
44000 Nantes

Tél. : 02 85 52 87 04 – www.leparallelele.fr

Plan
31

La Pasta

Micro-adresse, mais grand voyage papillaire en vue chez cette institution de la *pasta italiana* ! Dans leur resto familial couleur jaune pâle, la famille De Nitto (Anne-Gaëlle aux fourneaux, ses parents Anna-Maria et Luigi en salle) délivre une délicieuse partition culinaire aux saveurs de leurs Pouilles originelles. Au menu : de sublimes pâtes fraîches maison acoquinées de beaux produits de la Botte, des focaccias étonnantes et un tiramisu à se damner... Ambiance vivante et chaleureuse. Petite sélection de vins italiens.

Midi : **L M M J V S D** / 25 € / 40 €

Soir : **L M M J V S D** / 32 € / 40 €

Carte des plats mini-maxi : 17 € / 25 €

 salle

14 rue Saint-Léonard
44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 33 22 – www.lapastanantes.com

Plan
32



Pickles

Chef anglais autodidacte et passionné, Dominic Quirke fait sans conteste partie des pionniers du renouveau de la gastronomie nantaise. Depuis 10 ans aux fourneaux de son acidulé Pickles, il mitonne une cuisine ancrée dans son terroir, à l'image de son fort engagement pour l'agriculture paysanne. Soir comme midi, ses assiettes révèlent une créativité et une recherche poussées, ainsi qu'un savoureux melting-pot d'influences. Le tout sublimé par de très beaux accords mets-vins ou mocktails.

Midi : **L M M J V S D** / 27 € / 45 €

Soir : **L M M J V S D** / 65 € / 100 €

 salle + toilettes

2 rue du Marais

44000 Nantes

Tél. : 02 51 84 11 89

www.pickles-restaurant.com

Le Reflet

Un vent d'inclusivité et de spontanéité souffle sur le quartier Decré : bienvenue au Reflet ! Dans cette adresse façon bistrot moderne, une partie de l'équipe est porteuse de trisomie 21. Un projet lancé par Flore Lelièvre pour « rendre ordinaire l'extraordinaire » grâce à de malicieuses adaptations en salle et en cuisine. Au menu : des plats de marché savoureux et dans l'air du temps, au sourcing localement pointu (label Écotope). Agréable terrasse sous les arbres.

Midi : **L M M J V S D** / 19,50 € / 24,50 €

Soir : **L M M J V S D** / 28 € / 34 €

 salle + toilettes

4 rue des Trois-Croissants

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 33 86

www.restaurantlereffet.fr





Restaurant ICI

Quand un chef globe-trotter, aussi discret que talentueux, pose ses couteaux bien aiguisés à Nantes pour élaborer une cuisine gastronomique précise et espiègle, il en résulte le raffiné Restaurant ICI. Une cuisine d'instinct, locavore, où la créativité se révèle notamment via des saveurs et dressages hauts en relief. Dans un cadre industriel, l'équipe de salle aux petits soins déroule le menu dans une ambiance douce et sereine. Carte des vins d'une belle justesse. Charmante terrasse.

Midi : L M M J V S D / 22 € / 38 €

Soir : L M M J V S D / 59 €

1 rue Léon-Blum

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 62 27

www.restaurant-ici.fr

Sain

Derrière cette devanture marbrée, les frères Huitric distillent leur bonne humeur dans leur resto-cave-épicerie ! Si leur nom de famille sent bon l'iode, c'est plutôt la terre maraîchère familiale guérandaie qui nourrit en grande partie leur projet... et les assiettes de Josselin : super fraîches, en mode cuisine de marché créative, aux dressages toujours très fins. La pointue carte des vins et boissons est quant à elle la belle affaire de Samuel. Terrasse en vue pour 2025.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 28 € / 37 €

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 19 €

 salle + toilettes

93 rue Maréchal-Joffre

44000 Nantes

Tél. : 02 40 72 82 48

www.sain-nantes.com





Le Select

Ni son emblématique façade Art déco, ni son nom n'ont changé depuis belle lurette. Mais le Select a néanmoins fait peau neuve en 2020 grâce à Julie Pierre et Jonathan Lemonnier, qui en ont fait un lieu où « boire, manger, partager », dans un esprit indus-chic et cosy, à deux pas du château. À table, on déguste une cuisine esprit brasserie aux accents world food. L'imposant comptoir cache quant à lui moult flacons : rendez-vous le soir pour déguster un cocktail et quelques assiettes partageuses.

Midi : **L M M J V S D** / 19,50 € / 25 €

Soir : **L M M J V S D** / 8 € / 38 €

Brunch un dimanche par mois : 27 €

14 bis rue du Château
44000 Nantes

Tél. : 06 65 67 70 82

www.leselect-nantes.com

Tokki

Coffee shop et lunch coréen à deux pas du cours des 50-Otages, Tokki fait office de pionnier du genre dans la Cité des ducs. Temple des boissons et des délices sucrés typiquement coréens (vanille latte, Korean Dabang Coffee, croffles, bingsu), cette adresse voyageuse propose au déjeuner une courte carte de plats K-food, tous servis avec un bol de soupe miso. Décor épuré, aussi zen que l'accueil !

Midi : **L M M J V S D** / 11,90 €

18 rue Armand-Brossard
44000 Nantes

Tél. : 02 55 54 16 02

@tokki.coffeeshop

Plan
37

Vit'
fait
bien
fait!

NOUVEAU!



Tori Ya

Après l'ouverture de Ramen Ya et avant celle d'Ikimascho, Anthony Nguyen a fait naître sur la place du Pilori son Tori Ya, qui décline le poulet fermier à la sauce nippone. Dans ce restaurant tout en longueur au décor épuré, paré d'un grand couloir-comptoir, le chef-entrepreneur n'en finit pas de ravir les amoureux de cuisine japonaise, à coups de ramen, gyozas et karaage de compétition. Sourcing local et fabrication maison de rigueur. Petite terrasse, service efficace.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 4 € / 14 €

 salle + toilettes

12 place du Pilori

44000 Nantes

www.toriya.fr

Vincenzo

Dans la *famiglia* Caruso, on demande le grand-père ! Chez Vincenzo 2.0, installé désormais place du Pilori, Jérémy Dechoux a vu les choses en (plus) grand, pour accueillir toujours plus de gourmands. Dans le four à bois, on retrouve ses affriolantes pizzas pétries à la main, dodues, moelleuses et croustillantes à la fois. En bonus : une offre bar et cocktails complète à merveille les pizzas et antipasti de la maison.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 9,70 € / 18 €

13 place du Pilori

44000 Nantes

www.famigliacaruso.fr

Plan
39

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
40

40. Centre-ville → Hôtel de Ville /
Cathédrale / Versailles



Voyage Voyage

L'ancien ingénieur Maxence Jerusel revient à ses premières amours avec ce concept sonore et world food aux accents locavores. Dans un cadre épuré un brin japonais, et sur fond de jazz ou d'électro, la courte carte du midi décline de jolies assiettes dans l'air du temps. Le soir, plats et tapassiettes partagent la scène. Carte des boissons ultra-riche et variée (No/Low, cocktails, bières et cidres artisanaux, vins nat ou biodynamiques). Platines vinyle et table de mixage à dispo pour qui veut ambiancer la soirée !

Midi : **L M M J V S D** / 19,50 € / 23,50 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 6 € / 24 €

 salle + toilettes

5 rue de l'Hôtel-de-Ville

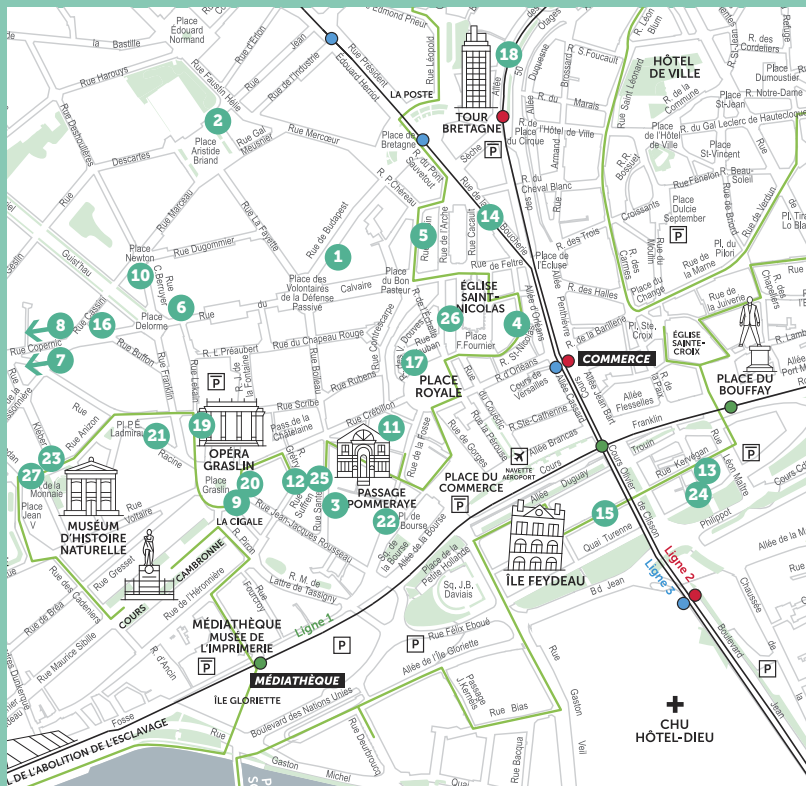
44000 Nantes

Tél. : 02 28 44 32 11 – www.barvoyagevoyage.fr

Plan
41

NOUVEAU!

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA
SANTÉ. A CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



Centre-ville

→ Commerce / Royale / Graslin

- | | | |
|-------------------------------------|-----------------------|--------------------------|
| 1. Alaïa Café et Boutique (VFBF) | 11. Crêperie Heb Ken | 20. Pilgrim |
| 2. Aristide | 12. Crêperie Le Milan | 21. Pizzeria Agapè |
| 3. Balthazar | et le Rossignol | 22. Ramen Ya (VFBF) |
| 4. BAO DAO Taiwan Food (VFBF) | 13. Dakoo (VFBF) | 23. Roza |
| 5. Beckett's | 14. Glaz (VFBF) | 24. Sépia |
| 6. Bistrot Delorme | 15. L'Instant | 25. Song Saveurs et Sens |
| 7. Les Cancans | 16. Melon | 26. Sugar Blue (VFBF) |
| 8. Le Canclaux | 17. Morfal (VFBF) | 27. Thelma |
| 9. La Cigale | 18. OBBO | |
| 10. Clapton Café et Ateliers (VFBF) | 19. Le Petit Boucot | |



Alaïa Café et Boutique

Amoureux de cafés de spécialité bien sourcés et d'alléchants petits plats de saison façon coffee shop gourmand : ne pas s'abstenir ! À midi, le chef Rémi Henneuse concocte trois propositions salées variées (toastie, plat malin, assiette végétarienne bien pensée), suivies de desserts maison carrément réconfortants.

Adeline et Florian, également à la tête d'Horizon (cave à café), proposent aussi une joyeuse offre sucrée ou salée au petit déjeuner, et de délicieux gâteaux tout au long de la journée. Chouette terrasse !

Midi : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 12,50 € / 17 €

Brunch le samedi : à la carte, 11€ / 17€

 **salle**

4 rue de Budapest

44000 Nantes

@alaia-cafe-boutique

Aristide

Aristide fait le bonheur des gourmets de la place Aristide-Briand ! En cuisine, le chef régale les trois espaces de ce lieu polymorphe (brasserie, bistrot, bar) avec une élégante carte saisonnière, où produits locaux se marient joliment aux saveurs d'ailleurs. Coup de cœur pour la formule rapide du midi, qui propose un plateau entrée-plat-dessert à petit prix. Accueil attentif et souriant, et jolie terrasse.

Midi : L M M J V S D / 17 € / 30 €

Soir : L M M J V S D / 24 € / 30 €

Carte des plats mini-maxi : 19 € / 27 €

 **salle + toilettes**

1 place Aristide-Briand

44000 Nantes

Tél. : 02 49 62 25 06

www.aristidenantes.com

**Plan
1**

**Vit'
fait
bien
fait!**

**Plan
2**

**I
Muscadet!**



Balthazar

Repaire de bons vivants par excellence, ce bistrot-cave avec coin épicerie accueille avec générosité et bonhomie les palais et gosiers en quête de bonne chère et de bonnes quilles. Dans un décor de bouchon rétro à souhait (bois, murs rouges, pierres grattées, photos de famille), on savoure une joyeuse et rassasiante carte bistrotière. Avis aux amateurs : la plus grande carte de muscadets au monde se trouve ici, avec pas moins de 150 références à ce jour (sans oublier une belle sélection plus large en bio et biodynamie).

Midi : L M M J V S D / 17,50 € / 19,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 28 €

 toilettes

6 rue Santeuil

44000 Nantes

Tél. : 02 28 21 13 67 – www.balthazar.family



BAO DAO Taiwan Food

Envie d'un aperçu de la cuisine taïwanaise sans pour autant traverser la planète ? Direction Bao Dao, une micro-cantine ascendant street food, bien cachée à l'arrière du cours des 50-Otages. On s'y régale à grands coups de noodles et de guabao à gogo, le tout arrosé de bubble tea, fait maison lui aussi. L'adresse est idéale pour une pause déjeuner rapide, revigorante et voyageuse. Petite terrasse agréable aux beaux jours.

Midi : L M M J V S D / 2,50 € / 13,80 €

Soir : L M M J V S D / 2,50 € / 13,80 €

Carte des plats mini-maxi : 2,50 € / 13,80 €

 salle

5 rue de la Clavurerie

44000 Nantes

Tél. : 02 55 54 94 71

www.baodao.fr





Beckett's

Avec son *Irish accent* et ses plats world food testés et approuvés par une clientèle fidèle, le plus irlandais des Nantais, Mark Kelly, a su séduire les curieux au fil des ans. Ambiance chaleureuse, déco décalée, cuisine réputée : voilà au moins trois bonnes raisons de venir s'attabler au Beckett's, glissé entre la rue du Calvaire et la tour Bretagne. PS : ne partez pas sans plonger une cuillère dans le cheesecake ou le gâteau au chocolat de la maison...

Midi : L M M J V S D / 18 € / 21 €

 salle + toilettes

3 rue Guépin

44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 76 46

@lebecketts



Bistrot Delorme

En 2021, Patrice Ripoché et Yamina Alliot reprennent et ripolinent ce bistrot, aujourd'hui devenu temple de l'art bistrotier. Sous un emblématique plafond-verrière Art déco, on déguste une courte carte composée des classiques du genre (l'onglet à l'échalote fait fureur), fort bien mitonnés par le chef Rémi Delaître. Le soir, en fin de semaine, la brigade envoie des plats davantage travaillés, de type cuisine bourgeoise d'antan. Produits locaux et de saison de mise, dans une atmosphère conviviale et authentique.

Midi : L M M J V S D / 17,90 € / 20,90 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 16,90 € / 27,90 €

 salle + toilettes

1 place Delorme

44000 Nantes

Tél. : 02 28 21 73 37 – www.bistrotdelorme.com

Plan
5

Plan
6

NOUVEAU!



Les Cancans

Sur la gourmande place Canclaux, voici une chouette adresse de quartier qui n'en finit pas de régaler les gourmets. Esprit cosy tendance boudoir, ce resto-bar convivial propose à midi une courte carte quotidienne aux tonalités bistrotières, toujours accompagnée des classiques de la maison (salade de saison, burger ou bagel). Le gros plus : la terrasse aux allures de brasserie parisienne, sous le soleil exactement ! Ouvert en continu du matin au soir, en semaine. Réservation recommandée à midi.

Midi : L M M J V S D / 23 € / 29 €

Soir : L M M J V S D

 salle + toilettes

4 place Canclaux

44100 Nantes

Tél. : 02 40 58 41 64

www.lescancans.net

Plan
7

Le Canclaux

Cadre, cuisine, esprit : Le Canclaux rassemble tous les codes du bistrot de quartier qui ne désemplit pas, du matin au soir, pour boire un café, un coup, ou se délecter d'une des assiettes de Louis-David Hatte. Dans la droite lignée du genre, la fidèle clientèle se régale à midi de traditionnels plats d'antan et de saison. Le soir venu sonne l'heure tant attendue des assiettes à partager (ou pas !). Le tout arrosé de vins bien choisis, à déguster dans une ambiance vivante et conviviale.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 30 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 15 €

 salle

7 place Canclaux

44100 Nantes

Tél. : 02 40 33 24 16

www.lecanclaux.fr

Plan
8



La Cigale

Rares sont les adresses à pouvoir s'enorgueillir d'une telle longévité. Voilà 130 ans que cette mythique brasserie Art nouveau, décorée par l'architecte-céramiste Émile Libaudière, émerveille ses fidèles ou néophytes clients, du petit déjeuner jusqu'aux tardives soirées. Dans une ambiance vivante et atypique, on y déguste de grands classiques du genre et des plateaux de fruits de mer locaux signature. Atmosphère, lieu et expérience uniques.

Midi : L M M J V S D / 25,90 € / 30 €

Soir : L M M J V S D / 25,90 € / 30 €

Carte des plats mini-maxi : 20 € / 42 €

Brunch tous les matins : 34 €

 salle + toilettes

4 place Graslin

44000 Nantes

Tél. : 02 51 84 94 94

www.lacigale.com



Clapton Café et Ateliers

Coffee shop épuré au style scandinave, Clapton Café et Ateliers accueille aussi bien les becs gourmands et healthy pour la pause du midi, que les télétravailleurs en journée dans l'espace de coworking dédié. En cuisine se trame une courte carte plutôt légumière, variée et bien pensée (salade, tartine, quiche, soupe). Le tout accompagné de bons desserts pour finir en beauté. Les plus ? L'épicerie à l'entrée, et les ateliers de loisirs créatifs qui y sont organisés.

Midi : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 9,50 € / 13,50 €

 salle + toilettes

1 bis rue Camille-Berruyer

44000 Nantes

Tél. : 06 13 19 46 36

@clapton.nantes





Crêperie Heb Ken

Voilà plus de 40 ans qu'Heb Ken (signifiant « c'est comme ça et pas autrement » en breton) tisse le fil de la tradition de cette maison née en pays bigouden. Depuis 2006, Éric et Wainy Le Bras perpétuent le savoir-faire de ces moelleuses crêpes et galettes aux bons produits bio et locaux qui ont fait la renommée de cette institution. Leurs fondantes spécialités bretonnes se dégustent à (presque) toute heure de la journée et sans réservation. Jolie salle conviviale et micro-terrasse.

