

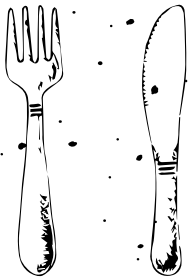


MENU d'automne

Le fait maison ? Notre religion !

Re-découvrez la richesse de notre terroir avec la cuisine gourmande, généreuse et toujours de saison de
• notre chef Marco. •

Prenez place, commandez et dégustez LOCAL !



Le LOCAL, c'est aussi une cuisine à emporter, une salle de réunion à louer, et la possibilité de privatiser le lieu pour vos événements privés ou corporatifs !



8 rue Benjamin Franklin
82000 Montauban

lelocalmontauban.com

• 05 63 66 29 55
futuretco1@orange.fr



Menu du midi

LES FORMULES

Locavore

Entrée du jour
Plat du jour
Dessert du jour
Café offert

18,95 €

Moinau

Entrée du jour
Plat du jour

ou

Plat du jour
Dessert du jour

15,95 €

Du jour



ENTRÉE 5,50€
PLAT 12,00€
DESSERT 5,50€

Voir ardoise

Le mercredi, l'entrée et le plat du jour sont végés
Sur la carte, quand c'est souligné en vert : c'est végété !
Et le vendredi, c'est poisson !

Enfant



Mini burger maison
Frites maison
Boule de glace
Sirop à l'eau*

12,00 €

*Nos sirops : Pêche, citron, menthe,
grenadine, fraise, violette, pamplemousse

Carte du midi

Entrées

ENTRÉE DU JOUR 5,50€
Voir ardoise

Avec les bons oeufs du GAEC de la
Terre à l'Assiette :

OEUF MOLLET 4,50€

À la crème de champignons

OEUF MAYO DE MÉMÉ 4,50€

Avec mayo by Marco

Du moment
Voir ardoise

SALADE AUTOMNALE 15,00€

PÂTES LOCALES 16,00€

Ferme bio artisanale de la Pendule

VIANDE € SELON ARRIVAGE

De Chez Théo

SALADE DE CHÈVRE CHAUD 14,50€

Salade composée, œuf, toast de chèvre, poitrine snackée, le
tout parsemé de miel

LE CROQ' COPPA 13,50€

Pain de mie toasté de chez Bessou, coppa grillée, béchamel,
noisettes et herbes fraîches, fromage raclette de la ferme du
Ramier frites et salade

LE CROQ' À CHEVAL VÉGÉ 12,50€

Pain de mie toasté de chez Bessou garni d'une béchamel aux
herbes, fromage raclette de la ferme du Ramier, œuf au plat,
accompagné de frites et salade

PÂTES FRAICHES AUX GAMBAS 17,50€

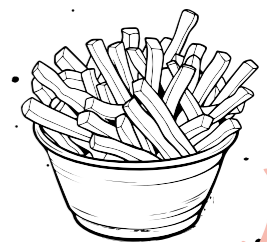
Tagliatelles, gambas, persillade, crème fraîche, vin blanc

CONFIT DE CANARD 18,00€

Confit de la ferme de la Pendule, frites et salade

MAGRET ≈ 350g 20,00€

Viande de la ferme de la Pendule, sauce au poivre, frites et
salade



Nos frites
aussi sont
maison et
faites avec les
bonnes patates
bio d'Anselme !



