

Pour vos papilles mais aussi par éthique, ce que vous retrouvez dans votre assiette est consciencieusement choisi. Ainsi, notre boeuf est de race Aubrac. Nos œufs proviennent de poules élevées en plein air. Nos poissons proviennent de l'élevage Aquafrais au large de Cannes. Nous excluons tout poisson sauvage pêché en chalutier et dans des zones non viables. Nos fruits et légumes sont issus de l'agriculture raisonnée française. Principalement des producteurs locaux.

S'engager pour le respect de la Terre et de l'Humain est une composante de nos valeurs et de notre cuisine. Aussi vous ne retrouverez pas d'huile de palme chez nous, pas de produits finis ou industriels, peu de gaspillage alimentaire. Nous trions nos emballages et le verre. Nos cannettes sont récupérées par une association et nos huiles recyclées. **Être responsable en vous servant de belles assiettes avec des produits de qualité, c'est ce à quoi nous aspirons.**

Tous nos plats, desserts et accompagnements sont élaborés sur place par notre équipe de cuisine.



À PARTAGER

Pétales d'oignons crispy sauce tartare.	11
Tartine Rosso pain du soleil, pesto rosso, comté jeune, roquette, pickles d'oignons et carottes.	12
Burrata Solo des Pouilles (150 gr), roquette, huile d'olive.	16
Tiradito de Bar aux agrumes.	19

La Burrata Solo ou le Tiradito peuvent être servis en plat accompagné de frites ou d'une salade (supplément de 4€).

SALADES

Féta poivrons confits, patate douce rôtie, féta, avocat, mesclun, oignon rouge, huile infusée au romarin et vinaigre balsamique.	21
Super Healthy houmous de betterave, lentilles, trio de quinoa, roquette, grenade, pastèque, menthe fraîche, sauce vierge au vinaigre de framboise.	22
Tomates Burrata tomates à l'ancienne, burrata des Pouilles (150gr), huile aromatisée du moulin du Haut Jasson et agrumes.	22
Caesar poulet au thym basse température, romaine, tomates cerises, oeuf mollet, anchois, croûtons, parmesan, sauce Caesar.	23

PLATS

Le Burger des Canetons filet de poulet pané aux cornflakes, pain brioché, cheddar fumé, oignon rouge, coleslaw mayonnaise chipotle, frites.	26
Larmes du Tigre bavette d'Aubrac juste saisie, arrosée d'une glaze de soja, nouilles soba froides marinées au soja, coriandre, cacahuètes et dip secret.	26
Tartare de Thon « Tonnato » thon pêche de ligne, sauce Tonnato, câpres, roquette, frites.	26
Filet de Bar écrasé de pommes de terre aux herbes fraîches, sabayon à l'orange, sucrine marquée à l'huile d'olive.	27
Thon mi-cuit sauce vierge aux herbes et tomates cerises, riz, légumes croquants.	27



Dorade Royale entière (env. 500gr), écrasé de pommes de terre aux herbes fraîches, caponata. 35

PÂTES FRAÎCHES

Veggie conchiglioni « aglio e olio », pesto rosso, tomates cerises confites, parmesan. 22

Raviolis au chèvre et miel de La Crau. 23

Pâtes aux Gambas sauvages bisque de homard. 32

Nos pâtes fraîches sont artisanales, confectionnées à Hyères par Emanapasta.

ACCOMPAGNEMENTS

Frites	6	Caponata	6
Écrasé de Pommes de terre	6	Salade mesclun	4

KIDS

Filet de bar, frites, caponata, ou purée. 12
Filet de poulet, frites, caponata ou purée.
Pâtes à la sauce tomate.

DESSERTS & FROMAGE

Petit fromage de chèvre artisanal Terra Cabrùn à Cabasse. 9

Gâteau au chocolat cacahuètes, caramel, chantilly. 11

Riz au lait coco suprêmes d'orange et zestes. 11

Tartare de fraises à la menthe, skyr, purée de fraises au Prosecco, crumble. 11

Glaces artisanales Emkipop en bâton (100% naturel) 4.5
Jolie fraise, Vahinée, Choco relaxante, Cappucino, Citron de Kalamansi.