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 20 €

5 rue de Guérande
44000 Nantes

Tél. : 02 40 48 79 03

www.creperie-hebken.fr

Plan
11

Crêperie le Milan et le Rossignol

Crêperie située à deux pas de la rue Crébillon, c'est ici que les amateurs de galettes de blé noir finement dentelées ascendant *kraz* se retrouvent pour un repas enchanteur à la sauce bretonne. Loin de l'emblématique style des crêperies d'antan, Émilie et Julien nous accueillent dans leur univers rétro-chic. Aux platines billig, le maître crêpier garnit ses galettes et crêpes de bons produits de saison. Le tout arrosé de beurre salé, certes, mais aussi d'une originale carte des boissons, à l'image de la maison !

Midi : L M M J V S D / 13,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 16 €

2 rue Grétry
44000 Nantes

Tél. : 02 40 06 91 64

www.lemilanetlerossignol.fr

Plan
12



Dakoo

Également à la tête de Tokki et Moaa (Magmaa), Yeongun Ku et Thibault Gentric ont réussi le pari de reproduire ici une authentique échoppe de rue du pays du Matin calme. Au menu de ce bastion de la street food coréenne à se lécher les babines : finger food ou plats typiques à manger sur le pouce, et à accompagner, si envie, de kimchi, soju (alcool coréen) ou encore sodas de là-bas. Décoration urbaine faite de néons aux touches K-pop.

Midi : L M M J V S D / 13,50 € / 18,50 €

Soir : L M M J V S D / 13,50 € / 18,50 €

 salle

17 rue Bon-Secours

44000 Nantes

Tél. : 02 72 02 15 96

@dakoo_nantes

Glaz

Célèbre pour ses brunchs dominicaux, le café-restaurant couleur *glaz* (une teinte entre vert, gris et bleu, en breton) d'Aurélié Demogue se déguste du petit déj au goûter sans se faire prier ! Cette adresse cosy en mode cantine propose une jolie cuisine du marché saine et gourmande. Au menu : originales tartes salées, plats bien pensés, desserts gourmands et carte de jus maison. Restaurant traversant, agréable terrasse ensoleillée, accueil attentionné.

Midi : L M M J V S D / 19 € / 23 €

Carte des plats mini-maxi : 5 € / 14 €

Brunch le samedi et le dimanche : 23 € / 25 €

 salle + toilettes

10 rue Cacaault

44000 Nantes

Tél. : 02 28 49 66 21

www.cafeglaz.fr

Plan
13

Vit'
fait
bien
fait!

NOUVEAU!

Plan
14

Vit'
fait
bien
fait!



L'Instant

Dans la lignée de son premier « bistrot sans étiquette », L'Instinct Gourmand, Sylvain Le Bras a remis le couvert avec une deuxième table, située dans l'historique rue Kervégan. Le chef y décline sa cuisine dans un esprit un peu plus bistrannique, sans lésiner sur l'exigence culinaire et les produits. On retrouve ainsi sa signature : des assiettes mêlant sincérité et tradition, le tout toujours bien twisté et paré de très jolis dressages. Charmante dégustation en vue dans la lumineuse salle ou sur la petite terrasse.

Midi : **L M M J V S D** / 19,40 € / 21,40 €

Soir : **L M M J V S D** / 33 € / 39 €

 salle + toilettes

9 rue Kervégan

44000 Nantes

Tél. : 02 40 35 36 10

www.linstantnantes.com



NOUVEAU !



Melon

« Quilles et bons gueuletons » : voilà rondement résumé l'ADN de ce resto bon vivant. À sa tête, Julia Custodio (en salle, à la cave et à l'agencement du lieu) et Pierre Brunelli (ancien chef sommelier d'Heston Blumenthal, passé derrière le piano), tous deux originaires de Pornic. Ici le chef mitonne une cuisine de bistrot inspirée par ses voyages, aussi fraîche que saisonnière et ancrée dans son terroir. Le tout arrosé d'une très jolie sélection de vins d'artisans bio et de singulières boissons.

Midi : **L M M J V S D** / 21 € / 24,50 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 25 €

 salle + toilettes

6 rue Copernic

44000 Nantes

Tél. : 06 13 40 34 06

www.bistromelon.com



NOUVEAU !



Morfal

Envie de dévorer un dwich fort moelleux qui sent bon le soleil du Sud ? Direction Morfal, à l'arrière de la place Royale, qui régale d'indécentes pitas cuisinées à la sauce méditerranéenne. Au-delà de ses recettes signature toujours bien garnies, la cuisine de la maison s'exprime aussi avec des sides et desserts tous plus alléchants et addictifs les uns que les autres (croustillants falafels, légumes rôtis aux épices, malabi). Explosion de saveurs et reconfort garantis !

Midi : **L M M J V S D**

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 30 €

 salle

12 rue des Vieilles-Douves

44000 Nantes

@morfal.nantes

OBBO

À la fois resto et cave, OBBO est avant tout l'association de deux talents : Antoine Gaudin, derrière ses pianos sucrés salés, et Guillaume Claireau, expert en accords parfaits. Leur arme fatale pour faire du bon beau chez OBBO : des desserts à l'assiette super créatifs, peu sucrés, d'une subtilité envoûtante. Le tout accordé à merveille avec vins, cidres, sakés et autres kombuchas. Les plats salés ne sont pas en reste, avec toujours ce twist pâtisseries qui fait toute la différence.

Midi : **L M M J V S D** / 21 € / 25 €

Soir : **L M M J V S D** / 55 €

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 25 €

 salle + toilettes

10 allée des Tanneurs

44000 Nantes

Tél. : 02 55 10 39 23

www.obbo-nantes.fr





Le Petit Boucot

Après avoir roulé sa bosse dans diverses belles cuisines d'Europe et à bord de l'Orient-Express, Frédéric Chiron revient à son port d'attache nantais en 2015. À l'image de la petite crevette grise dont le resto porte le nom et qui se laisse facilement déguster, on s'attache très vite à cette adresse intimiste, cachée dans une petite ruelle près de Graslin. Cuissons, dressages gastro, rapport qualité-prix et service aux petits oignons : tout est réuni pour passer un très joli moment. Carte des vins efficace.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 24 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 29 €

salle

1-3 rue Lekain

44000 Nantes

Tél. : 02 53 97 04 04 – www.lepetitboucot.com



Pilgrim

Deuxième adresse de la team Bonbourg, Pilgrim est à l'image de ses gérants voyageurs : riche de cultures culinaires diverses, le tout dans un attachant esprit cosy à l'anglaise (origines du chef oblige). Résultat : une cuisine mêlant techniques françaises et world food, plats créatifs et un esprit mi-chic, mi-cottage anglais. Jolie carte des boissons et *perfect spot* pour se poser en terrasse en direct de la fameuse place Graslin.

Midi : L M M J V S D / 19,50 € / 22,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 24 €

Brunch le dimanche : 27 €

salle + toilettes

1 place Graslin

44000 Nantes

Tél. : 02 52 10 86 91

www.pilgrimrestaurant-nantes.com





Pizzeria Agapè

Quand un vent de locavorisme, de liberté et d'originalité souffle sur la pizza, cela donne Agapè : un vertueux festin pour le plaisir de toutes les papilles – végés, véganes ou carnées. Pizzaiolo engagé et passionné, Pierre-Yves Combradet y court-circuite le genre avec des pâtons au levain, garnis de très bons produits paysans locaux, variant au fil des saisons (crème de brocolis, de carottes, saucisse au muscadet, gwell). Délicieuses et durables agapes en vue !

Midi : L M M J V S D / 10,50 € / 20 €

Soir : L M M J V S D / 20 € / 30 €

Carte des plats mini-maxi : 10,50 € / 18,50 €

 salle

6 rue Racine

44000 Nantes

Tél. : 02 40 73 82 98

www.agape-nantes.com

Ramen Ya

Dur dur de faire un choix parmi les nombreuses recettes de ramen artisanales mijotées par le chef Anthony Nguyen, formé au Japon. Ici, tout est frais et fait maison, des nouilles (à la farine bio du Boussay) aux crousti-fondants gyozas, en passant bien évidemment par les bons bouillons (porc breton élevé au lin, poulet de Janzé Label Rouge ou poireaux-kombu). Long comptoir en bois, décoration épurée, pour un focus optimal sur son bol bien garni. Et qu'ça slurpe !

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 3,80 € / 13 €

 salle + toilettes

26 rue de la Fosse

44000 Nantes

www.ramenya.fr

Plan
21

Plan
22

Vit'
fait
bien
fait!



Roza

À l'arrière du muséum d'histoire naturelle, voici un ancien magasin d'antiquités transformé en restaurant cosy et élégant (briques, marbre, banquettes velours). Amoureux des bons produits, le chef Jean-François Pantaleon propose une cuisine gastronomique néobourgeoise (sa spécialité, les ris de veau) magnifiquement bien maîtrisée, au sourcing local de qualité. Très bon rapport qualité-prix le midi. Vue depuis la terrasse sur le square arboré du muséum.

Midi : L M M J V S D / 24 € / 29 €

Soir : L M M J V S D / 40 € / 45 €

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 45 €

 salle + toilettes

3 place de la Monnaie

44000 Nantes

Tél. : 02 40 54 01 87

www.restaurantroza.com



Sépia

Dans son chaleureux néobistrot, la Top Cheffe 2022 Lucie Berthier Gembara propose une cuisine colorée et engagée, influencée par le bassin méditerranéen. Percutante séquence végétale ou animale au choix : la créativité de Sépia se retrouve également dans des codes gastronomiques revisités, tout en donnant une vive importance au dressage, finement travaillé (héritage de son passage chez Gérard Passadat et Alexandre Mazzia). Service dynamique et joyeux. Terrasse aux beaux jours.

Midi : L M M J V S D / 28 € / 32 €

Soir : L M M J V S D / 61 € / 79 €

 salle + toilettes

1 bis quai de Turenne

44000 Nantes

Tél. : 02 51 82 71 59

www.sepia-restaurant.fr





Song Saveurs et Sens

Voyage des sens et des saveurs en vue dans ce restaurant à l'esprit boudoir asiatique (décor bleu poudré aux influences zen). Riche de ses racines vietnamiennes et de ses nombreux voyages en Asie du Sud-Est, la cheffe Nhung Phung et son équipe mêlent à merveille saveurs et produits français et asiatiques dans une cuisine fusion d'exception. Périple culinaire aussi savoureux que chaleureux, en mode bistrot street food le midi, et gastronomie fine et créative le soir.

Midi : L M M J V S D / 18 € / 24 €

Soir : L M M J V S D / 30 € / 55 €

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 36 €

salle

5 rue Santeuil

44000 Nantes

Tél. : 02 40 20 88 07

www.song-saveurs-et-sens-restaurant-nantes.com



Sugar Blue

Impossible de ne pas craquer pour cette adresse boisée et bleutée, pionnière des coffee shops nantais, au style anglo-saxon et cosy. Et le craquage gourmand commence dès le matin, avec un réveil sucré ou salé copieux à souhait. Avant de continuer avec une carte du midi super variée et souvent végé (bowls, burritos, semoule aux légumes épicés). *All you need is good coffee and fresh food* : tout est dit, testé et approuvé.

En témoignent sa longévité (11 ans déjà) et sa salle souvent comble !

Midi : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 13,50 € / 14,50 €

Brunch du lundi au vendredi : tarif à la carte

salle

4 rue de l'Arche-Sèche

44000 Nantes

Tél. : 09 83 24 19 24 – @sugarbluecafe





Thelma

Après Roza, sa première adresse aux accents gastronomiques nommée d'après ses deux premières filles, Jean-François Pantaleon a récidivé en baptisant son deuxième resto comme sa dernière-née. En mode bistrot de quartier, le chef concocte une cuisine simple et tradi, mais rudement bien exécutée. Si on y propose un menu déjeuner le midi, et des assiettes cuisinées le soir venu, les « classiques » de la maison sont eux présents à tout moment (œuf mayo, os à moelle, riz au lait). Plaisir papillaire garanti.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 8 € / 10 €

 salle

1 rue Montesquieu

44000 Nantes

Tél. : 02 40 73 06 69

@bistrothelma

Plan
27

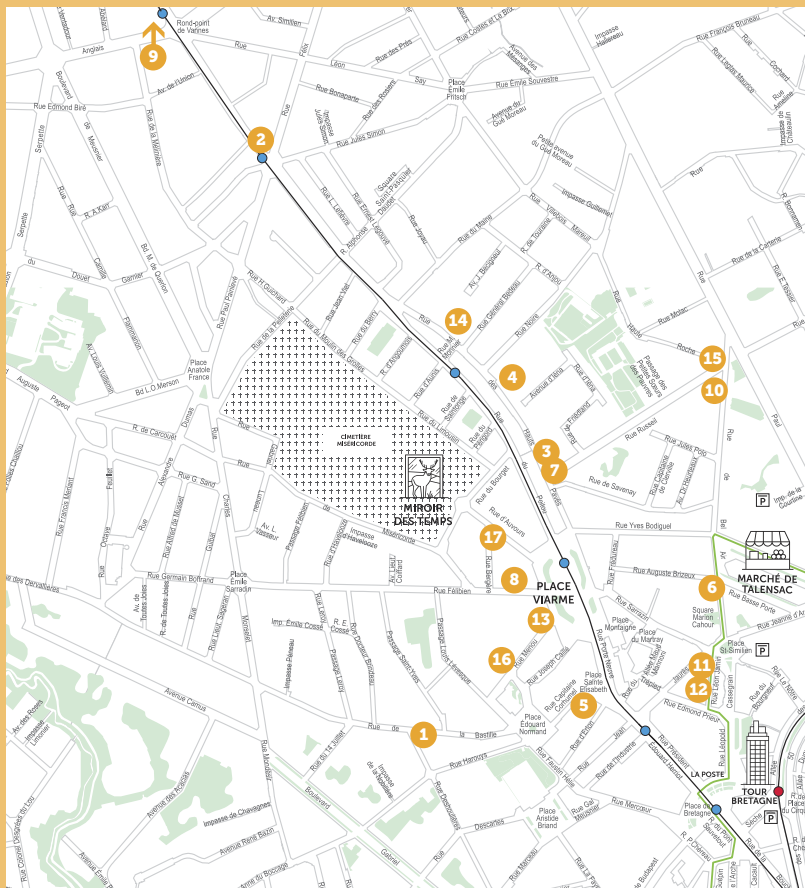
NOUVEAU !



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

**Tous les événements et
les actualités des Tables
de Nantes sur Instagram
@lestablesdenantes.official
et sur notre newsletter.**





Centre-ville

→ Viarme / Talensac / Hauts-Pavés

- | | | |
|-----------------------------|------------------|---------------------------------|
| 1. L'Aléa (VFBF) | 7. Les Cadets | 13. Meraki |
| 2. Au Petit Raphaël | 8. Elma | 14. Un Pavé dans la Vigne |
| 3. Battos | 9. Gasparelli | 15. Les Petites Cagettes (VFBF) |
| 4. Bistrot Les Petits Pavés | 10. Gwaien | 16. Le Sémaphore |
| 5. Bonbourg | 11. Kombu (VFBF) | 17. Tartines et Bouchons |
| 6. Les Bouteilles | 12. La Mandale | |



L'Aléa

Depuis 2022, les copains Antoine Lehot et Jimmy Calloc'h ambientent et régulent la rue de la Bastille avec leur bar à manger de quartier. Pour le déj, on déguste, au choix, un des deux plats ou le dwich concoctés en cuisine. Le soir venu, ça grille à la cool les chouettes pizzas de chez Jacta (deuxième bébé du duo) – avec le bon son, pas « aléa-toire », de la playlist ! Le tout arrosé d'une belle carte : softs, vins biody ou nat, bières locales et cocktails maison.

Midi : L M M J V S D / 19,50 € / 25 €

 **salle**

32 rue Deshoulières

44000 Nantes

Tél. : 09 81 20 91 21

al.lea.bar

Au Petit Raphaël

Il faut s'aventurer jusqu'au bout de la rue des Hauts-Pavés pour tomber sur cette charmante micro-adresse. Aux manettes : Nicolas Chabot, derrière les fourneaux, et sa compagne, Audrey, qui distille en salle un service souriant et chaleureux. Côté assiettes, le chef expérimenté propose une cuisine de marché vivante et punchy, qui évolue chaque jour selon ses envies et les produits du cru. Les liquides ont ici toute leur place, comme en atteste le comptoir en caisses de vin ! Petite cour ombragée à l'arrière. Réservation conseillée.

Midi : L M M J V S D / 23 € / 27 €

Soir : L M M J V S D / 36 € / 41 €

100 rue des Hauts-Pavés

44000 Nantes

Tél. : 02 28 25 72 32

www.aupetitraphaelnantes.fr

Plan
1

Vit'
fait
bien
fait!

NOUVEAU !

Plan
2



Batts

Dans son resto-épicerie, Gladys Battault (passée chez Yannick Alléno, Yoric Tièche, La Chèvre d'Or) régale les bons vivants avec sa cuisine semi-gastro aux influences bistrot d'antan, avec une pincée de créativité, relevée d'épices bien dosées. Le tout à base de très beaux produits en circuits courts. On prolonge le plaisir en rapportant quelques préparations maison dénichées dans le coin épicerie. Quilles bio et nature, et softs bien choisis, petite terrasse à l'arrière.

Midi : **L M M J V S D** / 22 € / 25 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 30 € / 40 €

15 rue des Hauts-Pavés

44000 Nantes

Tél. : 02 51 72 22 52

www.restaurantbatts.com



Bistrot Les Petits Pavés

Après une carrière dans la photo à Londres, c'est dans la dynamique rue des Hauts-Pavés qu'Olivier Carou a décidé d'enfiler le costume de patron de bistrot. Au piano, Pierre Cornut mitonne à midi une carte bistrotière évoluant au gré du marché, sans oublier les emblématiques onglets et tartares de bœuf de la maison. Le soir, l'adresse se mue en un temple de l'apéro (planches, terrine maison, houmous), où il fait bon picorer et glouglouter !

Midi : **L M M J V S D** / 20 € / 24 €

 salle

40 rue des Hauts-Pavés

44000 Nantes

Tél. : 02 85 37 71 22

[@bistrotlespetitspavés](#)



NOUVEAU !