Burgers

servis avec frites maison
et salade composée

BURGER COIN COIN 18,50€

Pain de chez Lucien, steak de chez Théo,
magret fumé, salade, fromage raclette de la
ferme du Ramier, pickels, chou rouge et sauce
aux champignons

BURGER VÉGÉ 18,50€

Pain de chez Lucien, galette de pommes de
terre et riz, œuf dur, persillade, fromage
raclette de la ferme du Ramier

Boissons



EXPRESSO.....	1,50€
DOUBLE EXPRESSO.....	2,70€
CAFÉ ALLONGÉ.....	1,70€
CAFÉ CRÈME.....	3,70€
CAFÉ AU LAIT.....	2,00€
CAFÉ NOISETTE.....	1,70€
CAPPUCCINO.....	4,00€

THÉ / INFUSION HAMOUR 3,00€

CHOCOLAT CHAUD..... 3,80€

EAU PÉTILLANTE DES ABATILLES (0,50L) 2,50€

EAU PÉTILLANTE DES ABATILLES (1L) 5,00€

JUS DE FRUITS

Poire, La vie en fruits (Albefeuille)..... 3,00€

Pomme, La vie en fruits (Albefeuille)..... 3,00€

Pomme framboise, Domaine Laffitte (Mirabel)..... 4,00€

Raisin muscat, Domaine Laffitte (Mirabel)..... 4,00€

SODAS 3,50€

Produits dans le Tarn par la brasserie OXIT

- Pétillette (limonade artisanale) nature
- Pétillette (limonade artisanale) citron vert
- Thé Bapla (thé glacé à la pêche)
- Bapla cola
- Bapla tonic

KOMBUCHA..... 3,00€

Boisson fermentée légèrement acidulée produite par l'Institut ALFA. En vente en 2,5 et 5L à l'épicerie !

SIROP ARTISANAL 3,00€

Sirops Yildun récoltés à la main romarin ou prunelle. En vente à l'épicerie !

SIROP À L'EAU* 2,00€

DIABOLO* SERVI AVEC PÉTILLETTE..... 3,70€

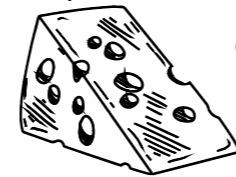
*Sirops classiques : Pêche, citron, menthe, grenadine, fraise, violette, pamplemousse



Gourmandises

Fromages

ASSIETTE DE FROMAGES LOCAUX



7,50 €

CAFÉ GOURMAND
7,50€

THÉ GOURMAND
8,50€



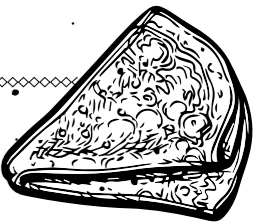
MOUSSE AU CHOCOLAT.....	4,50€
CRÈME BRÛLÉE SPÉCULOOS ET RHUM DON JOHN.....	5,00€
PAVLOVA AUX AGRUMES ET FRUITS EXOTIQUES.....	5,50€
TARTE TATIN.....	5,50€

Crêpes et gaufres

Les gaufres sont servies uniquement mercredi et samedi !

Nature, chantilly, caramel ou chocolat 4,00€

Pâte à tartiner de Chez Castaneas 4,50€



Glaces



Benoît de la Lune fabrique ses glaces en sélectionnant les meilleurs fruits d'Aquitaine. Sans arôme artificiel, colorant, ni conservateurs ! Un délice !

CRÈMES GLACÉES

- Chocolat au lait
- Chocolat intense
- Macaron pistache
- Noisette
- Spéculoos
- Vanille

SORBETS

- Mirabelle
- Orange
- Ananas
- Citron
- Fraise

1 BOULE 2,95€

2 BOULES 3,95€

3 BOULES 4,95€

COUPE GLACÉE 4 BOULES 5,50€

Alcools

Forêts

Aussi dispo en vente à l'épicerie !