VINS

ROSÉS

Domaine des Thermes IGP du Var Le Cannet	
12 cl	5
50 cl	14
Figuière Méditerranée IGP Méditerranée La Londe 75 cl	26
Château La Valetanne Bio AOC Côtes de Provence La Londe 75 cl	34
Domaine de la Courtade Les Terrasses AOP Côtes de Provence Porquerolles 75 cl	36
Domaine des Murennnes Bio AOC Côtes de Provence La Môle 75 cl	40
Figuière « Première » Bio AOP Côtes de Provence La Londe 75 cl	41
Figuière « Confidentielle » Bio AOP Côtes de Provence La Londe 75 cl	56
Domaine de la Courtade AOP Côtes de Provence Porquerolles 75 cl	60

[Demandez nos magnums](#)

BLANCS

Figuière Méditerranée IGP Méditerranée La Londe 12 cl	6
50 cl	17
75 cl	26
Château la Valetanne Bio AOC Côtes de Provence La Londe 75 cl	35
Domaine de la Courtade Les Terrasses AOP Côtes de Provence Porquerolles 75 cl	38
Figuière Cuvée « Première » Bio AOP Côtes de Provence La Londe 75 cl	42
Thomas Collardot AOC Bourgogne Hautes Côtes de Beaune 75 cl	60



ROUGES

La Solitude « La Réserve » Bio Côtes du Rhône Village 75 cl 32

Figuière Cuvée « Signature » François AOP Côtes de Provence
La Londe 12 cl 7
75 cl 35

CHAMPAGNES

Delouvin Bagnost Brut 10 cl 9
75 cl 60

Billecart-Salmon Brut Réserve 75 cl 130

COCKTAILS

BAR À SPRITZ

Spritz : prosecco, Aperol, Perrier, tranche d'orange. 18 cl 12

Hugo : liqueur de fleur de sureau, prosecco, Perrier, jus de citron vert, menthe. 18 cl 12

Basilico Spritz : Martini blanc, prosecco, Perrier, basilic, sirop de basilic. 18 cl 12

Spritz limoncello : limoncello, prosecco, Perrier, jus de citron. 18 cl 12



CRÉATIONS

Le Rocher : vodka, liqueur de sureau, jus de citron vert, jus de fraises. 12 cl 15

Tierra Blanca : mezcal, fraises fraîches, menthe fraîche, citron vert. 12 cl 15

Belem : cachaça, liqueur de sureau, purée passion, citron vert, sucre. 12 cl 15

Nero : rhum Kraken, Kalhua, Mandarine Napoléon, café. 10 cl 15

Dolce Vita : gin, Aperol, Cointreau, jus d'orange, citron vert, Angostura, sirop de pêche. 18 cl 12

Les Classiques

Moscow mule, Mojito, Margarita...etc. 12

MOCKTAILS

Virgin Piña Colada : jus d'ananas, purée de coco, jus de citron vert. 9

Virgin Mojito : ginger ale, cassonade, citron vert, menthe fraîche. 9

Virgin Spritz : Martini Vibrante sans alcool, limonade, Perrier tranche d'orange. 9

Glow : purée de fraises, jus d'ananas, citron vert, ginger ale. 9

Canetons citronnade : jus de citron, jus de citron vert, menthe fraîche, sirop de sucre, Perrier. 9

ALCOOLS & DIGESTIFS

Pastis 5 cl 4

Kir, Martini, Porto 5 cl 7

Get 27, Limoncello 5 cl 7.50

Armagnac, Cognac 5 cl 10

Rhum vieux 5 cl 12

[Demandez notre sélection](#)

BIÈRES

PRESSION

Tigre Bock	Demi 25 cl	4
	Pint 50 cl	7.50

La Torpille IPA Bio Bière de la Rade (Toulon)

	Demi 25 cl	5
	Pint 50 cl	9

BIÈRES DE LA RADE BIO (Toulon) 33 cl 6.50

La Dorade (blanche), **La Rascasse** (ambrée)

Corona 33 cl 6.50

1664 Sans alcool 33 cl 5.50

CAFÉS, THÉS & SOFTS

Notre Café est Bio

Café	2.50
Noisette	3
Double café	4
Latte	4.50
Cappuccino	5
Café frappé	6
Chocolat	4.50
Thés & Infusions	4

EAUX

Perrier 33 cl	4
Eau gazeuse du moment 75 cl	7
Eau minérale du moment 75 cl	6.50

SODAS 33 cl

Coca, Coca Zéro, Orangina, Ice Tea Schweppes, Tonic et agrumes, Oasis	4
--	---

SIROPS

Menthe, fraise, pêche, grenadine, citron	3
---	---



To treat your palate and for ethical reason, everything you find in our food is consciously chosen.