Bonbourg

Premier-né de Louise et Benjamin (coucou Pilgrim !), le resto Bonbourg a pointé le bout de son nez entre les places Viarme et Bretagne après un tour du monde de 78 jours en sac à dos. « Popote et bar cosmopolite », cette adresse de copains et de partage par excellence rassemble dans les assiettes les multiples influences que ce couple de globe-trotters a pu croiser en chemin. Grandes tablées, cocktails recommandés et service aux petits oignons.

Midi : **L M M J V S D** / 18€ / 21€

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 17,50 € / 23 €

 salle

2 place Sainte-Élisabeth

44000 Nantes

Tél. : 02 55 54 96 96

www.bonbourgrestaurant.fr



Les Bouteilles

Adresse hautement tannique en vue ! Ardent passionné du monde du vin, Michaël Ravier mijote une courte ardoise du marché (principalement de Talensac), foncièrement centrée sur le produit. Du top qualité à la sauce bistrotière, sans esbroufe, très bien maîtrisée. En salle pendant le service, et accompagné de Judith, Mickaël distille à l'envi ses conseils embouteillés (quelque 1500 références au compteur) bien affûtés, fort de plus de 20 ans de métier.

Midi : **L M M J V S D** / 30 € / 35 €

Soir : **L M M J V S D** / 45 € / 50 €

11 rue de Bel-Air

44000 Nantes

Tél. : 02 40 08 27 65

www.lesbouteillesnantes.fr





Les Cadets

Loin d'être des cadets de la restauration, les deux frères Barnabé proposent dans leur restaurant minimaliste (influences scandinaves, design 50's, teintes terracotta) une expérience étoilée en toute sobriété et minutie. Au piano, Charles (ancien second de Christophe Hay**) magnifie avec brio les saisons et le terroir local, dans des assiettes audacieuses, à la pointe de la maîtrise technique et sans fioriture aucune. Côté salle, Tristan offre un service précis et charmant, et propose une carte des vins bien ficelée.

Midi : L M M J V S D / 36 € / 42 €

Soir : L M M J V S D / 85 € / 105 €

 salle + toilettes

15 rue des Hauts-Pavés

44000 Nantes

Tél. : 09 86 57 01 46

www.restaurantlescadets.fr



Elma

Elena Solorzano et Maxime Robinet forment dans leur resto « intimiste et gourmand » (bien caché au fond d'une cour) un duo ultra-complémentaire. Lui, le Rezéen, sort de sa micro-cambuse sous escalier une cuisine bistrornique à la française, saupoudrée de saveurs voyageuses. Elle, d'origine Mexicaine, gère la partie goulots avec brio – carte des vins très précise et autres mezcals de qualité. Petite salle avec vue sur la cuisine au rez-de-chaussée et table d'hôtes à l'étage.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 35 € / 45 €

Carte des plats mini-maxi : 23 € / 37 €

 salle + toilettes

8 rue Félibien

44000 Nantes

Tél. : 02 51 84 10 08

www.elma-restaurant.com





Gasparelli

Gasparelli a fait son nid au cœur du Lieu Dit, adresse atypique et écoresponsable aux mille facettes (hôtel, restaurant, bar, épicerie, halle), conçue comme une « place de village ». À la carte de cette tablée ? Des pizzas napolitaines joufflues à souhait (pâte fermentée 48 heures) et un plat du jour bien pensé, régaland avec talent une clientèle aussi nombreuse qu'emballée par le concept. En guise de décor ? Un ancien garage mué en lieu de vie chatoyant et post-indus. Ambiance ultra-pétillante. Brunch fortement recommandé.

Midi : **L M M J V S D** / 14,50 € / 18,50 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 9,50 € / 19 €

Brunch le dimanche : 20 €

 salle + toilettes

80 route de Vannes

44100 Nantes

Tél. : 02 40 76 96 88

www.lieudit-nantes.com/pizza

Gwaien

Derrière sa devanture toute de bleu vêtue, Jérémy Guivarch mène sa barque marine avec brio et discrétion. Défenseur d'une pêche éthique, ce chef originaire d'Audierne cuisine la mer avec passion et écoresponsabilité (méthodes de pêche durable, saisonnalité, taille minimale des poissons, valorisation d'espèces méconnues). Côté assiettes, Gwaien mêle avec une belle originalité terroir et merroir. Locavorisme, circuits courts, dressage au cordeau et accueil bienveillant dans ce lieu qui fait voir la vie en bleu !

Midi : **L M M J V S D** / 21 € / 30 €

Soir : **L M M J V S D** / 42 € / 58 €

63 rue de Bel-Air

44000 Nantes

Tél. : 02 55 11 19 82

www.gwaien-restaurant.fr





Kombu

Après nous avoir envoyé une belle Mandale, Maximilien Degroise et Léo Huet nous remettent une deuxième claque (culinaire) rue Léon-Jamin, avec une nouvelle adresse à boire et à manger et un nouvel acolyte : Jérémy Landrein. Au menu du midi : de coquins sandwiches (carnés, marins ou végés), escortés d'un side et/ou d'un *dip*, et de classiques desserts bien relevés. Le soir, ça trinque autour de petites assiettes bien fagotées. Le tout accompagné de canons très canons, dans une ambiance détendue et conviviale.

Midi : L M M J V S D / 5 € / 11 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 5 € / 12 €

 salle + toilettes

45 rue Léon-Jamin

44000 Nantes

Tél. : 02 28 08 09 89 – @kombu.nantes

La Mandale

Ça castagne sévère les papilles derrière cette façade bleu Klein habillée de plantes grimpantes ! Le concept du duo Maximilien Degroise et Léo Huet (aussi aux manettes de Kombu) : une bistronomie durable, à la cool, aux influences bretonnes, asiatiques et scandinaves. Au cœur de leurs intitulés de plats loin d'être routiniers : de bons produits du coin cuisinés par une jeune équipe, assaisonnés avec peps pour une justesse tant esthétique que gustative.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 34 € / 39 €

 salle

32 rue Léon-Jamin

44000 Nantes

Tél. : 02 28 44 21 34

www.lamandalerestaurant.com



NOUVEAU!





Meraki

C'est non loin de la place Viarme que ce duo d'amis passionnés, fruit d'une rencontre en Australie, réalise une cuisine qui réveille avec talent les papilles des gourmets. Derrière les fourneaux, Maxime Bocquier met sa créativité exacerbée et son amour du végétal au service de ses assiettes goûteuses, osées et sublimement dressées. Son comparse, Clément Richard, poursuit l'expérience en salle, grâce à un service accueillant et décontracté, et de surprenants accords liquides.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 42 € / 50 €

 salle + toilettes

2 rue Menou

44000 Nantes

Tél. : 02 40 74 57 10

www.meraki-nantes.com



Un Pavé dans la Vigne

Mi-bistrot, mi-cave à vins, cette petite adresse de quartier jette bien plus qu'un pavé dans la vigne, elle souffle un vent d'authenticité et de saveurs sur la rue déjà hautement gourmande des Hauts-Pavés. Derrière son piano, Rémi Cueille mijote ses recettes bistro-bonomiques généreuses et sincères, sans esbroufe. En salle, Barbara Coulon propose de chouettes flacons dans une veine plutôt bio et biody. Sourire et accueil au top. Soirées dégustation de vins et ateliers œnologiques réguliers.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 24 €

Soir : L M M J V S D / 27 € / 36 €

46 rue des Hauts-Pavés

44000 Nantes

Tél. : 02 53 45 55 75

www.unpavedanslavigne.fr





Les Petites Cagettes

À la fois épicerie, crèmerie, primeur et cave, ce commerce de quartier imaginé par Martin Sauvestre regorge de bonnes victuailles paysannes et artisanales, sélectionnées avec le plus grand soin. Ce lieu de vie propose au déjeuner de bons petits plats dans un esprit cantine saine et quali, en utilisant les produits de la maison. Si les plats du jour varient (sandwichs, soupes, salades), le burger maison, validé par les habitués, est quant à lui, bien accroché au menu !

Midi : L M M J V S D / 15 € / 19,50 €

Carte des plats mini-maxi : 12,50 € / 15 €

 salle

69 rue de Bel-Air

44000 Nantes

Tél. : 09 71 46 33 96

www.lespetitescagettes.fr



NOUVEAU !



Le Sémaphore

Derrière une jolie devanture d'un sombre vert bouteille, un peu à l'écart de la place Viarme, un décor de bois, teintes bleutées, briques et jolies quilles dans les moindres recoins. Aux fourneaux, le chef mijote une cuisine esprit bistrot, idéale pour qui veut se délecter des bons classiques du genre et d'assiettes fraîches et gourmandes. Bonne ambiance, lieu vivant. Une terrasse couverte permet de manger en extérieur par tous les temps.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Carte des plats mini-maxi : 16 € / 29 €

14 rue Menou

44000 Nantes

Tél. : 02 40 35 49 36

[@lessemaphore Nantes](https://www.lessemaphore Nantes)



NOUVEAU !

66. Centre-ville → Hôtel de Ville /
Cathédrale / Versailles



Tartines et Bouchons

Derrière une devanture peinte en rouge, un bistrot d'antan haut en couleur, côté saveurs comme énergie, aux allures de bouchon... nantais. Assis au comptoir de Laurent Debray ou à l'une de ses tables, les amateurs du genre se délectent d'une cuisine bistrotière généreuse et authentique (plutôt carnée), au bon goût de retournes-y, avec des produits locaux bien choisis. Passionné de vins, le patron étanche avec expertise la soif de ses attablés !

Midi : L M M J V S D / 22,50 € / 24,50 €

Soir : L M M J V S D / 30 € / 40 €

Carte des plats mini-maxi : 8,50 € / 22 €

 salle

11 rue d'Auvours

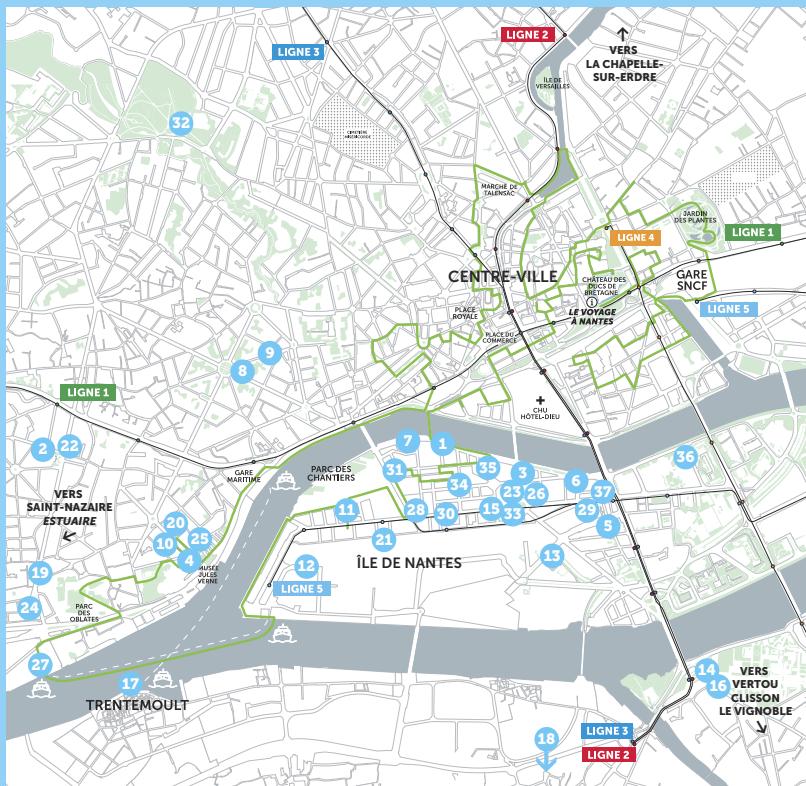
44000 Nantes

Tél. : 02 40 47 85 40

www.tartinesetbouchons.com



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA
SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



Autour du centre

→ Chantenay / Île de Nantes / Rezé-Trentemoult

- | | | | |
|------------------------------------|----------------------------|-------------------------------|------------------------|
| 1. Le 1 | 9. Le Bistrot LAB | 19. Edo | 28. LuluRouget |
| 2. À Boire et à Manger | 10. Boncoeur | 20. Epicureüs | 29. Ma Sœur et Moi |
| 3. À Table Naturellement (VFBF) | 11. Broussaille | 21. Fair~e | 30. Magnum |
| 4. L'Atlantide 1874 – Maison Guého | 12. Café du Solilab (VFBF) | 22. Les Frangines | 31. Maison Arlot Cheng |
| 5. Bar'île | 13. Calma | 23. L'Imaginarium | 32. Le Manoir de Procé |
| 6. Bibou | 14. Chamaille | 24. Jaleo | 33. Painbar (VFBF) |
| 7. Billie's (VFBF) | 15. Chez B.B. | 25. Les Lapins de la Butte | 34. Paws |
| 8. Bistrot de la Comédie | 16. Citrus (VFBF) | 26. Limoune | 35. Le Petit Nakama |
| | 17. La Civelle | 27. Little Atlantique Brewery | 36. Restaurant Vatel |
| | 18. Le Coraly | | 37. Ti Lichous |



Le 1

Face à la Loire, sur l'Île de Nantes, cette brasserie chic et design supervisée par Jean-Yves Guého promet une expérience culinaire de qualité à l'écart du bouillonnement du centre-ville.

Au menu : une cuisine maîtrisée, dans l'air du temps, mêlant classiques de brasserie et influences voyageuses. Le bon plan ? Le plateau express qui propose une formule déjeuner à prix doux. Le tout arrosé d'une belle carte des vins et accompagné d'un service professionnel et attentionné.

Midi : L M M J V S D / 17 € / 35 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 27 €

 **salle + toilettes**

1 rue Olympe-de-Gouges

44200 Nantes

Tél. : 02 40 08 28 00 — www.leun.fr



À Boire et à Manger

Voilà un bistrot de quartier, côté Chantenay, comme on aimerait en voir un peu partout ! Aubergiste-née, dotée d'une énergie communicative, Karine Roujanski accueille tout son petit monde dans une ambiance chaleureuse et vivante. Dans un décor retour de broc, avec touches de jaunes et pierres grattées, elle sert une cuisine de marché et de produits frais toujours bien exécutée. Le tout arrosé de jolies quilles savamment conseillées. Petite terrasse l'été venu. Réservation recommandée.

Midi : L M M J V S D / 15 € / 22 €

Soir : L M M J V S D / 16 € / 30 €

 **salle**

16 rue de la Marseillaise

44100 Nantes

Tél. : 02 40 58 05 10

@aboireetamangernantes





À Table Naturellement

Voilà une cantine du midi en mode self-service qui réussit sans souci à faire rimer healthy avec gourmandise et générosité ! Salades, soupes, tartes, burgers, petits plats maison : en guise de pause déjeuner de qualité, version petite ou grande faim, des assiettes végétariennes ou carnées – car tous les goûts sont dans la nature. C'est frais et savoureux avec un menu varié qui change tous les jours. Options sans gluten et sans lactose, et à emporter pour les plus pressés.

Midi : L M M J V S D / 16,50 € / 22 €

Carte des plats mini-maxi : 13,50 € / 17 €

 **salle + toilettes**

15 rue Louis-Blanc

44200 Nantes

Tél. : 02 28 44 38 23

www.atable-naturellement.fr



L'Atlantide 1874 — Maison Guého

Voilà 25 ans qu'un vent étoilé souffle sur la Maison de Jean-Yves Guého. Dans ce manoir de 1874 doté d'une sublime vue sur l'Île de Nantes, ce chef vannetais au parcours voyageur élabore une cuisine de haute volée mêlant tradition et modernité, tropisme marin, délicatesse et générosité. Une expérience gastronomique dans les règles de l'art, tant dans l'assiette et le décor contemporain chic, que dans le service discret et ultra-pro. Sourcing local pointu et potager maison. Cave exceptionnelle.

Midi : L M M J V S D / 55 € / 125 €

Soir : L M M J V S D / 90 € / 130 €

Carte des plats mini-maxi : 30 € / 80 €

 **salle + toilettes**

5 rue de l'Hermitage

44100 Nantes

Tél. : 02 40 73 23 23 – www.atlantide1874.fr





Bar'île

Dans un décor retour de broc, la coopérative d'intérêt collectif Commun'île (qui travaille à créer une chaîne de valeur continue de la fourche à la fourchette) a imaginé ce bar-resto complètement animé et un chouïa barré ! À midi, version « bistro pas chic » et le soir venu en mode « bar dé-branché », la fine équipe mitonne une jolie cuisine, simple et joyeuse. Légumes en partie issus de leur ferme des Landes Fertiles. Soirées à thème et chouette terrasse.

Midi : L M M J V S D / 13 € / 18 €

9 boulevard Gustave-Roch

44200 Nantes

Tél. : 02 40 47 86 12

@lebarilenantes

Bibou

Deuxième adresse de la famille Balthazar, Bibou est un bistro de quartier comme on les aime, qui a sans conteste contribué à réveiller ce coin de l'Île de Nantes ! Ouvert du matin au soir, on y vient aussi bien pour un petit déj à la cool que pour un déjeuner en terrasse face à la Loire, ou un afterwork festif à base de cocktails et vins locaux. Au menu : des plats de saison bistrotières et de fameux pâtés en croûte (végétaux ou non), héritage du parcours du chef !

Midi : L M M J V S D / 18 € / 22 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 21 €

♿ salle + toilettes

4 quai Hoche

44100 Nantes

Tél. : 02 28 49 11 56

www.bibou.family

Plan
5

NOUVEAU !

Plan
6





Billie's

English coffee shop situé non loin du Grand Éléphant des Machines de l'île, Billie's est l'endroit idéal pour se délecter d'un bon brunch et autres joyeusetés à la sauce anglaise. Dans le prolongement de l'identité du lieu et de sa cuisine, la décoration fait la part belle à la *British touch*. Réservation vivement conseillée. Terrasse et vue sur la Loire fort agréables.

Midi : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 17,50 €

Brunch le samedi et le dimanche :

à la carte, 18 € / 30 €

 salle + toilettes

25 quai François-Mitterrand

44200 Nantes

www.billies-nantes.fr

Bistrot de la Comédie

Deuxième acte pour Cécile Annet et Émeric Chambon ! Après leur première adresse, La Comédie des Vins, le couple d'experts en quilles poursuit, non loin de la place Mellinet, sa gourmande et tannique « comédie ». En salle, ils régaleront toujours autant de leur gouaille, aussi inimitable que leur réputée carte des vins. Le tout très bien accompagné d'élégants plats bistrotiens, façon cuisine traditionnelle française. Mention pour les sauces. Agréable micro-terrasse au premier étage.