QUERCY DES ÎLES	5,00€
<i>Assemblage artisanal à Montaigu-de-Quercy de : Chasselas doré du Quercy, rhum Martiniquais, vanille de Tahiti et piment d'Espelette</i>	
WHISKY ANDRÉ.....	6,00€
+ Bapla Cola.....	8,00€
WHISKY GOUGOULIN.....	8,00€
BAS ARMAGNAC V.S.O.P. VEUVE GOUDOULIN	6,00€
RHUM DON JOHN, Spiced natural, Spicy, IPA ou Fire.....	6,00€
<i>Depuis 2018, la maison Manapany assemble à Montech du rhum blanc distillé à Marie-Galante</i>	
LIQUEURS ARTISANALES COQ Ô RICO, menthe ou citron.....	4,00€
GIN GEORGETTE	6,00€
+ Tonic Archibald	7,50€
VODKA SIMONE	6,00€
+ Tonic Archibald	7,50€

Bières artisanales locales

BRASSERIE IRON	33cL
<i>David propose des brassins originaux où le houblon s'agrémenté d'épices, de fleurs ou encore de fruits !</i>	
SESSION CITRA IPA 5,5%.....	3,50€
WHEAT ALE CITRON VERT GINGEMBRE 5%.....	4,00€
NEIPA CITRA ET AZACCA 6%.....	4,50€
GOSE PANNA COTTA ET FRUITS ROUGES 10%.....	4,50€
GOSE ABRICOT LAURIER 6%.....	4,50€

BRASSERIE OXIT	25cL	50cL
<i>Depuis 2006, Emilie et Damien brassent au coeur du Tarn des bières à double fermentation</i>		
BLONDE, AMBRÉE.....	3,00€	5,50€
IPA	3,50€	6,00€
MONACO, DEMI SIROP OU PANACHÉ	3,50€	6,50€
GALOPIN (12,5cL).....		1,70€



Vins



BOURGOGNE - HAUTES CÔTES DE NUITS - 12,5%	6,00€ .. 26,00€
<i>Domaine Manuel Olivier, Fruité et épicé, bouche charpentée - Vieilles vignes</i>	
CAHORS - CLOS DE GAMOT - GAMOTIN - 14%	5,00€ .. 21,00€
<i>Famille Jouffreau, Fruits noirs, frais, tanins fins et long en bouche</i>	
COTEAUX DU QUERCY - MÉLOÏSE - 12,5%	5,00€ .. 23,00€
<i>BIO - Domaine de Revel, Fruits noirs, cacao, cassis et cerises</i>	
COTEAUX ET TERRASSES DE MONTAUBAN - ALINE - 13% ...	5,00€ .. 22,00€
<i>Domaine de Montels, Longueur en bouche et complexité aromatique fine</i>	
CÔTES CATALANES - CARIGNAN NOIR - 14%	5,00€ .. 22,00€
<i>Mas de Lavail, Vieilles vignes, fruits rouges, épices, côté végétal, frais</i>	
CÔTES-DU-RHÔNE - PÉTRICHOR - 14%	5,00€ .. 21,00€
<i>BIO - Gabriel Monier, Notes de fruits rouges, épices douces, toasté</i>	
LANGUEDOC ROUSSILON - CHEMIN DE MOSCOU - 14%	7,00€ .. 35,00€
<i>BIO - Domaine Gayda, Fruits noirs, poivre, cannelle, bouche minérale</i>	
PIC SAINT LOUP - ESPÉRANCE - 14%	5,00€ .. 25,00€
<i>Château de Valflaunès, Fruits mûrs, notes vanillées et poivrées</i>	
PIC SAINT LOUP - T'EM T'EM - 14%	7,00€ .. 35,00€
<i>Château de Valflaunès, Riche et puissant, long élevage en fût de chêne</i>	
SAINT ÉMILION - CHEVAL NOIR - 13%	6,00€ .. 33,00€
<i>Maison Mälher-Besse, Riche en fruits rouges équilibré et finement boisé</i>	
VIN NATUREL LOCAL - RÉGA - 13,5%	5,00€ .. 25,00€
<i>Jean-Marc Vilboux, Vin de caractère savoureux et rafraîchissant</i>	