Our beef meat is French Aubrac breed.

We use free-range eggs. Our sea bass filets and royal sea breams come from a sustainable fish farm from Cannes and we exclude any fish caught by trawler or/in non-viable areas. Our fruits and vegetables are french and mostly locally sourced from sustainable and organic farms.

Respecting Mother Earth and the Human kind is part of our values.

Therefor there is no palm oil or industrial products in our kitchen and we try to reduce food waste as possible.

Being responsible and offering you premium quality food is what we aspire to.

All our dishes, desserts and sides dishes are elaborated on site by our kitchen team.



TO START

Crispy onion petals sauce tartare	11
Tartine Rosso bread, comté cheese, onions and carrots pickles.	12
Burrata Solo from Les Pouilles (150 gr).	16
Sea Bass Tiradito with citrus.	19

Burrata and Sashimi can be served as main course with chips or salad (extra charge 4€).

SALADS

Feta Salad roasted peppers, roasted sweet potatoe, avocado, red onion, mesclun, feta cheese, rosemary oil and balsamic.	21
Super Healthy beetroot hummus, quinoa, arugula salad, pomegranate, watermelon, fresh mint, virgin sauce with raspberry vinegar.	22
Tomato Burrata tomatoes, burrata from les Pouilles (150gr), flavored oil from Moulin du Haut Jasson.	22
Caesar Salad chicken cooked with thyme, cherry tomatoes, anchovies, soft-boiled egg, croutons, parmesan, caesar sauce.	23

MAIN COURSES

Canetons' Burger breaded chicken filet with cornflakes, smoked cheddar, red onions, coleslaw chipotle mayonnaise and chips.	26
Tuna Tartare Tonnato tuna line fished, Tonnato sauce and chips.	26
Larmes du Tigre flash-fry beef steak (Aubrac), covered with glaze of soy sauce, secret dip thaï served with fresh soba noodles marinated in soy sauce.	26
Filet of Sea Bass mashed potatoes with fresh herbs, orange sabayon, sucrine.	27
Tuna Tataki tuna line fished, vierge sauce, herbs, cherry tomatoes, rice, vegetables.	27
Royal Sea Bream (whole 500gr), mashed potatoes with fresh herbs, caponata.	35



Ask for our allergenic ingredients card.

Net prices in € including service. Payment in cash or by Credit Card.

PASTA

Veggie small fresh conchiglioni « aglio e olio », pesto rosso, roasted cherry tomatoes, parmesan.	22
Goat cheese fresh Raviolis with honey from La Crau.	23
Wild Prawn Pasta with lobster bisque.	32

Our Pasta is fresh, artisanal and made in Hyères by Emanapasta.

SIDES

Chips	6	Caponata	6
Mashed potatoes	6	Mesclun Salad	4

KIDS

Sea bass filet, chips, caponata or mashed potatoes.	12
Chicken filet, chips, caponata or mashed potatoes.	
Pasta tomato sauce.	

DESSERTS & CHEESE

Local goat cheese Terra Cabrùn from Cabasse.	9
Chocolate cake caramel, peanuts, whipped cream.	11
Rice pudding coco milk orange supreme and zest.	11
Strawberry tartare fresh mint, strawberry puree with Prosecco, crumble.	11
Artisanal Icepops Emkipop (100% natural) Strawberry, Vanilla, Choco, Cappucino, Lemon Kalamansi.	4.5