Midi : **L M M J V S D** / 24 € / 27 €

Soir : **L M M J V S D** / 35 € / 44 €

 salle + toilettes

36 boulevard de Launay, place Mellinet

44100 Nantes

Tél. : 02 51 25 08 24

www.bistrotdecomedie.fr

Plan
7

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
8

I ♥
Muscadet!



Le Bistrot LAB

Ancien chef du Rouge Ardoise, Quentin Lab a largué ses amarres du côté de la gare maritime pour ouvrir son bistrot de quartier éponyme. Derrière une devanture d'un bleu profond, un chaleureux décor chic et boisé prend vie autour d'un imposant comptoir. À table, on déguste une belle cuisine française, gourmande et généreuse, aux cuissons et assaisonnements fort bien maîtrisés. Agréable micro-terrasse aux beaux jours.

Midi : **L M M J V S D** / 19 € / 32 €

Soir : **L M M J V S D** / 19 € / 32 €

Carte des plats mini-maxi : 4,50 € / 7 €

🍷 salle

1 place Catinat

44100 Nantes

Tél. : 07 80 65 07 92

www.bistrotlab-nantes.eatbu.com



Boncœur

Dans le charmant quartier de la butte Sainte-Anne, la team Boncœur façonne d'alléchantes pizzas napolitaines, *molto* joulflues, aériennes et croustillantes. Pâte à la farine locale maturée 48 heures minimum, produits frais (locaux et italiens) choisis avec soin et même issus de leur cueillette, garnitures de saison : rien n'est laissé au hasard ! Une petite terrasse permet une dégustation au soleil aux beaux jours. Et s'il reste de la place, on croque sans hésiter dans la pizza au *cioccolata*...

Midi : **L M M J V S D**

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 9,50 € / 16,50 €

4 rue des Garennes

44100 Nantes

Tél. : 02 40 71 04 64

www.boncœurpizza.fr

Plan
9

NOUVEAU !

Plan
10



Broussaille

3, 2, 1 : broussaillons ! Planqué à deux pas de la grue jaune, le restaurant de Flore Bastard et Hugo Perrault ravit les papilles désireuses de fraîcheur et de simplicité bien exécutée. Lui, aux fourneaux, concocte une cuisine bistro-moderne aux accents toujours locavores, végétariens souvent, et dotée d'une jolie touche de créativité. Elle, en salle, insuffle un vent de bonne humeur au cœur de cette adresse lumineuse. Cuisine ouverte, carte courte, décoration contemporaine et chaleureuse.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 26 €

Soir : L M M J V S D / 26 € / 38 €

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 19 €

 salle + toilettes

8 rue Magdeleine
44200 Nantes

Tél. : 02 28 44 90 30

@broussaille.restaurant

Plan
11



Café du Solilab

Le Solilab, mythique tiers-lieu de l'économie sociale et solidaire nantaise, profite de la cuisine de la cheffe Manon Texier, très active dans le réseau d'agriculture paysanne locale. Végé, cosmopolite et se renouvelant chaque jour, la popote de cette conviviale cantine a su fidéliser une clientèle devenue accro, avec sa formule unique et un exceptionnel rapport qualité-prix. Chouette ambiance retour de broc. Joyeuse carte de bibines locales (avec ou sans alcool). Ouvert jusqu'à l'apéro !

Midi : L M M J V S D / 11 € / 13 €

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 8 €

 salle + toilettes

8 rue Saint-Domingue
44200 Nantes

Tél. : 06 31 42 98 59

@mkitchen_nantes

Plan
12

Vit'
fait
bien
fait!



Calma

L'objectif de Charline, Alcide et Benoît, les trois amis aux manettes de Calma ? Faire voyager les papilles curieuses vers l'Argentine, en mitonnant avec dextérité de réjouissantes empanadas. En version carnée, marine ou bien végété, ces petits chaussons fourrés s'adressent à tous les becs. Cerise sur le chausson : leur pâte est 100 % végétale ! L'équipe propose aussi trois plats bistrot, pour varier les plaisirs. Bref, une adresse colorée, dans la déco comme dans l'assiette, située entre l'ancien MIN et le nouveau CHU !

Midi : L M M J V S D / 13 € / 19,50 €

Soir : L M M J V S D / 13 € / 19,50 €

 salle + toilettes

39 boulevard Gustave-Roch

44200 Nantes

Tél. : 02 40 12 03 98

www.calmarestaurant.fr

Chamaille

Derrière ce nom plein d'espièglerie et cette façade bleu électrique, du côté de Saint-Jacques, se cache le bistrot de quartier (mobiliers en bois dépareillés, ardoise, serviettes à carreaux) du duo Camille et Igor. Lui, d'origine franco-brésilienne, mijote une cuisine de marché à la dominante voyageuse, colorée et savoureuse (avec option végété). Elle, en salle, distille une atmosphère à la fois professionnelle et chaleureuse. Cour-cocon intérieure fort appréciée : réservation recommandée.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 24 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 25 €

 salle

48 rue Saint-Jacques

44200 Nantes

Tél. : 02 51 86 44 91 – www.bistrot-chamaille.fr



Chez B.B.

Chez les deux Benjamin (aka Benji et Benjoux), ça vit, ça court, ça s'agite, ça rigole ; convivialité et belle énergie sont de mise ! En cuisine, ça prépare de chouettes assiettes bistrotières, parfaitement dans l'esprit de la maison. Côté flacons, de très belles références, pour tous les goûts et tous les prix. Le soir venu, planches et fruits de mer font leur entrée sur les belles tablées de copains et d'habitues ! Petite terrasse appréciable.

Midi : L M M J V S D / 17 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 19 € / 27 €

Carte des plats mini-maxi : 13,50 € / 17,90 €

10 boulevard de la Prairie-au-Duc
44200 Nantes

Tél. : 02 28 44 52 83

www.chezbb.fr



Citrus

Voilà un resto-cantine-café qui a sans conteste réveillé les papilles méridiennes du quartier Saint-Jacques Pirmil ! Avec peps, couleurs et saveurs, Laurene Corre et Camille Nozières nourrissent chaque midi leur clientèle à coups de *buns*, tartes, salades et autres plats sains et généreux, depuis leur comptoir carrelé de blanc. Les becs sucrés ne sont pas en reste, avec une belle carte de desserts et gâteaux. Petite salle oblige : réservation ou commande à emporter recommandées.

Midi : L M M J V S D / 13,80 € / 17,80 €

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 13 €

🚻 salle + toilettes

76 rue Saint-Jacques
44200 Nantes

Tél. : 02 28 43 05 52

www.citruscaferestaurant.fr



NOUVEAU !



La Civelle

Après un voyage en Navibus jusqu'à Trentemoult et une balade dans les petites ruelles de ce village atypique, rien de tel que de s'attabler entre amis ou en famille dans ce restaurant caché derrière une façade Art déco, sur les bords de Loire. En cuisine, embarquement immédiat pour de traditionnelles et bistroliques assiettes mettant à l'honneur des classiques brassicoles. Décor indus-chic marin contribuant sans conteste à l'expérience proposée par cette institution. Belle terrasse sur les quais.

Midi : L M M J V S D / 24 € / 39,50 €

Soir : L M M J V S D / 39,50 €

 **salle + toilettes**

21 quai Marcel-Boissard

44400 Rezé – Trentemoult

Tél. : 02 40 75 46 60

www.lacivelle.com



Le Coraly

Quelque peu cachée au milieu d'un grand boulevard rezéen, la table de Lou Anne Laflesselle et Damien Garcia réserve une très belle surprise culinaire. Au menu : une cuisine semi-gastronomique sérieusement pensée et exécutée, où s'exprime tout le talent du chef. Bien ancrée dans son territoire, cette adresse sélectionne avec soin ses produits. Accueil tout en douceur et professionnalisme. Bon rapport qualité-prix. Petite cour fort sympathique à l'arrière du restaurant.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 35 €

Soir : L M M J V S D / 20 € / 40 €

 **salle + toilettes**

131 rue Aristide-Briand

44400 Rezé

Tél. : 02 40 05 15 37

www.restaurant-le-coraly.fr





Edo

Sushi bar remarqué du Bas-Chantenay, Edo réalise à la commande de délicats sushis et makis dans les plus strictes règles de l'art. Leurs spécificités ? Un approvisionnement marin de qualité et deux formules au choix permettant de choisir entre des poissons « classiques » (NAMI) et plus « nobles » (JYÔ), proposant ainsi aussi bien des Saint-Jacques que du chinchard. Petite salle de 18 couverts : réservation obligatoire.

Midi : **L M M J V S D** / 20 € / 45 €

Soir : **L M M J V S D** / 20 € / 45 €

49 boulevard de la Liberté

44100 Nantes

Tél. : 02 40 36 42 78

www.edo-nantes.eatbu.com

Epicureüs

Derrière cette éclatante façade vert d'eau, une ancienne pharmacie aux belles boiseries conservées, mutée en un Epicureüs mêlant touches rétro et esprit salon de thé. À la tête de ce « restaurant-coffee shop », Marine Coëspel cajole moult produits locaux aux accents plutôt végétaux, pour les traduire en de belles assiettes travaillées, aussi originales que saines. Le dimanche, le brunch attire tant d'épicuriens qu'il est plus sage de réserver.

Midi : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 12,50 € / 21,50 €

Brunch le dimanche : 25 €

 salle + toilettes

18 avenue Sainte-Anne

44100 Nantes

Tél. : 09 82 62 94 09

www.epicureus.fr



Fair~e

Fair et faire. Voilà résumé le credo de cette cantine associative créatrice de vocations et de liens entre cultures et générations. Sur ce bout de l'Île de Nantes en pleine mutation, une joyeuse équipe forme des personnes réfugiées en mettant à l'honneur leur culture d'origine. Cuisines afghane, tchétchène ou encore colombienne : chaque midi, les cheffes proposent un voyage gustatif vers une contrée différente. Superbe accueil, très bon rapport qualité-prix et démarche particulièrement engagée.

Midi : L M M J V S D / 16,50 € / 18,70 €

 salle + toilettes

105 boulevard de la Prairie-au-Duc
44200 Nantes

Tél. : 09 55 77 22 08

@fair_e_restaurant

Les Frangines

Chez les Frangines, ça sent bon la convivialité, le bon manger et le bon boire ! À midi, ce « bar à copains » du côté de Chantenay active le mode brasserie de quartier, avec au choix un plat à l'ardoise, un burger ou un plat végété. En fin de journée, l'ambiance monte d'un cran et laisse place aux joyusetés à picorer et à glouglouter (tapas et quilles bio issues d'une belle cave). Produits frais et locaux exigés. Chaleureuse cour-terrasse aux beaux jours.

Midi : L M M J V S D / 16 € / 25,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 6 € / 15 €

4 boulevard de l'Égalité
44100 Nantes

Tél. : 02 40 58 54 04

@lesfranginesnantes

Plan
21

Plan
22





L'Imaginarium

Un tour du monde en 80 recettes : voilà le credo de Carolina et Margot Schioppa-Thievet, qui ont imaginé un restaurant à l'image des épopées de cet explorateur nantais qu'elles admirent tant. Dans leur véritable « cabinet de curiosité » bleu et or (vieux gramophone, créatures marines), les deux cheffes mitonnent de A à Z une cuisine « de goût et de sens », aux influences voyageuses (Italie, Japon, Thaïlande), avec un fort engagement pour une alimentation durable.

Midi : **L M M J V S D** / 18,50 € / 24 €

Soir : **L M M J V S D** / 29 € / 47 €

Carte des plats mini-maxi : 10 € / 25 €

28 rue Louis-Blanc

44200 Nantes

Tél. : 09 70 66 97 01

www.imaginarium-nantes.fr

Jaleo

Jaleo : traduire par « raffut » ou « pagaille ». Le cadre est posé : dans ce « gastrobar » de Chantenay, fête et convivialité sont de mise, mais à la sauce ibérique *por favor* ! À midi, le chef barcelonais Albert Riera (ancien second d'Éric Guérin) mijote une cuisine bistrot revisitée. Le soir, l'Espagne prend carrément le pas à coups de tapas et d'extraordinaires paellas. En salle, Émilie Gosselin arrose tous ces délices de chouettes quilles et d'une belle sélection de vermouths. *Olé !*

Midi : **L M M J V S D** / 19 € / 23 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 5 € / 24 €

 salle + toilettes

33 place Jean-Macé

44100 Nantes

Tél. : 09 88 49 04 95

@jaleochantenay





Les Lapins de la Butte

Dernière adresse signée famille Guého. C'est dans un ancien PMU transformé avec brio en un restaurant convivial et authentique que Noémie Guého a posé ses valises.

Au menu : de superbes classiques du genre bistrotière, réalisés avec maîtrise.

Avec ceci ? Une jolie carte des vins, composée notamment de leur propre cuvée de muscadet, nommée d'après le restaurant.

Décoration assurée par l'architecte Laurence Bottin, qui a aussi réalisé celle de L'Atlantide 1874, à 150 mètres de là.

Midi : **L M M J V S D** / 23 € / 35 €

Soir : **L M M J V S D** / 23 € / 35 €

Carte des plats mini-maxi : 6 € / 21 €

 salle + toilettes

2 rue des Garennes

44100 Nantes

Tél. : 02 53 35 07 80

www.leslapinsdelabutte.com

Limoune

Après avoir lancé leur activité de lactofermentation en 2020, Ghita Taghi et Esther Alcover ont décidé de pousser le bocal encore plus loin, et de dresser le couvert... dans leur propre cantine fermentée ! Croque, bols, sandwichs de focaccia : la team Limoune pimpe chacune de ses recettes, 100 % végé et aux influences asiatiques et méditerranéennes, avec des légumes lactofermentés par ses soins.

À savourer avec l'une des boissons artisanales ou faites maison, avec ou sans alcool (kéfir, kombucha, bière, vin nature).

Midi : **L M M J V S D** / 14 € / 21 €

Carte des plats mini-maxi : 7 € / 14 €

 salle + toilettes

17 rue Louis-Blanc

44200 Nantes

Tél. : 02 59 16 11 33

www.limoune.fr

Plan
25

NOUVEAU!

Plan
26

NOUVEAU!



Little Atlantique Brewery

En bord de Loire, face à Trentemoult, cette ancienne huilerie transformée en brasserie artisanale élabore avec passion des breuvages houblonnés de qua-li-té. Et parce que ce grand espace tout de bois et de pierre n'est pas seulement un brewpub, le chef Diego Cortes concocte à midi des plats de bistrot créatifs et, le soir venu, de coquines tapas ou plats à manger avec les doigts. Pour une expérience complète, débarquement possible en Navibus, depuis la pointe ouest de l'Île de Nantes.

Midi : L M M J V S D / 17 € / 22 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 13 € / 19 €

 salle + toilettes

23 boulevard de Chantenay
44100 Nantes

Tél. : 02 40 55 76 88

www.little-atlantique-brewery.fr



LuluRouget

Précurseur de la nouvelle vague culinaire nantaise du début des années 2010, l'enfant du pays Ludovic Pouzelgues continue d'exceller dans son écrin chic-indus étoilé avec ses menus « les yeux fermés ». Avec brio, et entouré d'un réseau de producteurs, LuluRouget livre une expérience gustative de haut rang, combinant créativité sans cesse renouvelée et technicité. Extraordinaire cave à vins et accords mets-vin.

Midi : L M M J V S D / 55 € / 105 €

Soir : L M M J V S D / 85 € / 125 €

 salle + toilettes

4 place Albert-Camus

44200 Nantes

Tél. : 02 40 47 47 98

www.lulurouget.fr

Plan
27

Plan
28





Ma Sœur et Moi

Après une carrière parisienne et un projet de traiteur dans leur Morbihan originel, les sœurs Judith André-Valentin et Camille Valentin ont trouvé leur bonheur sur l'Île de Nantes ! Toutes deux aux fourneaux comme en salle, elles mijotent une délicieuse cuisine de saison, où grands classiques rencontrent parfois leurs souvenirs de voyage. Atmosphère et déco aussi familiales que les plats, dans un esprit comme à la maison réussi. Micro-terrasse appréciable et réservation conseillée.

Midi : L M M J V S D / 18 € / 20 €

 salle

43 rue Grande-Biesse

44200 Nantes

Tél. : 02 40 47 87 35

@masoeuretmoi_bistrot

Magnum

Après Balthazar et Bibou, la Food Family remet le couvert sur l'Île de Nantes avec ce bistrot à boire de quartier. Se voulant « sans chichi », ce nouveau lieu de vie concocte à midi des classiques de la cuisine française et des plats du jour variés. Le soir, les verres tintent à l'unisson, bien accompagnés d'un juteux poulet rôti ou de petites assiettes – le tout à déguster avec les doigts, dans une ambiance festive ! Grandes tablées bienvenues. Quilles disponibles en version magnum. Ouverture en continu.

Midi : L M M J V S D / 18 € / 22 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 6 € / 22 €

48 boulevard de la Prairie-au-Duc

44200 Nantes

Tél. : 09 60 37 55 45

www.magnum.family

Plan
30



NOUVEAU !



Maison Arlot Cheng

Sur l'Île de Nantes, voilà un gourmand et engagé lieu hybride : boulangerie, café, resto, espace créatif ! Aussi bien aux fourneaux qu'au fournil, la cosmopolite équipe de cette maison pétrit (de divins pains au levain), fabrique (de magnifiques pâtisseries et viennoiseries), et concocte (des assiettes et sandwiches de folie). Le tout entremêlant souvenirs de voyage et terroir local, avec un fort engagement écolo.

Midi : L M M J V S D / 19 € / 24,50 €
Carte des plats mini-maxi : 7,50 € / 16 €
Brunch le samedi : tarif à la carte

 salle + toilettes

36 rue la Noue-Bras-de-Fer
 44200 Nantes

Tél. : 02 28 21 28 07

www.maisonarlotcheng.com

Plan
 31



Le Manoir de Procé

Écrin de verdure idyllique propice à la quiétude, le parc de Procé et ses jardins à l'anglaise abritent ce fameux manoir du 18^e siècle aujourd'hui devenu café-restaurant. Dans un esprit contemporain lumineux, il est possible de s'y poser pour déjeuner et même petit-déjeuner, prendre un café ou l'apéro. Côté cuisine, l'équipe mitonne des menus bien travaillés, frais et créatifs. Très belle carte de vins bio, body, nature, à prix plutôt doux. Possibilité de privatiser des espaces.