BOURGOGNE ALIGOTÉ - VIEILLES VIGNES - SEC - 12,5% ...	6,00€ .. 28,00€
<i>Domaine Manuel Olivier, Minéral, Arômes de pêche et d'abricot</i>	
CÔTEAUX DU QUERCY - GRAIN REBEL - SEC - 12%	5,00€ .. 19,00€
<i>BIO - Domaine de Revel, Fruité aux arômes d'agrumes</i>	
CÔTEAUX DU QUERCY - SOLARIS - DOUX - 12,5%	5,00€ .. 24,00€
<i>BIO - Domaine de Revel, Boisé délicat, ample et citronné : très frais</i>	

CÔTEAUX DU QUERCY - GRAIN REBEL - SEC - 12%	4,00€ .. 19,00€
<i>BIO - Domaine de Revel, Arômes agrumes et fruits rouges, floral et mentholé</i>	
CÔTES DE PROVENCE - COSTE BRULADE - 13%	5,00€ .. 22,00€
<i>Terra Provincia, Notes de fruits à chair blanche</i>	

Champagne

BRUT - CUVÉE POPYLLON - 12%	8,00€ .. 38,00€
<i>Denis Salomon - Pinot noir et Meunier</i>	

Les jeudis soirs

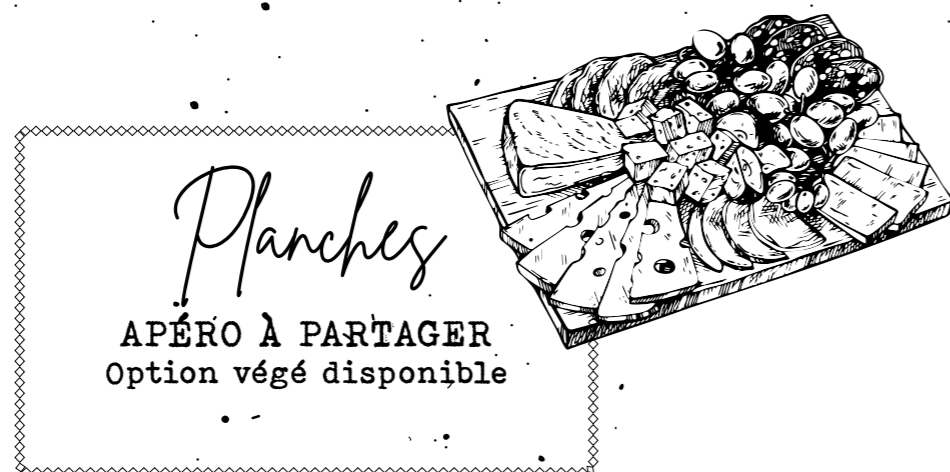
Soirées afterwork

DE 18H À 21H TOUS LES JEUDIS DE NOVEMBRE ET DÉCEMBRE 2023

Les vendredis soirs

Soirées concert

DE 18H À 00H TOUS LES VENDREDIS DE L'ANNEE
VOIR LA PROGRAMMATION : CERTAINS VENDREDIS SONT ÉGALEMENT SANS MUSIQUE
LE MENU CHANGE TOUS LES VENDREDIS !
DEMANDEZ-NOUS OU REGARDEZ LA PROGRAMMATION EN LIGNE.



Retrouvez les afterwork, les concerts, les ateliers et les dernières nouvelles du LOCAL !
Pensez à consulter notre programmation pour en profiter.

lelocalmontauban.com



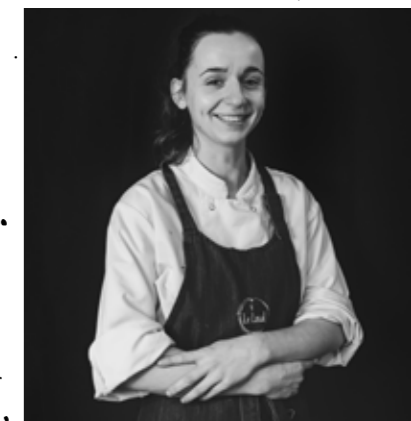
En cuisine



MARCO - Chef d'équipe
qui sublime toutes les
richesses du terroir



Les apprentis : JONAS
passionné et AMANDEEP
assoiffé d'apprendre



LUCIE - Seconde de
cuisine et décoratrice
de vos assiettes

Partenaires particuliers

Le LOCAL a pour vocation de fédérer des acteurs locaux afin de créer des synergies sociales et commerciales. Nous sommes très attentifs quant à leur sélection! Ils doivent partager nos valeurs fondatrices de transparence, d'exigence et de bienveillance.