WINES

ROSÉ

Domaine des Thermes IGP du Var Le Cannet	
12 cl	5
50 cl	14
Figuière Méditerranée IGP Méditerranée La Londe 75 cl	26
Château La Valetanne Bio AOC Côtes de Provence La Londe 75 cl	34
Domaine de la Courtade Les Terrasses AOP Côtes de Provence Porquerolles 75 cl	36
Domaine des Murennnes Bio AOC Côtes de Provence La Môle 75 cl	40
Figuière « Première » Bio AOP Côtes de Provence La Londe 75 cl	41
Figuière « Confidentielle » Bio AOP Côtes de Provence La Londe 75 cl	56
Domaine de la Courtade AOP Côtes de Provence Porquerolles 75 cl	60

WHITE WINE

Figuière Méditerranée IGP Méditerranée La Londe 12 cl	6
50 cl	17
75 cl	26
Château la Valetanne Bio AOC Côtes de Provence La Londe 75 cl	35
Domaine de la Courtade Les Terrasses AOP Côtes de Provence Porquerolles 75 cl	38
Figuière Cuvée « Première » Bio AOP Côtes de Provence La Londe 75 cl	42
Thomas Collardot AOC Bourgogne Hautes Côtes de Beaune 75 cl	60



RED WINE

La Solitude « La Réserve » Bio Côtes du Rhône Village 75 cl	32
Figueire Cuvée « Signature » François AOP Côtes de Provence	
La Londe 12 cl	7
75 cl	35

CHAMPAGNES

Delouvin Bagnost Brut 10 cl	9
75 cl	60
Billecart-Salmon Brut Réserve 75 cl	130

COCKTAILS

SPRITZ BAR

Spritz : prosecco, Aperol, Perrier, orange slice. 18 cl	12
Hugo : elderflower liquor, prosecco, Perrier, lime juice, mint. 18 cl	12
Basilico Spritz : white Martini, prosecco, Perrier, fresh basil, basil syrup. 18 cl	12
Spritz limoncello : limoncello, prosecco, Perrier, lemon juice. 18 cl	12



CREATIONS

Le Rocher : vodka, eldelflower liquor, lime juice, strawberry juice. 16 cl	15
Tierra Blanca : mezcal, fresh strawberries, fresh mint, lime juice. 12 cl	15
Belem : cachaça, eldelflower liquor, passion puree, lime, sugar. 12 cl	15
Nero : Kraken rum, Kalhua, Mandarine Napoleon, coffee. 10 cl	15
Dolce Vita : gin, Aperol, Cointreau, orange juice, lime, Angostura, peach syrup. 18 cl	15
All the classics Moscow mule, Mojito, Margarita...	12

MOCKTAILS

Virgin Piña Colada : pineapple juice, coconut puree, lime.	9
Virgin Mojito : ginger ale, brown sugar, lime, fresh mint.	9
Virgin Spritz : Martini Vibrante alcohol free, soda water, Perrier, orange slice.	9
Glow : pineapple juice, lime, strawberry puree, ginger Ale.	9
Canetons Lemonade : lemon juice, lime juice, fresh mint, sugar syrup, Perrier.	9

ALCOHOLS & DIGESTIFS

Pastis 5 cl	4
Kir, Martini, Porto 5 cl	7
Get 27, Limoncello 5 cl	7.50
Armagnac, Cognac 5 cl	10
Old Rum 5 cl Ask for our selection	12

BEERS

PRESSION

Tigre Bock	Half pint 25 cl	4
	Pint 50 cl	7.50

La Torpille IPA Bio Beers of la Rade (Toulon)

	Half pint 25 cl	5
	Pint 50 cl	9

BEERS OF LA RADE BIO (Toulon) 33 cl

Dorade (wheat), Rascasse (amber ale)	6.50
--	------

Corona 33 cl	6.50
---------------------	------

1664 Alcohol free 33 cl	5.50
--------------------------------	------

COFFEE, TEA & SOFTS

Our coffee is organic

Espresso	2.50
Noisette	2.80
Double espresso	4
Latte	4.50
Cappuccino	5
Ice coffee	6
Hot chocolate	4.50
Tea & infusion	4

WATER

Perrier 33 cl	4
Sparkling water 75 cl	7
Mineral water 75 cl	6.50

SODAS 33 cl

Coca, Coca Zero, Orangina, Ice Tea Schweppes, Tonic & citrus, Oasis	4
--	---

SQUASH

Mint, strawberry, peach, grenadine, lemon zest	3
---	---