Midi : L M M J V S D / 21 € / 25 €
Carte des plats mini-maxi : 7 € / 16 €

 salle + toilettes

44 rue des Dervallières
 44000 Nantes

Tél. : 02 51 86 47 23

www.manoirdeproce.fr

Plan
 32



Painbar

1/3 boulangerie au levain, 1/3 resto, 1/3 bar : voici la recette gagnante de ce repaire ilien qui a tout pour plaire ! Entre tartines matinales, sandwiches homemade de A à Z, plats (végés ou non) bien pensés et desserts pas pépères : cette adresse sait y faire pour régaler son monde ! Sans oublier une carte liquide fort bien ficelée, à l'image de ce lieu de vie bien pensé par une bande de copains.

Midi : L M M J V S D / 13,90 € / 17,50 €

Soir : L M M J V S D / 16,50 € / 29 €

Carte des plats mini-maxi : 9,90 € / 13,50 €

Brunch le samedi : 20 €

 salle + toilettes

5 place de la République

44200 Nantes

Tél. : 09 54 05 27 46

www.painbar.fr

Paws

Après avoir bourlingué en France et à l'étranger, Vincent Péninou et Benoît Ribouchon ont tout misé sur le mythique hot-dog américain, revu et corrigé à la sauce bio, locale et artisanale. Dans leur Paws au style indus, on déguste de fameux pains maison à la saucisse (Francfort, muscadet, chipouillette, tofu) acoquinés de frites, elles aussi homemade. Le midi, le duo propose également des plats du jour qui envoient du lourd, et le soir, des tapas qui fracassent !

Midi : L M M J V S D

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 14 € / 17,50 €

 salle + toilettes

31 bis rue de la Tour-d'Auvergne

44200 Nantes

Tél. : 09 84 08 99 21

www.paws-nantes.com

Plan
33

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
34



Le Petit Nakama

Entre izakaya et bar à vins naturels, ce nouveau fief aux saveurs du pays du Soleil-Levant (mais pas que) vient secouer les papilles de la place François-II ! Aux manettes, le duo Marc Bigotte et son équipe proposent au déjeuner une cuisine fusion franco-asiatique colorée et savoureuse, et le soir venu de joyeux plats de street food japonais à partager. Un lieu animé par leur convivialité et leur passion pour le Japon. Vins naturels, bières et sakés côté carte liquide, sans oublier quelques références plus locales.

Midi : L M M J V S D / 16,50 € / 20 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 3,50 € / 12 €

 **salle + toilettes**

2 place François-II

44200 Nantes

Tél. : 02 28 08 05 89 – @lepetitnakama

Restaurant Vatel

Déguster un repas semi-gastronomique tout en soutenant l'apprentissage hôtelier ? Voici le credo du restaurant d'application de la prestigieuse école Vatel. Dans une grande salle lumineuse et feutrée aux tons bleus et gris, un ballet d'étudiants attentionnés décline un menu saisonnier faisant la part belle aux produits locaux (silure, beurre nantais, muscadet). Le repas se termine en apothéose grâce aux gourmands chariots de délices sucrés.

Midi : L M M J V S D / 28 € / 45 €

Soir : L M M J V S D / 35 € / 45 €

 **salle + toilettes**

3 place Clémence-Lefevre

44200 Nantes

Tél. : 02 28 49 20 64

www.restaurantvatel.fr/fr/nantes

Plan
35

NOUVEAU !

Plan
36

86. Autour du centre → Chantenay / île de Nantes / Rezé-Trentemoult



Ti Lichous

Ardents défenseurs de l'agriculture paysanne locale, Jean-Marie Rolland et Lysiane Claquin Rolland glissent dans leurs assiettes et verres le meilleur du terroir local, à la sauce bretonne ! Potée guérandaise, kig ha farz, frigousses, far, gâteau breton : bien plus que les classiques galettes et crêpes (néanmoins délicieuses), le chef mitonne une véritable breizh cuisine, dans tout ce qu'elle a de plus varié et riche ! Avec son sourire communicatif, Lysiane, quant à elle, distille de pointus conseils côté cidres et vins nature.

Midi : L M M J V S D / 15 € / 30 €

Carte des plats mini-maxi : 4 € / 25 €

 **salle + toilettes**
12 rue Grande-Biesse
44200 Nantes
Tél. : 02 40 35 44 60
@tilichous

Plan
37

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA
SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



Nantes Métropole

- | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 1. Le 1201 | 9. Les Caudalies | 17. Glouton (VFBF) | 25. Restaurant BON (VFBF) |
| 2. L'Amour des Mets | 10. La Cave de l'Inattendu | 18. Jano | 26. Le Restaurant du Pont |
| 3. Bécassine | 11. Du Coq à l'Âne | 19. Le Laurier Fleuri | 27. Restaurant Polaris (VFBF) |
| 4. Le Bouquet Garni | 12. L'Envol | 20. Maioann | 28. Le Romarin |
| 5. Brasserie Constance | 13. L'Esplanade | 21. Le Manoir de la Régate | 29. La Table du Marquis |
| 6. Café du Port | 14. L'Étal des Saveurs (VFBF) | 22. L'Orée du Bois | 30. L'Uchronie |
| 7. La Cantine d'Albert (VFBF) | 15. Ferveur | 23. Le Pavillon | 31. Villa Mon Rêve |
| 8. Cara | 16. Le François 2 | 24. Place aux Vins | |



Le 1201

Table étoilée de L'Abbaye de Villeneuve, faisant référence à l'année de construction de ce haut monument des Sorinières, le 1201 accueille les gourmets dans un cadre historique raffiné et feutré (salles en alcôve, nappes blanches, vue sur le cloître et la piscine). Les menus, imaginés par le chef Achour Belayel laissent entrevoir un style gastronomique de haute volée, à l'approche épurée et aux dressages « laser ». Véritable volonté de s'inscrire dans le territoire sud Loire, riche réseau de producteurs et artisans locaux.

Midi : **L M M J V S D** / 65 € / 120 €

Soir : **L M M J V S D** / 90 € / 120 €

Carte des plats mini-maxi : 23 € / 62 €

 salle + toilettes

Lieu-dit Villeneuve

44840 Les Sorinières

Tél. : 02 55 59 05 91

www.abbayedevilleneuve.com

L'Amour des Mets

C'est dans le bourg d'Orvault que le chef Yann Oillic (L'Orée du Bois, Au Retour du Marché) a installé son restaurant. Derrière une devanture discrète, un intérieur tout en douceur, fait de pierres grattées, de bois clair et de touches de bleu – sans oublier l'îlot vitré qui permet de voir la brigade s'affairer. Couleurs, peps, cuissons maîtrisées : les assiettes du chef ont tout pour plaire, oscillant entre base classique et créativité bien dosée.

Midi : **L M M J V S D** / 22 € / 43,50 €

Soir : **L M M J V S D** / 32,50 € / 43,50 €

12 rue Hubert-de-la-Brosse

44700 Orvault

Tél. : 09 83 72 94 00

@lamourdesmets





Bécassine

C'est sur les bords de Loire herblineois que Cécile et Jérôme ont installé le « nid douillet » de leur Bécassine. À midi, des formules brasserie bien fagotées ravissent les papilles des habitués, ou des clients de passage en quête d'une pause revigorante sur l'itinéraire de la Loire à Vélo. Une jolie carte des boissons fait la part belle aux rhums, gins, whiskys et muscadets. Le vrai plus ? Le ponton-terrasse avec vue sur la Loire, à découvrir ou couvert, pour en profiter été comme hiver. Service efficace et pro.

Midi : **L M M J V S D** / 19,90 € / 24,90 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 16,90 € / 29 €

Brunch un dimanche par mois : 13,90 € / 31,90 €

 salle + toilettes

49 quai Émile-Cormerais

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 85 49 49

www.restaurant-becassine.fr



Le Bouquet Garni

Dans leur élégant restaurant bleu et or, David et Noella Guérin mitonnent un délice de cuisine fusion, influencée par les nombreux voyages du chef et les origines péruviennes de Noella. De l'exotisme par-ci, des touches d'Amérique Centrale par-là, de la couleur, des saveurs et du peps en veux-tu en voilà : les Chapelains sont incontestablement chanceux d'avoir ce joli Bouquet Garni dans leur coin ! Accueil chaleureux et joli patio en arrière-cour aux beaux jours.

Midi : **L M M J V S D** / 22 € / 26 €

Soir : **L M M J V S D** / 29 € / 35 €

Carte des plats mini-maxi : 11,50 € / 26 €

 salle + toilettes

38 rue Martin-Luther-King

44240 La Chapelle-sur-Erdre

Tél. : 02 40 77 88 99

www.lebouquetgarni44.fr





Brasserie Constance

C'est sous une immense verrière hautement lumineuse que l'hôtel 4 étoiles L'Abbaye de Villeneuve abrite sa brasserie, Constance, et sa bucolique vue sur la piscine et le parc. En cuisine, le chef Yannick Chan Yue Nang propose des plats de brasserie traditionnelle française ou plus contemporains, mariés à un fort ancrage régional. Atmosphère élégante et belle décoration feutrée de velours et moquette vert émeraude.

Midi : L M M J V S D / 29 € / 35 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 20 € / 40 €

Brunch le dimanche : 65 €

 **salle + toilettes**

Lieu-dit Villeneuve

44840 Les Sorinières

Tél. : 02 55 59 05 91

www.abbayedevilleneuve.com



Café du Port

Tantôt resto le midi en semaine, tantôt cave et bar à vins le vendredi soir et le dimanche matin, voilà une jolie petite adresse qui ne manque pas d'apporter convivialité et régalade à ce petit coin des bords de Loire ! Dans son troquet indrais sans chichi, Sabrina Clochard cuisine des petits plats familiaux à déguster sur le pouce, servis en salle, au comptoir, ou en terrasse l'été, par l'accueillant Bertrand Balbusquier. Le conseil ultime ? S'installer avec ses victuailles issues du marché le dimanche matin, un verre du Café du Port à la main !

Midi : L M M J V S D / 16 € / 19 €

Soir : L M M J V S D

 **salle + toilettes**

27 quai Besnard

44610 Indre

Tél. : 09 54 38 21 70 – @cafeduportindre





La Cantine d'Albert

Pour une pause déj à la fois saine et gourmande, rapide et abordable (sur place ou à emporter), rien de tel que cette chaleureuse cantine écoresponsable du boulevard Albert-Einstein ! Au menu : de bons petits plats du jour au style globe-trotter, des assiettes de saison (tartes, soupes, crudités), et des desserts variés. Le tout à base de produits frais, de saison et issus de circuits courts. À noter : ici, pas de réservation, mieux vaut ne pas arriver trop tard !

Midi : L M M J V S D / 9,70 € / 12,90 €

 salle + toilettes

50 boulevard Albert-Einstein
44300 Nantes

Tél. : 06 13 01 97 39

www.lacantinedalbert.fr

Cara

Pépité sébastiennaise en vue dans ce restaurant tenu de main de maître par Caradec Boscher ! Derrière une devanture rouge et noir annonçant la couleur « locale » et « maison » du lieu se dévoile un chaleureux bistrot (vieilles poutres, pierres apparentes). En cuisine, le chef ne badine pas avec la qualité et le sourcing des produits, et concocte des assiettes lisibles, pleines de fraîcheur et très bien exécutées. Mini-terrasse et bananiers ombrageurs fort appréciés. Accueil et service à l'écoute et très pro.

Midi : L M M J V S D / 19,50 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 29 € / 35 €

124 boulevard des Pas-Enchantés
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire
Tél. : 02 40 34 66 84

www.restaurantcara.com





Les Caudalies

Voilà 25 ans déjà qu'Anne-Françoise et Benoît Ardouin maintiennent le cap de leur restaurant gastronomique niché dans une maison aux murs rouges. Lui, en cuisine, cajole avec talent des assiettes créatives, mais bien ancrées dans la tradition française, aux accents de son Sud-Ouest natal. Elle, en salle, débouche des bouteilles finement sélectionnées parmi sa carte très fournie. À l'étage, un bar à vins et tapas complète l'offre, avec ses planches et autres tartines régionales.

Midi : **L M M J V S D** / 29 € / 45 €

Soir : **L M M J V S D** / 45 € / 68 €

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 28 €

229 route de Vannes
44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 94 35 35

www.restaurant-lescaudalies.com



La Cave de l'Inattendu

Finaliste Meilleur caviste du monde, Olivier Hodebert a imaginé un atypique concept de « bouchon nantais » vertavien, où se régaler de délicieux plats traditionnels arrosés de bouteilles savamment dégottées et accordées. Joyeux bric-à-brac dans un esprit retour de brocante, cette adresse se révèle un sympathique lieu de partage et de vie autour du pinard et des bons produits. La partie cave et épicerie fine bien sourcée permet de repartir avec nombre de victuailles à boire ou à manger.

Midi : **L M M J V S D** / 24,50 € / 28,50 €

Soir : **L M M J V S D** / 24,50 € / 28,50 €

 salle + toilettes

25 route des Sorinières
44120 Vertou

Tél. : 02 51 79 82 58

www.hodebert.com





Du Coq à l'Âne

Du coq à l'âne... et de la ferme-auberge à l'aéroport, il n'y a parfois qu'un pas – ou plutôt un kilomètre ! Au menu de ce restaurant tenu par Christine Tessier : une cuisine rustique et familiale à la mode locale et paysanne. Joutant le restaurant, la ferme pédagogique de la Ranjonnière (jardin, poulailler, bergerie) et son magasin de producteurs fermiers alimentent en grande partie les assiettes du lieu. Atmosphère conviviale et paisible !

Midi : L M M J V S D / 24 € / 33 €

 salle + toilettes

Chemin de la Ranjonnière

44340 Bouguenais

Tél. : 02 40 34 72 10

www.du-coq-a-lane-restaurant-bouguenais.fr

L'Envol

Derrière leur attrayante façade rouge de Thouaré-sur-Loire, voilà plus de 15 ans qu'Hélène et Nicolas Neck régalaient leurs fidèles dans un décor sobre et élégant (bois, fauteuils en cuir gris). Lui, aux fourneaux, mitonne chaque semaine une délicieuse cuisine de marché et de saison, aux dressages soignés. Elle, en salle, propose une charmante expérience et conseille de jolies bouteilles et autres bières locales et artisanales. Bon rapport qualité-prix, terrasse côté jardin appréciable aux beaux jours.

Midi : L M M J V S D / 24 € / 40 €

Soir : L M M J V S D / 32 € / 48 €

Carte des plats mini-maxi : 17 € / 25 €

 salle + toilettes

85 rue de Mauves

44470 Thouaré-sur-Loire

Tél. : 02 40 68 07 21 – www.restaurantlenvol.fr

Plan
11



Plan
12



L'Esplanade

Dans un joli cadre face à la Loire, cet ancien relais de Poste de la commune du Pellerin vit une nouvelle jeunesse depuis sa transformation en hôtel-restaurant. Derrière une façade rose pâle vintage, la cheffe Chloé Tempéreau imagine une cuisine inspirée de la tradition culinaire française, qu'elle aime revisiter avec de bons produits locaux, au rythme des saisons. Service aimable et attentionné. Brunch le week-end et vins à emporter.

Midi : L M M J V S D / 17 € / 21 €

Soir : L M M J V S D / 38 € / 38 €

Carte des plats mini-maxi : 14 € / 28 €

Brunch le samedi et dimanche : 27 €

 **salle + toilettes**

11 quai du Docteur-André-Provost

44640 Le Pellerin

Tél. : 02 40 04 68 14

www.hotel-lesplanade.fr



NOUVEAU !

L'Étal des Saveurs

Si la famille Skornik officie depuis 2011 sur les marchés de la région nantaise en tant que traiteur transalpin, elle accueille désormais les amateurs de gastronomie italienne dans son fief goulainais. Le pitch ? Des pâtes fraîches, des plats et des desserts faits maison à partir de bons produits du coin... et d'Italie aussi, pardi ! En plus de l'espace restaurant et salon de thé italiens, un comptoir traiteur, une épicerie fine et une cave permettent également de repartir les bras chargés des meilleures victuailles de la Péninsule.

Midi : L M M J V S D / 14 € / 18 €

Brunch un samedi par mois : 28 €

 **salle + toilettes**

3 place de l'Église

44115 Haute-Goulaine

Tél. : 02 40 10 26 87

www.letaldessaveurs-boutique.com



NOUVEAU !



Ferveur

Si en latin, *fervor* signifie « cuire, bouillir », c'est aussi avec un engouement non dissimulé que Claire Habchi a ouvert sa première adresse à Saint-Sébastien-sur-Loire, sa ville d'origine. Dans un décor vert olive, la cheffe au parcours riche et étoilé propose une cuisine gastronomique très recherchée, où la lactofermentation est reine. Déjeuner en 3 ou 4 temps à midi, menu à l'aveugle en 4 ou 5 temps le soir. Sourcing ultra-local.

Midi : **L M M J V S D** / 35 € / 45 €

Soir : **L M M J V S D** / 45 € / 55 €

Carte des plats mini-maxi : 35 € / 55 €

 salle + toilettes

1 rue des Prisonniers

44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

Tél. : 02 28 02 38 37

www.ferveur-restaurant.fr

Plan
15

NOUVEAU !



Le François 2

Après une balade sur les bords de Loire à Couëron, direction le bourg pour s'attabler à l'institution locale qu'est le François 2. Depuis 2001, c'est ici que Solenn et Jérôme Evain s'attachent à mettre dans leurs assiettes le meilleur du terroir et des traditions culinaires locales. Au piano, le chef compose une partition oscillant entre cuisine traditionnelle et semi-gastronomique. Le tout très bien accompagné par de jolis crus. Service spontané et attentionné. Sympathique cour-terrasse.

Midi : **L M M J V S D** / 18 € / 39 €

Soir : **L M M J V S D** / 33 € / 39 €

 salle + toilettes

5 place Aristide-Briand

44220 Couëron

Tél. : 02 40 38 32 32

www.francois2.com

Plan
16





Glouton

Steven Arnaud et Jérémie Guérin ont « burgerisé » Saint-Sébastien avec leurs gloutonneries de qualité, fraîchement préparées à partir de produits du coin. Au menu de cette paillote exotique modernisée : des burgers dodus à souhait, aux garnitures parfois originales, mais toujours très généreux. Bref, un Glouton gourmet bien nommé, pas avare en quantités, qui propose aussi chaque recette en version végété, avec une galette de haricots rouges. Bonnes frites maison et alléchante carte des desserts.