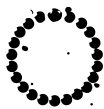
- Benoît de la Lune, Glacés artisanales - Villeneuve sur Lot (Lot-et-Garonne)
- Boucherie du 17, dit "Chez Théo" Montauban (Tarn-et-Garonne)
- Boulangerie Bessou, Saint-Etienne-de-Tulmont (Tarn-et-Garonne)
- Boulangerie Chez Lucien, Pain à burgers - Saint-Nauphary (Tarn-et-Garonne)
- Brasserie Iron, Montauban (Tarn-et-Garonne)
- Brasserie Oxit, Bières artisanales et softs - Beauvais sur Tescou (Tarn-et-Garonne)
- Champignons Garonnais, Dieupentale (Tarn-et-Garonne)
- Cabri'Ange, Fromagerie crémère - Montauban (Tarn-et-Garonne)
- Castaneas, Noisettes et noix - Albias (Tarn-et-Garonne)
- Domaine de Montels, Vins Coteaux et Terrasses de Montauban - Albias (Tarn-et-Garonne)
- Domaine de Revel, Vins et jus - Vaissac (Tarn-et-Garonne)
- Domaine Laffitte, Jus de fruits - Albefeuille-Large (Tarn-et-Garonne)
- Ferme de la Pendule, dit "Chez Rémi" - Pâtes et farines - La Salvetat-Belmontet (Tarn-et-Garonne)
- Ferme du Ramier, Fromages - Montauban (Tarn-et-Garonne)
- GAEC de la Terre à l'assiette, Oeufs - Tréjouis (Tarn-et-Garonne)
- Institut Alpha, Kombucha - Bellefont la Rauze (Lot)
- Jardins de la Prade, dit chez "Anselme", Maraîcher bio - Lacourt-Saint-Pierre (Tarn-et-Garonne)
- Jean-Marc Vilboux, Vin naturel local, Vacquiers (Haute-Garonne)
- La vie en fruits, Jus de fruits - Albefeuille (Tarn-et-Garonne)
- Maison Manapany, Rhum Don John - Montech (Tarn-et-Garonne)
- Quercy des Îles, Montaigu-de-Quercy (Tarn-et-Garonne)
- Viandes occitanes, Montauban (Tarn-et-Garonne)
- Sirops Yildun, Montauban (Tarn-et-Garonne)

Les artisans du LOCAL

Le LOCAL accueille de nombreux créateurs dans ses boxs éphémères.
On vous invite à aller à leur rencontre !



ART'MONY
Conception de bougies
artisanales sur mesure



MÈS CRÉATIONS ENCHANTÉES
Créations énergétiques



BOTTURA CRÉATIONS
Couture



NATACHA BOUREL
Tapisserie d'objets et de
mobilier



COLOR LEATHER
Rénovation de cuir et créa-
tion d'accessoires en cuir



NOMADE
Coiffure



DU COEUR À L'ENCRE
Tatouage



ORIGIN VINYL STORE
Vente et achat de disques

Le LOCAL, c'est aussi une salle de réunion à louer, la possibilité de privatiser le lieu pour vos événements privés ou corporatif, des afterwork, des concerts, des ateliers... Pensez à consulter nos réseaux pour en profiter !



8 rue Benjamin Franklin
82000 Montauban

lelocalmontauban.com

05 63 66 29 55.
futuretcol@orange.fr