Midi : **L M M J V S D**

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 15,50 € / 18 €

 salle + toilettes

93 rue de la Libération

44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

Tél. : 02 40 12 05 91 – www.glouton-burger.fr

Jano

Du côté de Bellevue, à Sainte-Luce, Jean-Charles Cauquil a fait d'un ancien resto ouvrier un Jano tout bon, tout beau. Passé par de très belles maisons (Bristol, George V, L'Alchimiste à Nantes), le chef propose une cuisine française bien exécutée, en mode retour de marché. Bel accueil, savoir-faire et bon rapport qualité-prix : tout est réuni pour passer un joli moment. Terrasse avec vue sur la Loire à ne pas manquer en été.

Midi : **L M M J V S D** / 20,90 € / 24,90 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 6 € / 24 €

 salle + toilettes

47 promenade de Bellevue

44980 Sainte-Luce-sur-Loire

Tél. : 02 40 25 85 60

www.restaurant-jano.fr

Plan
17

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
18



Le Laurier Fleuri

La curiosité n'est pas un vilain défaut, surtout quand il s'agit d'oser pousser la porte de cet ancien relais de diligence, route de Clisson, pour découvrir la très jolie surprise culinaire orchestrée par Ludivine et Olivier Giraudet. Deux professionnels aussi gentils que passionnés, sans conteste nés pour faire de la restauration leur métier. Dans l'assiette : un dantesque travail, une bonne maîtrise des jus, de bons produits, et une excellente cave illustrant le vignoble nantais. Accueil attentionné et rapport qualité-prix rare !

Midi : L M M J V S D / 25 € / 45 €

Soir : L M M J V S D / 25 € / 45 €

 **salle + toilettes**

460 route de Clisson

44120 Vertou

Tél. : 02 51 79 01 01

www.laurierfleuri.fr



Maioann

Après un riche parcours dans de belles maisons (Les Caudalies, Le Manoir de la Régate), Maxime Marteau a ouvert en 2021 son restaurant carquefolien tout teinté de bleu, comme une ode à la Loire toute proche. Dans une ambiance cosy-chic, le jeune chef propose une talentueuse bistronomie voguant entre terre et mer, aux inclinations voyageuses. Belle carte des vins (majoritairement bio et biody) sortant des sentiers battus. Agréable petite terrasse ensoleillée sur la place de l'église.

Midi : L M M J V S D / 20 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 38 € / 46 €

 **salle + toilettes**

11 place Saint-Pierre

44470 Carquefou

Tél. : 02 28 23 22 03

www.maioann-carquefou.fr



NOUVEAU !



Le Manoir de la Régate

Dans une ambiance feutrée pensée par l'architecte Aymeric Masson comme un prolongement des paysages et de la cuisine du manoir, Anne-Charlotte Pérou (prix Michelin accueil et service 2022) propose en salle une expérience de haute volée, en parfaite harmonie avec les assiettes de son frère Mathieu. Chef aussi rigoureux et énergique qu'engagé (100 % local, poisson d'eau douce exclusivement), ce dernier magnifie terroir et produits avec une technicité et un talent reconnus par le combo étoilé vert-rouge.

Midi : **L M M J V S D** / 50 € / 145 €

Soir : **L M M J V S D** / 95 € / 145 €

 salle + toilettes

155 route de Gachet

44300 Nantes

Tél. : 02 40 18 02 97

www.manoirdelaregate.com



L'Orée du Bois

Entourée de verdure à n'en plus finir (forêt, jardin et bassins japonisants, terrasse ombragée), cette table gastronomique régale depuis 1987 les Orvaltais avec une constance remarquable. Dans la cuisine du chef Patrick Giraux, tradition, technicité, raffinement et nobles produits d'ici ou d'ailleurs sont au rendez-vous (remarquables sauces, assaisonnements et cuissons). Le savoir-faire de cette emblématique maison se ressent également en salle, et dans la belle carte des vins.

Midi : **L M M J V S D** / 29,50 € / 33,50 €

Soir : **L M M J V S D** / 45,50 € / 58,50 €

Carte des plats mini-maxi : 19,50 € / 39,50 €

94 rue de la Garenne

44700 Orvault

Tél. : 02 40 63 63 54

www.restaurant-loreedubois.fr





Le Pavillon

À la seule vue de cette vaste maison de maître de 1904, le charme « pavillonnesque » opère ! C'est dans ce cadre d'antan fort élégant (grande cheminée, nappes blanches) que Denis Janneau et son équipe distillent en salle un accueil aussi professionnel que bienveillant. Au piano, le chef réalise une cuisine française à la fois traditionnelle, inventive et fine, pensée dans le respect des saisons et de la nature. Carte des vins admirable, issus d'une riche sélection à la fois locale et hexagonale. Terrasse aux beaux jours.

Midi : L M M J V S D / 22 € / 50 €

Soir : L M M J V S D / 32 € / 50 €

Carte des plats mini-maxi : 24 € / 40 €

 salle + toilettes

379 route de Vannes

44800 Saint-Herblain

Tél. : 02 40 94 99 99

www.restaurant-lepavillon.fr



Place aux Vins

Place aux vins... mais pas que ! Dans leur joli bistro, bar et cave à vins de la place du Vieux-Doulon, les gérants-sommeliers Arthur et Guillaume ont imaginé un lieu de vie multifonction. Café le matin, soirée pinard-tapas le soir venu, et à midi une belle ardoise de marché mijotée par le chef Benjamin. De temps en temps, des soirées à thème viennent parfaire le tableau. Quant au dimanche matin, c'est le spot idéal pour se poser en terrasse après un tour au marché, dans une ambiance conviviale.

Midi : L M M J V S D / 18 € / 21,50 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 14,50 € / 19,50 €

 salle + toilettes

8 place du Vieux-Doulon

44300 Nantes

Tél. : 02 28 34 23 32 – @place_aux_vins44





Restaurant BON

Au sein du magasin Biocoop Les Hameaux, voilà un resto tout bon tout bio proposant une courte carte aussi alléchante qu'épatante de saveurs. En cuisine, le chef Raphaël Cacheux concocte à midi de petites assiettes (plat du jour carné ou végété, galettes bretonnes) saines, gourmandes et sans chichi, au bon rapport qualité-prix. Sourcing produits évidemment au top. Charmant esprit cantine (service au comptoir) dans un décor brut de briques rehaussé de touches noir et jaune.

Midi : L M M J V S D / 12,90 € / 17,50 €

Carte des plats mini-maxi : 12,90 € / 17,50 €

 **salle + toilettes**

19 avenue du Marché-Commun
44300 Nantes

Tél. : 02 52 59 58 46

www.restaurant-bon.com

Le Restaurant du Pont

Située aux portes du vignoble, près d'un pont le long de la Goulaine, cette grande bâtisse cache un intérieur contemporain, aussi lumineux que sa devanture.

Au piano, le chef Mathieu Corbineau met en avant le travail des producteurs voisins dans des assiettes aux accents gastronomiques, entre tradition et modernité bien ficelée. En salle, Karine Moinet tire le fil de l'histoire en proposant une jolie carte des vins et un service aux petits soins, bienveillant et professionnel.

Midi : L M M J V S D / 23 € / 49 €

Soir : L M M J V S D / 38 € / 70 €

Carte des plats mini-maxi : 16 € / 26 €

 **salle**

147 rue du Grignon
44115 Basse-Goulaine

Tél. : 02 40 03 58 62

www.restaurant-du-pont.fr

Plan
25

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
26

I
Muscadet!



Restaurant Polaris

Un vent de fraîcheur scandinave souffle sur la zone Atlantis ! Il s'agit du restaurant de la cheffe d'origine danoise Camilla Michel-Paludan, planqué dans un ancien entrepôt, au milieu des hangars et bureaux. On y déguste, bien entendu, les fameux smørrebrød et autres délices nordiques. Mais la cuisine de cette cantine singulière se caractérise aussi par de délicieuses et raffinées inspirations globe-trotteuses (options végés comprises). Accords mets-bières AEROFAB de caractère !

Midi : L M M J V S D / 13 € / 22 €

 salle + toilettes
9 rue Gustave-Eiffel
44800 Saint-Herblain
Tél. : 06 12 13 74 93
@restaurant_polaris

Le Romarin

Autour d'un magistral escalier en pierres claires, le chef Émeric Banon régale depuis plus de 20 ans les gourmets de Sautron (et d'ailleurs), dans une ancienne demeure bourgeoise du 20^e siècle. Au programme, gastronomie, bien sûr : des plats à la carte ou en version carte blanche, pour découvrir la patte du chef dans toute son étendue. En salle, la souriante Maryvonne, toujours aussi joyeuse et prévenante, fait vivre une expérience de qualité, tout en conseillant avec passion les vins qu'elle sélectionne directement auprès des vignerons. Jolie petite terrasse.

Midi : L M M J V S D / 28 € / 77 €

Soir : L M M J V S D / 28 € / 77

 salle
79 rue de Bretagne
44880 Sautron
Tél. : 02 40 63 15 87
www.restaurant-leromarin.com

Plan
27

Vit'
fait
bien
fait!

Plan
28

I ♥
Muscadet!



La Table du Marquis

Passé les jardins à la française et la porte du somptueux Château de Maubreuil, on découvre un restaurant et un bar à cocktails clinquants, dans un décor 100 % baroque. À table, une cuisine d'auteur très engagée et de haute volée, imaginée par l'esprit et les mains du talentueux Guillaume Decombat (Sources). Son amour du produit est palpable (le jardin potager lui offre 90 % de ses légumes) et se ressent tant dans les goûts que le dressage des assiettes.

Midi : L M M J V S D / 22 € / 30 €

Soir : L M M J V S D / 30 € / 75 €

Carte des plats mini-maxi : 12 € / 130 €

Brunch le dimanche : 62 €

 salle + toilettes

Allée de Maubreuil, Château de Maubreuil
44470 Carquefou

Tél. : 02 21 70 03 70

www.tabledumarquis.com



L'Uchronie

C'est proche du bourg de Saint-Sébastien que s'écrit l'histoire de Simon Gourdon. Une déco travaillée sans extravagance (papier marbré d'ocre, touches dorées, homard sérigraphié), un chef talentueux au parcours hors des clous, des assiettes de haute voltige tant dans les saveurs que la présentation. L'Uchronie se révèle être une belle pépite à suivre, tout en discrétion et modestie. Chaque mois, un menu monoproduit voit le jour. Service aussi pro que chaleureux.

Midi : L M M J V S D / 20,50 € / 25 €

Soir : L M M J V S D / 38 €

 salle + toilettes

32 rue du Général-de-Gaulle
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

Tél. : 02 40 34 43 49

@restaurant_luchronie





Villa Mon Réve

Bords de Loire, maison de maître de 1890, terrasse ombragée : c'est le joli cadre de cette institution culinaire de Basse-Goulaine. À l'intérieur de la villa, une élégante et immaculée décoration (ponctuée de sièges violets), couplée à un accueil souriant. Au piano, le chef Jérôme Ponchelle compose une partition gastronomique raffinée à la forte identité ligérienne, faisant la part belle aux produits du cru (cuisses de grenouille, poissons de Loire, Curé Nantais). Carte des vins plaisante.

Midi : L M M J V S D / 32 € / 70 €

Soir : L M M J V S D / 38 € / 70 €

Carte des plats mini-maxi : 23 € / 49 €

 **salle**

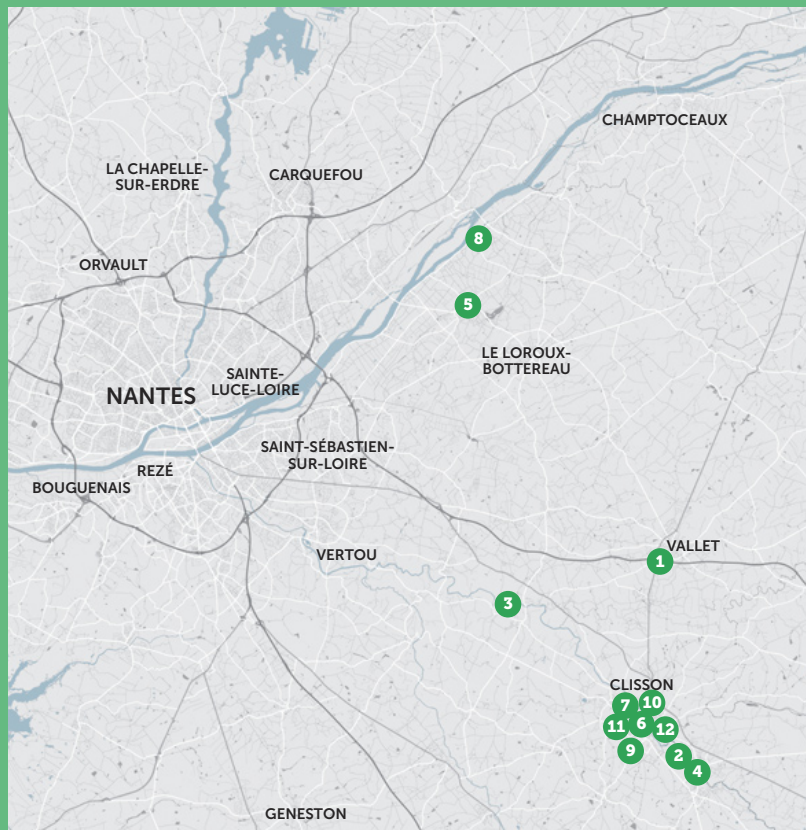
2 levée de la Divatte

44115 Basse-Goulaine

Tél. : 02 40 03 55 50 – www.villa-mon-reve.com

**Plan
31**

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA
SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



Le vignoble

- | | | |
|----------------------------|-------------------------|--------------------------------|
| 1. L'Ambroisie | 5. Le Grill de l'Europe | 9. POLLEN |
| 2. Auberge de la Madeleine | 6. MAD | 10. Le Restaurant de la Vallée |
| 3. Auberge du Port Domino | 7. Olio e Burro | 11. Tulli |
| 4. BRUT | 8. La Pierre Percée | 12. Villa Saint-Antoine |



L'Ambroisie

Après un long parcours au Restaurant de la Vallée, à Clisson, Anaïs Vignaud (en salle) et Dylan Lebossé (en cuisine) ont repris cette petite adresse tout en longueur située au cœur des vignes, dans le bourg de Vallet. Aussi discret qu'avenant et passionné, le jeune couple propose une courte carte maîtrisée, de type semi-gastronomique, ainsi qu'un service attentionné. Côté vins, les crus locaux sont mis en avant, notamment ceux du vigneron voisin, Stéphane Orieux.

Midi : **L M M J V S D** / 21,50 € / 26,50 €

Soir : **L M M J V S D** / 31 € / 36 €

Carte des plats mini-maxi : 18 € / 25 €

 salle

20 place Charles-de-Gaulle
44330 Vallet

Tél. : 02 40 36 30 05

www.ambroisievallet.fr

Auberge de la Madeleine

À la fois clin d'œil à ce petit gâteau de voyage de Lorraine, la région d'origine de Jean-René Pelletier, et à La Bonne Auberge où il a longtemps travaillé : l'Auberge de la Madeleine est la promesse d'un voyage gustatif dans l'histoire de ce chef aujourd'hui installé au cœur du vignoble. Il y compose des classiques raffinés et généreux de la gastronomie française, qui s'accompagnent à merveille d'une sélection sommelière de grande qualité. Cerise sur le gâteau ? Une madeleine fumante en guise de final gourmand.

Midi : **L M M J V S D** / 23 € / 60 €

Soir : **L M M J V S D** / 23 € / 60 €

 salle

3 rue de la Navette
44190 Gétigné

Tél. : 09 61 62 03 92

www.aubergedelamadeleine.fr





Auberge du Port Domino

Après 13 ans passés aux manettes du Clémence à Saint-Julien-de-Concelles, Aurélie et Jean-Charles Batard font revivre depuis deux ans cette grande bâtisse aux volets verts face au très mignon Port Domino. À l'image de la salle joliment rénovée et de la Sèvre toute proche, le chef mitonne une belle cuisine de tradition et de terroir, à base de produits de saison bien choisis. Ardoise présentée par la très souriante Aurélie, dans une ambiance comme à la maison. Très belle carte de vins locaux.

Midi : **L M M J V S D** / 21 € / 27 €

Soir : **L M M J V S D** / 21 € / 27 €

 salle

55 lieu-dit Le Port Domino

44330 Le Pallet

Tél. : 09 54 54 92 34

www.aubergeduportdomino.fr



BRUT

Après 10 ans à la tête de leur Ardoise nantaise, Alexandra et Patrick Hervy, aubergistes dans l'âme, ont créé leur BRUT au cœur du vignoble. L'occasion de se rapprocher des vignerons et producteurs du cru, qu'ils aiment tant raconter à leur table. À l'image du concept hybride de la maison (resto, café-bar, rôtisserie, fumoir, cave, épicerie fine), la savoureuse cuisine bistrotière du chef dégage une belle dose de générosité et de convivialité. Bref, du bon, du brut, et du résolument gourmand !

Midi : **L M M J V S D** / 18,50 € / 24 €

Soir : **L M M J V S D** / 7 € / 22 €

 salle + toilettes

12 place du Fournil

44190 Gétigné

Tél. : 02 40 13 25 57

www.brut-getigne.fr





Le Grill de l'Europe

Dans ce resto ripailleuse de Saint-Julien-de-Concelles, la grillade aux sarments de vigne est la reine incontestée de la (grande) table ! Réalisée dans une vaste cheminée, cette cuisson a le don d'en mettre plein la vue aux clients amateurs de barbaque, mais pas que. On savoure également de rustiques et généreuses recettes fort bien mitonnées, ainsi que des spécimens tout droit issus de la Loire (lamproie, anguille, grenouille). Les classiques desserts de brasserie viennent parfaire le tout. Accueil fantastique.

Midi : L M M J V S D / 15,50 € / 17,90 €

Soir : L M M J V S D / 32 €

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 27 €

 salle + toilettes

17 place de l'Europe

44450 Saint-Julien-de-Concelles

Tél. : 02 40 36 53 11 – www.legrilldeurope.com



MAD

Après leur Auberge de la Madeleine à Gétigné, c'est dans une ancienne pizzeria clissonnaise que Gwenn Davoine et Jean-René Pelletier ont ouvert leur deuxième adresse gourmande. Bien ripoliné, le lieu s'est aujourd'hui mué en un bar à vins, tapas et pizzas, où venir manger, picorer ou glouglouter une belle sélection de quilles – locales, mais pas que – en bio ou biodynamie. Ambiance détendue.

Midi : L M M J V S D / 15 €

Soir : L M M J V S D

Carte des plats mini-maxi : 9 € / 20 €

 salle

1 place du Minage

44190 Clisson

www.madclisson.fr

Plan
5

Plan
6



NOUVEAU !



Olio e Burro

Quel meilleur endroit que Clisson, la belle italienne du vignoble nantais, pour tisser des ponts gourmands et sans gluten entre cuisine française et italienne ! Dans leur micro-bistrot, Marta Belli (l'huile) et David Gaudou (le beurre) mitonnent à quatre mains une cuisine très transalpine, parfois francisée, mais toujours délicieusement travaillée. Adorable adresse, produits et vins (biody ou nature) mi-ligériens, mi-italiens. Terrasse à l'ombre d'un bel olivier, qui invite au laisser-aller ensoleillé...

Midi : **L M M J V S D** / 22 € / 35 €

Soir : **L M M J V S D** / 22 € / 35 €

Carte des plats mini-maxi : 16 € / 19 €

 salle + toilettes

24 rue des Rémouleurs
44190 Clisson

Tél. : 02 40 54 23 85

@restaurantolioeburro



La Pierre Percée

En quête d'une halte culinaire sur la route de la Divatte ? Direction la table de La Pierre Percée, au lieu-dit du même nom ! Là-bas, Victor Guillaumet (aux pianos) et Élodie Fontaine (aux goulots) composent une offre semi-gastro entre cuisine française et bien locale (sandre au beurre blanc, porc breton, anguilles), et notes d'Asie bien choisies. De l'autre côté de la route, une jolie prairie de bord de Loire avec aire de jeux saura ravir les plus jeunes convives !

Midi : **L M M J V S D** / 18,90 € / 21 €

Soir : **L M M J V S D** / 25,50 € / 36 €

 salle + toilettes

177 levée de la Divatte
44450 Divatte-sur-Loire
Tél. : 02 40 31 05 20

www.restaurantlachapellebassemmer.fr





POLLEN

Emplacement de choix pour ce cosy et healthy resto du midi face au château de Clisson ! Aux manettes ? Un couple discret mais très engagé pour le bien manger et l'écoresponsabilité. En cuisine, Marc concocte des assiettes exigeantes, aussi savoureuses que colorées, et bien pensées. L'accueil et le service sont aussi courtois que chaleureux grâce au sourire et au professionnalisme de Fanny, qui propose une carte liquide locale, naturelle et éthique. Sublime terrasse au pied de la forteresse. Coin jeux et livres à dispo pour les bambins.

Midi : L M M J V S D / 17 € / 21 €

 **salle + toilettes**

3 place du Minage
44190 Clisson

Tél. : 06 88 03 06 19

www.pollen-clisson.com

Le Restaurant de la Vallée

À l'extérieur comme à l'intérieur, cette bâtisse clissonnaise accolée au pont de la Ville a le don d'en mettre plein la vue. Le pitch ? Trois salles, trois ambiances (la tour, les arcades ou la verrière avec le sublime panorama sur le château de Clisson et la Sèvre Nantaise) ; il faut choisir ! Les assiettes aux accents gastronomiques et voyageurs sont tout aussi délicieuses que le cadre, et mitonnées avec de bons produits du cru. Très belle sélection côté cave. Et un service jeune et souriant.

Midi : L M M J V S D / 30 € / 37 €

Soir : L M M J V S D / 44 € / 52 €

 **salle**

1 rue de la Vallée
44190 Clisson

Tél. : 02 40 54 36 23

www.restaurant-delavallee.com

Plan
9

Plan
10





Tulli

C'est en lieu et place de l'ancien restaurant Les Pendules à l'Heure, à Clisson, que Karim Tulli et Pauline Delaunay ont planté leur bar-restaurant. Dans un décor aux teintes naturelles vert et marron, le chef mixe ses différentes influences (françaises, marocaines, italiennes) pour en tirer des plats équilibrés et savoureux, aux dressages contemporains et travaillés.

Midi : **L M M J V S D** / 23 € / 28 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 35 € / 58 €

 salle + toilettes

3 place des Douves

44190 Clisson

Tél. : 02 51 25 51 07

www.tullirestaurant.fr

Villa Saint-Antoine

En plein cœur de Clisson, cette ancienne filature des bords de Sèvre Nantaise devenue hôtel offre une somptueuse vue sur le château et l'eau, et pas moins de 500 m² de terrasse sublime. Côté fourneaux, c'est le duo de chefs Christophe Vasseur et Jérémie Bourgeois qui officie et imagine une cuisine à la fois originale et consensuelle, au fort ancrage local. Cave bien pensée et service professionnel au joli standing.

Midi : **L M M J V S D** / 20 € / 24 €

Soir : **L M M J V S D**

Carte des plats mini-maxi : 6 € / 27 €

Brunch le dimanche : 39,50 €

 salle + toilettes

8 rue Saint-Antoine

44190 Clisson

Tél. : 02 40 85 46 46

www.hotel-villa-saint-antoine.com



NOUVEAU !

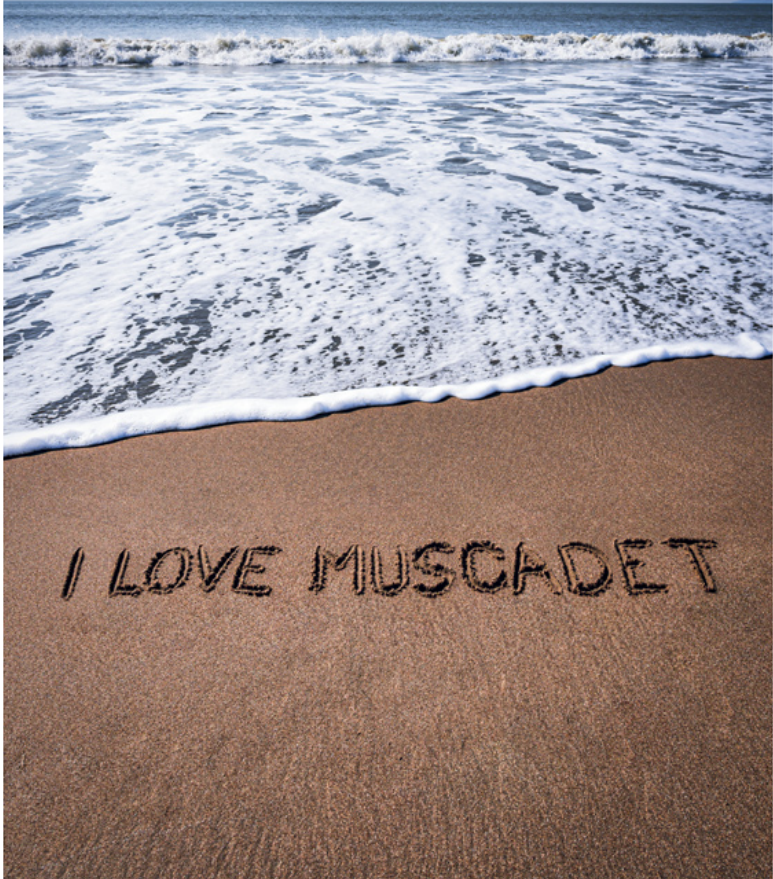


350 VIGNERONS

6 000 HECTARES
de vignes en AOC

Un seul cépage
LE MELON B

4 AOC & 10 dénominations communales



I LOVE MUSCADET

Brunch!

**Avis aux lève-tard
du week-end et
aux adeptes des
repas qui s'éternisent,
pour satisfaire les
becs sucrés ou salés :
les adresses passent
en mode brunch !**

Alaïa Café et Boutique (cf. p. 42)

Brunch le samedi : à la carte, 11 € / 17 €

4 rue de Budapest – 44000 Nantes

Bam Bam Café (cf. p. 21)

Brunch le samedi et le dimanche : 5 € / 12,40 €

25 rue Adolphe-Moitié – 44000 Nantes

Bécassine (cf. p. 89)

Brunch un dimanche par mois : 13,90 € / 31,90 €

49 quai Émile-Cormerais – 44800 Saint-Herblain

Billie's (cf. p. 71)

Brunch le samedi et le dimanche :

à la carte, 18 € / 30 €

25 quai François-Mitterrand – 44200 Nantes

Brasserie Constance (cf. p. 90)

Brunch le dimanche : 65 €

Lieu-dit Villeneuve – 44840 Les Sorinières

Le Café du Musée (cf. p. 10)

Brunch le dimanche : 15 € / 29,50 €

10 rue Georges-Clemenceau

44000 Nantes

Chez les Crèmes (cf. p. 24)

Brunch un dimanche par mois : 26 €

1 rue du Cheval-Blanc – 44000 Nantes

La Cigale (cf. p. 46)

Brunch tous les matins : 34 €

4 place Graslin – 44000 Nantes

Dinette (cf. p. 26)

Brunch le samedi et le dimanche : 26,50 €

12 rue du Château – 44000 Nantes

L'Éphémère (cf. p. 27)

Brunch le dimanche : à la carte,

à partir de 9 €

81 rue du Maréchal-Joffre – 44000 Nantes

Epicureüs (cf. p. 77)

Brunch le dimanche : 25 €

18 avenue Sainte-Anne – 44100 Nantes

L'Esplanade (cf. p. 94)

Brunch le samedi et le dimanche : 27 €

11 quai du Docteur-André-Provost

44640 Le Pellerin

L'Étal des Saveurs (cf. p. 94)

Brunch un samedi par mois : 28 €

3 place de l'Église – 44115 Haute-Goulaine

Gasparelli (cf. p. 62)

Brunch le dimanche : 20 €

80 route de Vannes – 44100 Nantes

Glaz (cf. p. 48)

Brunch le samedi et le dimanche :

23 € / 25 €

10 rue Cacault – 44000 Nantes

Maison Arlot Cheng (cf. p. 83)

Brunch le samedi : tarif à la carte

36 rue La Noue-Bras-de-Fer

44200 Nantes

Oh K-Fée d'Mj (cf. p. 33)

Brunch le dimanche : 26 €

2 rue du Roi-Albert – 44000 Nantes

Painbar (cf. p. 84)

Brunch le samedi : 20 €

5 place de la République – 44200 Nantes

Pilgrim (cf. p. 52)

Brunch le dimanche : 27 €

1 place Graslin – 44000 Nantes

Le Select (cf. p. 38)

Brunch un dimanche par mois : 27 €

14 bis rue du Château – 44000 Nantes

Sugar Blue (cf. p. 55)

Brunch du lundi au vendredi :

tarif à la carte

4 rue de l'Arche-Sèche – 44000 Nantes

La Table du Marquis (cf. p. 102)

Brunch le dimanche : 62 €

Allée de Maubreuil,

Château de Maubreuil – 44470 Carquefou

Les Triplettes (cf. p. 18)

Brunch le samedi et un dimanche par

mois : 24 €

4 bis rue Émile-Masson – 44000 Nantes

Villa Saint-Antoine (cf. p. 110)

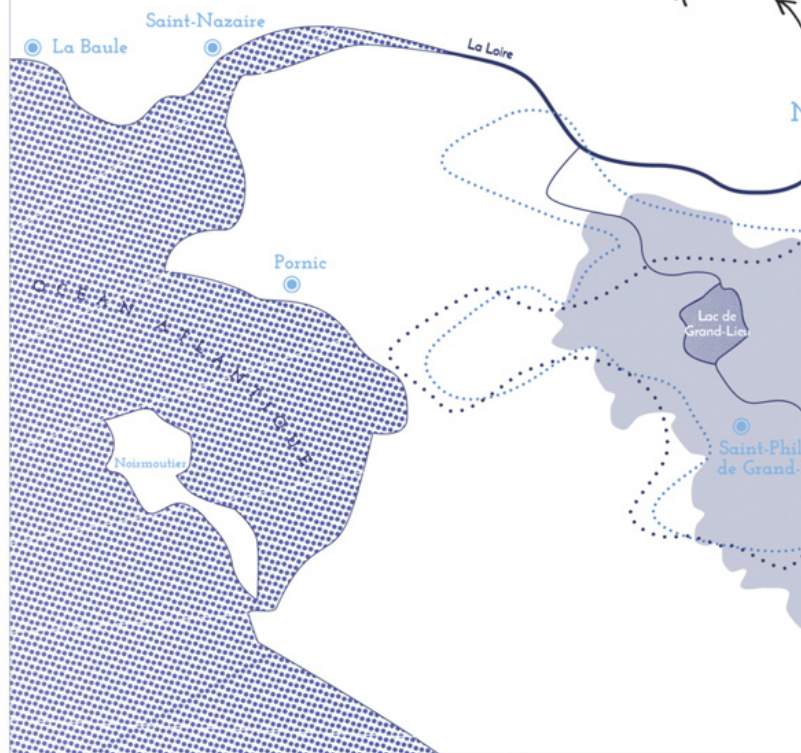
Brunch le dimanche : 39,50 €

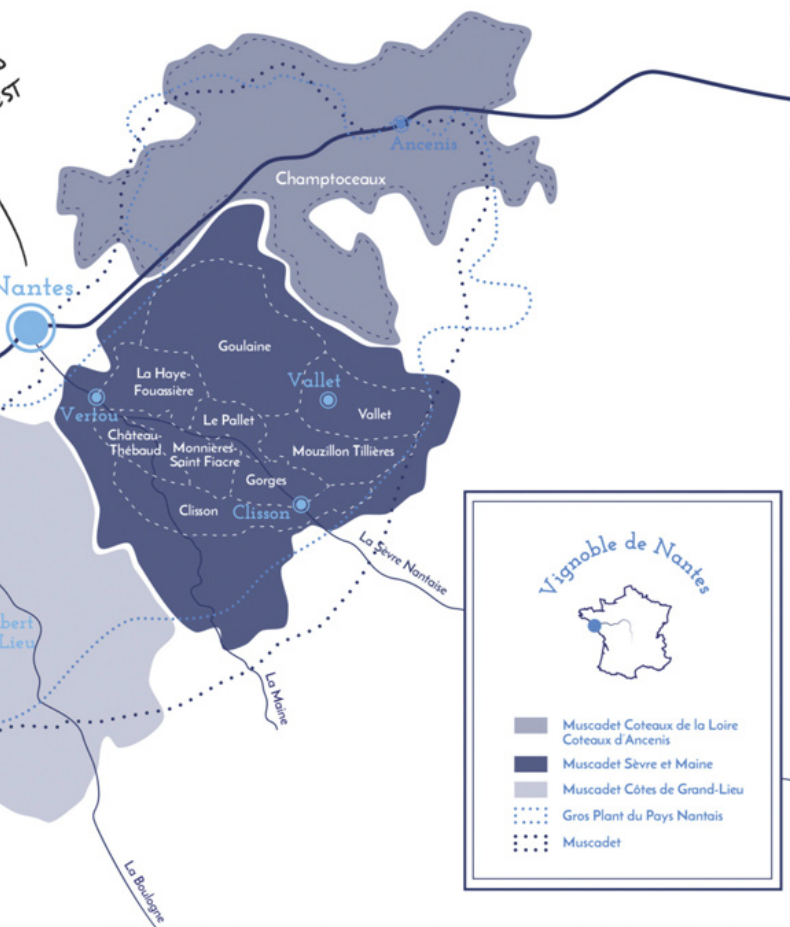
8 rue Saint-Antoine – 44190 Clisson

MUSCADET

VINS DE NANTES

↑ BRETAGNE





Vignoble de Nantes



- Muscadet Coteaux de la Loire
Coteaux d'Ancenis
- Muscadet Sèvre et Maine
- Muscadet Côtes de Grand-Lieu
- Gros Plant du Pays Nantais
- Muscadet

Les caves d'excellence

Des caves d'excellence (prix attribué par Interloire aux caves touristiques pour leur accueil exemplaire après audit d'un cabinet indépendant) ont été sélectionnées selon les critères des professionnels de l'œnotourisme, ainsi que pour leur proximité avec le parcours routier du Voyage dans le Vignoble (moins de 5 km), et la diversité des communes traversées. Vignerons et vigneronnes ouvrent volontiers leurs portes pour faire découvrir l'histoire de leur domaine, leur travail de vinification dans le chai et la variété de leur production lors de séances de dégustation.

Château du Coing

Nom des vignerons : Véronique
et Aurore Günther-Chereau
La Bourchinière
Saint-Fiacre-sur-Maine
Tél. : 02 40 54 02 03 / www.vgc.fr

Vignoble Drouard

Domaine de la Noë

Nom des vignerons : Pascal, Denis,
Laurent et Jean-Paul Drouard,
et leurs enfants Tom et Clément
4 La Noë – Château-Thébaud
Tél. : 02 40 06 50 57
www.vignobledrouard.com

Famille Lieubeau

Nom des vignerons : Chantal et
Pierre Lieubeau, et leurs enfants
François, Vincent et Marie
La Fruitière – Château-Thébaud
Tél. : 02 40 06 54 81 / 06 79 50 63 32
www.lieubeau.com

Domaine de la Chauvinière

Nom du vigneron : Jérémie Huchet
La Chauvinière – Château-Thébaud
Tél. : 02 40 06 51 90 / 07 88 94 24 53
www.jeremie-huchet-vigneron.fr

Domaine Ménard-Gaborit

Nom des vignerons :
Thierry et François Ménard
30 La Minière – Monnières
Tél. : 02 40 54 61 06 / 06 38 68 08 50
www.domainemenardgaborit.com

Château de la Cassemichère

Nom du vigneron :
Philippe Ganichaud
La Cassemichère
La Chapelle-Heulin
Tél. : 02 40 06 74 07
www.chateaucassemichere.fr

Domaine Joël et Florence Forgeau

Nom des vignerons :
Joël et Florence Forgeau
222 rue des Caves
La Rouaudière – Mouzillon
Tél. : 02 40 33 95 37
www.muscadet-forgeau.com

Maison Sauvion

Château du Cléray

Nom du vigneron :
Pierre-Jean Sauvion
Le Cléray – Vallet
Tél. : 02 40 36 66 00 / 06 21 67 90 63
www.sauvion.fr

Château de la Ragotière

Les Frères Couillaud

Nom des vignerons : Vincent
et Amélie Dugué-Couillaud
La Grande Ragotière
La Regrippière
Tél. : 02 40 33 60 56
www.freres-couillaud.com

Domaine Bonnet-Huteau

Nom des vignerons : Jean-Jacques
Bonnet et Vincent Pineau
La Levraudière
La Chapelle-Heulin
Tél. : 02 40 06 73 87
www.bonnet-huteau.com

Domaine Raphaël Luneau

R de la Grange

Nom du vigneron : Raphaël Luneau
1 La Grange – Le Landreau
Tél. : 02 40 06 45 65
www.domainraphaelluneau.fr



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA
SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Bars à vins et caves à manger

Petite sélection non exhaustive de nos adresses préférées !

Bibou

4 quai Hoche, Nantes
Tél. : 02 28 49 11 56

Bras de Fer

20 boulevard de la Prairie-au-Duc, Nantes
Tél. : 02 72 01 66 30

Le Brocéliande

40 rue Préfet-Bonnefoy, Nantes
Tél. : 02 40 74 25 51

Cave Granit

29 grande rue de la Trinité, Clisson
Tél. : 09 75 50 17 81

Chez B.B.

10 boulevard de la Prairie-au-Duc, Nantes
Tél. : 02 28 44 52 83

Le Décalé

229 route de Vannes, Saint-Herblain
Tél. : 02 40 94 35 35

L'Enquiquilleur

144 rue Général-Buat, Nantes
Tél. : 09 87 01 33 00

Le Jéroboam Côté Jardin

6 rue Lamoricière, Nantes
Tél. : 02 40 69 31 09

Kessecet

40 quai de Malakoff, Nantes
T. 02 40 47 75 39

Little Atlantique Brewery

23 boulevard de Chantenay, Nantes
Tél. : 02 40 55 76 88

Le Mirza

5 rue Chateaubriand, Nantes

La Muscadetterie

2 rue du Marché-Commun, Nantes
Tél. : 06 66 03 69 00

NOUVEAU !

Muscadothèque

61 quai de la Fosse, Nantes
Tél. : 02 59 16 31 00

NOUVEAU !

Vin te Faire Boire

83 route de Sainte-Luce, Nantes
Tél. : 06 22 23 47 16



À vos paniers !

Fruits et légumes, viandes, laitages, produits de la mer et d'eau douce, miels, plantes et fleurs... la région nantaise fourmille de producteurs de qualité. D'ailleurs, les Pays de la Loire restent au premier rang national pour les signes officiels de qualité (AOC et Labels Rouges), et la Loire-Atlantique occupe toujours la première marche du podium pour l'agriculture biologique. Retrouvez-les sur les marchés et prenez plaisir à cuisiner leurs produits frais, locaux et de saison !

Les principaux marchés

(Nantes centre / Nantes Métropole / Vignoble)

MARDI

Marché de Talensac
Marché des Américains
Marché Jean-Macé
 (boulevard de la Liberté)
Marché du soir Paysan de l'île
 (Solilab)
Marché du soir, Champ de Mars
 (rue Émile-Masson)
Marché du soir de la Bourgeoynière
 (avenue d'Assise)
 —
Rezé – quartier Château
 (place du Pays-de-Retz)
Saint-Herblain – Bellevue
 (place Denis-Forestier)
Saint-Sébastien-sur-Loire
 (place Cambronne)
Sautron, marché du soir
 (halle de la Linière)
 —
Clisson (sous les Halles)
Haute-Goulaine
 (espace de la Treille)

MERCREDI

Marché de Talensac
Marché bio (place de la Bourse)
Marché des Châtelets
 (place Esnault-des-Châtelets, Pirmil)
Marché Toutes-Aides
 (place Victor-Basch)
Bottière-Chénaie, marché du soir
 (place Jacques-Yves-Cousteau)
Marché du soir du Wattignies
 (boulevard des Martyrs)
Marché du Ralliement
 (place du Ralliement)
Marché des Arts
 (boulevard de la Prairie-au-Duc)
 —
Basse-Goulaine (halle du Grignon)
Indre, marché du soir
 (place Jean-Bordais)
La Montagne
 (place Similien-Guérin)
Saint-Herblain – Crémetterie
 (rue de la Branchoire)
Thouaré-sur-Loire (rue de Mauves)
 —
La Haye-Fouassière (place Pirmil)
Gétigné (place Sainte-Radegonde)
Vieilleigne (place de Verdun)
Aigrefeuille-sur-Maine
 (avenue de la Vendée)

JEUDI

Marché de Talensac
Marché Butte Sainte-Anne
 (place des Garennes)
Marché Malakoff Pré-Gauchet
 (place Rosa-Parks)
Marché de Zola (place Émile-Zola)
Marché du pont du Cens
 (place du Bout-des-Pavés, Orvault)
Marché du soir de la Caserne
 (place du 51^e Régiment-d'Artillerie)
Marché des Arts
 (boulevard de la Prairie-au-Duc)
 —
Bouaye (place du Marché)
Bouguenais – Les Couëts
 (place de la Chapelle)
Carquefou (place Mellay)
Couëron – Bourg
 (place Charles-de-Gaulle)
Le Loroux-Bottereau, marché du soir (place Saint-Jean)
Rezé, marché du soir
 (quartier Ragon)
Saint-Jean-de-Boiseau, marché des producteurs
Les Sorinières (place de l'Église)
Vertou (cale de Beautour)

VENDREDI

Marché de Talensac
Marché de la Marrière
 (rue de la Marrière)
Marché de Canclaux
 (place Canclaux)
Marché des Arts
 (boulevard de la Prairie-au-Duc)
Marché de Susan
 (quartier Prairie-au-Duc, allée Susan-Brownell-Anthony)
 —
Bouguenais – Bourg
 (place de l'Église)
La Chapelle-sur-Erdre
 (place de l'Église)
Orvault – Petit Chantilly, marché du soir (rue de Kindia)
Rezé – Pont-Rousseau
 (place du 8-Mai-1945)
Saint Herblain – Bellevue
 (place Denis-Forestier)
Saint-Herblain – Bourg
 (place de l'Abbé-Chérel)
Saint-Herblain, marché bio
 (place de Preux)
Saint-Sébastien-sur-Loire
 (place des Libertés)

Clisson (rue des Halles et place Saint-Jacques)
Brains, marché du soir
 (place des Clos-Mâts)
La Chapelle-Heulin, marché du soir
 (allée des Caudalies)
Orvault (place de la Poste)

SAMEDI

Marché de Talensac
Marché de la Petite Hollande
Marché des Dervallières
Marché de Saint-Joseph-de-Porterie
 (place des Tonneliers)
Marché des Arts
 (boulevard de la Prairie-au-Duc)
 —
Couëron
 (place des Cités, La Chabossière)
Le Pellerin (sous les halles)
Rezé – Trentemoult, marché bio
 (rue du Général-Leclerc)
Saint-Léger-des-Vignes
 (place de l'Église)
Sainte-Luce-sur-Loire
 (place du Général-de-Gaulle)
Saint-Julien-de-Concelles
 (place Totton)
Vertou (place du Marché)
Vieilleigne (place de Verdun)
Gorges (place Maurice-Renoul)

DIMANCHE

Marché de Talensac
Marché Malakoff (place Rosa-Parks)
Marché de Doulon
 (place du Vieux-Doulon)
Marché des Arts
 (boulevard de la Prairie-au-Duc)
 —
Bouaye (place du Bois-Jacques)
La Chapelle-sur-Erdre
 (place de l'Église)
Indre (place Jean-Bordais)
Le Loroux-Bottereau
 (place Saint-Jean)
Orvault – Bourg (place de l'Église)
Rezé – quartier Ragon (rue du Vivier)
Sautron (halle de la Linière)
Vertou (place du Marché)
 —
Oudon (place du Havre)
Vallet (place Charles-de-Gaulle)
Basse-Indre (place Jean-Bordais)



Les Tables de Nantes, la marque de la promotion culinaire

Pour répondre aux objectifs de valorisation du savoir-faire agricole et culinaire de nos régions et contribuer ainsi au développement des caractéristiques d'une gastronomie « à la nantaise », Le Voyage à Nantes met en place un ensemble d'opérations et d'événements.

L'élément-clé de cette démarche est le produit frais et local, travaillé avec toute la créativité de nos chefs, qui mêlent influences et techniques du monde entier pour aboutir à des propositions inédites et savoureuses. Le Voyage à Nantes développe de nombreuses actions autour de l'alimentation et de la production agricole du territoire, en lien direct avec les questions fondamentales du bien-vivre, de la consommation responsable, de la santé des générations futures, et ainsi du développement durable.

La cuisine à Nantes, ouverture, métissage et créativité au service du produit

Notre cuisine se caractérise par un esprit singulier lié à son histoire, sa situation géographique et les personnages qui l'ont nourrie. Cet esprit est celui de l'ouverture, du métissage, de la curiosité, du voyage... Sans doute parce que Nantes est au carrefour de la mer et de la terre, du sucré et du salé, du végétal et de l'animal, entre Bretagne, Vendée et Loire. Et puis aussi parce que Nantes, par sa tradition portuaire, s'est enrichie des saveurs du monde ramenées au fil des siècles. Surtout, la cuisine à Nantes est au service du produit, car il y est ici abondant, tant par sa variété que sa qualité. Plus que dans de nombreuses autres régions, le pays nantais bénéficie d'un très large réseau de producteurs, maraîchers, pêcheurs, éleveurs, affineurs... et vigneron de grande qualité.

Index

- 1 (Le) p. 68
 1201 (Le) p. 88
 À Boire et à Manger p. 68
 À Table Naturellement p. 69
 Abélia (L) p. 20
 Agave (L) p. 20
 Alaia Café et Boutique p. 42
 Aléa (L) p. 58
 Ambroisie (L) p. 105
 Amour des Mets (L) p. 88
 Aristide p. 42
 Art N Blum p. 21
 Atlantide 1874 – Maison Guého (L) p. 69
 Au Petit Raphaël p. 58
 Auberge de la Madeleine p. 105
 Auberge du Port Domino p. 106
 Bairoz p. 8
 Balhazar p. 43
 Bam Barn Café p. 21
 BAO DAO Taiwan Food p. 43
 Bar'ile p. 70
 Battos p. 59
 Bécassine p. 89
 Beckett's p. 44
 Belle de Jour p. 22
 Bibou p. 70
 Billie's p. 71
 Bistrot de la Comédie p. 71
 Bistrot Delorme p. 44
 Bistrot LAB (Le) p. 72
 Bistrot Les Petits Pavés p. 59
 Bonbourg p. 60
 Boncoeur p. 72
 Bouchon (Le) p. 22
 Bouquet Garni (Le) p. 89
 Bouteilles (Les) p. 60
 Brasserie Constance p. 90
 Brasserie Félix p. 8
 Brocéliande (Le) p. 23
 Broussaille p. 73
 BRUT p. 106
 Cadets (Les) p. 61
 Café de l'Orangerie p. 9
 Café des Expos (Le) p. 9
 Café du Musée (Le) p. 10
 Café du Port p. 10
 Café du Solilab p. 73
 Calma p. 74
 Cancans (Les) p. 45
 Canclaux (Le) p. 45
 Cantine d'Albert (La) p. 91
 Cara p. 91
 Caudalies (Les) p. 92
 Cave de l'Inattendu (La) p. 92
 Chacha p. 23
 Chamaille p. 74
 Chants d'Avril (Les) p. 10
 Chez B.B. p. 75
 Chez les Crèmes p. 24
 Chop Chop p. 24
 Cigale (La) p. 46
 Citrus p. 75
 Civelle (La) p. 76
 Clapton Café et Ateliers p. 46
 Clin d'Œil (Le) p. 11
 Club Colette p. 11
 Coin des Crêpes (Le) p. 25
 Coraly (Le) p. 76
 Crêperie Heb Ken p. 47
 Crêperie le Loup, le Renard et la Galette p. 25
 Crêperie le Milan et le Rossignol p. 47
 Dakoo p. 48
 Dinette p. 26
 Du Coq à l'Âne p. 93
 Dubrown p. 26
 Edo p. 77
 Elma p. 61
 Emporietto p. 27
 Envol (L) p. 93
 Éphémère (L) p. 27
 Epicureus p. 77
 Esplanade (L) p. 94
 Étal des Saveurs (L) p. 94
 Éthiquète (L) p. 28
 Ezope p. 28
 Fair-e p. 78
 Ferveur p. 95
 Filles de la Côte (Les) p. 29
 François 2 (Le) p. 95
 Frangines (Les) p. 78
 Freia p. 12
 Gasparelli p. 62
 Glaz p. 48
 Glouton p. 96
 Graziella p. 29
 Grill de l'Europe (Le) p. 107
 Guindaille p. 12
 Gwaïen p. 62
 Ichi Zen p. 13
 Ichi-go Ichi-e p. 13
 Ikimasho p. 14
 Imaginarium (L) p. 79
 Instant (L) p. 49
 Instinct Gourmand (L) p. 30
 Jaleo p. 79
 Jano p. 96
 Kenji et Louise p. 30
 Kombu p. 63
 Lamacotte p. 31
 Lapins de la Butte (Les) p. 80
 Laurier Fleuri (Le) p. 97
 Limoune p. 80
 Lion et l'Agneau (Le) p. 14
 Little Atlantique Brewery p. 81
 LuluRouget p. 81
 M. Strogoff p. 31
 Ma Sœur et Moi p. 82
 MAD p. 107
 Magnum p. 82
 Maïoann p. 97
 Maison Arlot Cheng p. 83
 Mandale (La) p. 63
 Mangouste (La) p. 15
 Manoir de la Régate (Le) p. 98
 Manoir de Procé (Le) p. 83
 Melon p. 49
 Meraki p. 64
 Mijoté p. 15
 Mirza (Le) p. 32
 Morfal p. 50
 Mugen Ramen p. 32
 Myrtil p. 16
 OBBO p. 50
 Océanide (L) p. 33
 Oh K-fée d'Mj p. 33
 OHMYFISH p. 34
 Olio e Burro p. 108
 Omija p. 16
 Orée du Bois (L) p. 98
 P'tite Pomme p. 17
 Painbar p. 84
 Panier d'Or p. 34
 Parallèle (Le) p. 35
 Pasta (La) p. 35
 Pavé dans la Vigne (Un) p. 64
 Pavillon (Le) p. 99
 Paws p. 84
 Personnes p. 17
 Petit Boucot (Le) p. 51
 Petit Nakama (Le) p. 85
 Petites Cagettes (Les) p. 65
 Pickles p. 36
 Pierre Percée (La) p. 108
 Pilgrim p. 51
 Pizzeria Agapè p. 52
 Place aux Vins p. 99
 POLLEN p. 109
 Ramen Ya p. 52
 Reflet (Le) p. 36
 Restaurant BON p. 100
 Restaurant de la Vallée (Le) p. 109
 Restaurant du Pont (Le) p. 100
 Restaurant ICI p. 37
 Restaurant Polaris p. 101
 Restaurant Vatel p. 85
 Romarin (Le) p. 101
 Roza p. 53
 Sain p. 37
 Select (Le) p. 38
 Sémaphore (Le) p. 65
 Sépia p. 53
 Song Saveurs et Sens p. 54
 Sugar Blue p. 54
 Table du Marquis (La) p. 102
 Tartines et Bouchons p. 66
 Thelma p. 55
 Ti Lichous p. 86
 Tokki p. 38
 Tori Ya p. 39
 Triplettes (Les) p. 18
 Tulli p. 110
 Uchronie (L) p. 102
 Villa Mon Rêve p. 103
 Villa Saint-Antoine p. 110
 Vincenzo p. 39
 Voyage Voyage p. 40

MUSCADET

VINS DE NANTES

Les Vins de Nantes :

Les Vins de Nantes regroupent près de 350 vignerons sur trois AOC : muscadet, gros-plant-du-pays-nantais et coteaux-d'ancenis, couvrant 6 500 hectares de vigne sur trois territoires (Loire-Atlantique, Nord-Vendée et Ouest-Anjou). Le vignoble produit également d'excellents vins gourmands en trois couleurs en IGP Val de Loire et des bulles de qualité.



Le Voyage à Nantes c'est...

Le Château des ducs de Bretagne
Estuaire Nantes < > Saint-Nazaire
Les Machines de l'île
Le Mémorial de l'abolition de l'esclavage
Le Parc des chantiers / La HAB Galerie
Le Voyage dans le Vignoble
Les Tables de Nantes
Traversée bretonne
Le Voyage à Nantes événement estival
Le Voyage en hiver
Accueil des visiteurs, rue des États

Le Voyage à Nantes est une société publique locale en charge de la gestion de site par délégations de service public et la mise en œuvre de la politique touristique à l'échelle de la métropole par le développement de projets. Son actionnariat rassemble Nantes Métropole, la Ville de Nantes, la Région des Pays de la Loire, le Département de Loire-Atlantique, la Ville de Saint-Nazaire, la Communauté d'agglomération Clisson, Sèvre et Maine, et les Communautés de communes Estuaire et Sillon et Sud Estuaire. De nombreuses entreprises locales et grandes entreprises présentes sur le territoire s'impliquent dans le projet et prennent part à la dynamique du Voyage à Nantes.

Le Guide Les Tables de Nantes est édité par la société publique locale Le Voyage à Nantes, titulaire de la délégation de service public tourisme confiée par Nantes Métropole.

SPL Le Voyage à Nantes

Siège social : 1-3 rue Crucy — BP 44022 Nantes Cedex

0 892 464 044

Service 0,35 € / min
+ prix appel

Siret 482 414 216 00044 RCS Nantes — NAF 9103Z

Textes : Pauline Limouzin, Richard Baussay — Photos : DR, non contractuelles, fournies par les restaurateurs dans le cadre de l'appel à candidatures ou par Le Voyage à Nantes, sauf : couverture, 4^e de couverture, p. 6, p. 18, p. 40, p. 55, p. 66, p. 86, p. 103 (© Frédéric Stucin) ; 2^e de couverture (© Julien Mignot) ; p. 2 et 3 (© Christophe Bornet by Kristo) ; p. 56 (© André Bourriquen — Clack) ; p. 112, p. 118, p. 122 (© Chama Chereau) ; p. 116 (© David Gallard), p. 120 (© Guillaume Blot). Maquette : Anima / LVAN



IMPRIMERIE EDICOLOR — BAIN-DE-BRETAGNE / NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

**124 pages
de bonnes adresses,
186 restaurants sélectionnés,
dont 40 adresses Vit'fait bien fait !,
30 nouveautés,
14 adresses de bars à vins.
Sans oublier des infos
sur les marchés et le muscadet.**

Retrouvez des services complémentaires
et des actus toute l'année sur :

www.lestabledenantes.fr

Inscrivez-vous à la newsletter des Tables de Nantes
pour connaître toute l'actu culinaire
de la région et d'ailleurs !



Suivez-nous sur Instagram :
[@lestabledenantes.officiel](https://www.instagram.com/lestabledenantes.officiel)