



BLÉ NOIR

CRÊPERIE BRETONNE · BISTRO · CASE

Va mab, re gozh an douar ewid ober goap anezi!

(Mein Sohn, die Erde ist zu alt, um sich über sie lustig zu machen)

La Bretagne

Die Bretagne (bretonisch Breizh) liegt im westlichen Zipfel Frankreichs. Sie besteht aus den Départements Côtes-d'Armor (bret. Aodoù-an-Arvor), Finistère (bret. Penn-ar-Bed), Ille-et-Vilaine (bret. Il-ha-Gwilen) und Morbihan (bret. Mor-bihan).

Die Region hat eine Fläche von 27.208 km² und 3.258.707 Einwohner. Hauptstadt der Region ist Rennes (bret. Roazhon).

Die Bretagne ist die größte Halbinsel Frankreichs und der westlichste Ausläufer des europäischen Festlands nördlich der iberischen Halbinsel. Die Gallier nannten dieses Land Aremorica (bret. Arvorig), was so viel bedeutet wie „Land am Meer“.

La grande histoire de la galette, en Bretagne et dans le monde!

Es gibt zahlreiche Geschichten über die Entstehung der Galette und der Crêpe. Die folgende Geschichte erzählen sich die Bretonen in Morbihan:

Herzogin Anne de Bretagne heiratet Ende des 15. Jahrhunderts den französischen König Karl VIII und wird zur französischen Königin gekrönt. Damit wird die ehemals unabhängige Bretagne zur französischen Provinz degradiert. Ab diesem Zeitpunkt gelten die französischen Steuergesetze: Diese sehen unter anderem eine Weißmehlsteuer vor.

Die Bretonen sind seit Jahrhunderten das Volk am Meer, das Volk der Seefahrer. Die Handelshäfen Vannes und L'Orient in Morbihan verfügen seit langer Zeit über Routen in den Fernen Osten. Aus China wird ein besonderes Korn mitgebracht: Blé noir, der Buchweizen.

Buchweizen – Blé noir – wird nicht dem klassischen Getreide, sondern den Knöterichgewächsen zugeordnet und unterliegt daher nicht der Weißmehlsteuer. Diesen Vorteil wollen die Bretonen nutzen. „Weizen ist Weizen“, denken sie sich und beginnen, den Buchweizen in der Bretagne zu kultivieren. Nach der ersten Ernte wird das Korn gemahlen und der Brotteig wird angesetzt. Zum großen Erstaunen und Entsetzen entsteht kein Teig, sondern nur ein grauer Brei. (Was die Bretonen damals nicht wussten: Buchweizen enthält kein Gluten, den Kleber, der zum Brotbacken benötigt wird). Zufällig kippt eine alte Bauersfrau den Brei auf eine heiße Feuerstelle und es entsteht ein flacher Fladen: Die Galette ist geboren. (Galette: Bretonisch für „heißer Stein“). Das neue, leckere und nahrhafte „Ersatzbrot“, die Galette, wird schnell zum täglichen Essen aller Bretonen.

Paris, hundert Jahre später. In Paris kann man gutes Geld verdienen, das wissen auch die Bretonen. Nach langer Reise werden die hungrigen Bretonen am westlichen Paris in Montparnasse von anderen Bretonen mit Galettes empfangen. Für diese merkwürdigen Fladen interessieren sich nun auf einmal auch die Pariser. Sie beginnen diese „nachzubacken“, aber mit dem teuren Weißmehl. Denn die Pariser haben das nötige Kleingeld dafür. So entsteht die heute wohl bekanntere Fortsetzung der Galette: Die Crêpe.

Die Regel besagt: Eine Galette besteht ausschließlich aus Buchweizen, Wasser und Meersalz und wird herzhaft gefüllt. Eine Crêpe besteht aus Weizenmehl, Eiern, Milch, Salz und Zucker und wird ausschließlich mit „süßen“ Zutaten gefüllt. Für die Galette und auch die Crêpe gilt, dass sie nicht dicker als 2 mm sein dürfen und spätestens nach drei Minuten knusprig sein müssen!

Plumeliau, Morbihan, Bretagne, Août 1996

Meine erste Begegnung mit der echten bretonischen Küche beginnt in Plumeliau, einem kleinen typischen bretonischen Dorf, in der tiefen Bretagne. Dort betreibt Denise ihre Crêperie an zwei Tagen in der Woche in ihrer alten Garage

Hortensien am Eingang, einfache Holzbänke und Tische, mit Gas beheizte Crêpesplatten dampfen und es duftet köstlich. In den Regalen stehen kiloweise Salzbutterm, Säcke mit Meersalz und Zentner von Buchweizen.

Meine damalige bretonische Freundin Christine bestellt. Zwei Galette Complète und eine Flasche Cidre. Nach zehn Minuten wird serviert und nach dem ersten Bissen wird mir klar, dass diese Galette eines Tages mein Leben verändern wird.

Diesen Bissen werde ich nie vergessen, die erste Galette meines Lebens bei Denise in Plumeliau. Gebacken aus Blé Noir, Meersalz und kaltem Wasser...

La Galette

Galette Pluméiau mit bretonischer Salzbutter	3.30
Galette Baud mit Emmentaler <i>oder</i> Ei <i>oder</i> Schinken	4.80
Galette Saint Malo mit Emmentaler und Schinken	6.30
Galette Lorient mit Emmentaler und Ei	6.30
Galette Crozon mit Schinken und Ei	6.30
Galette Complète mit Emmentaler, Kochschinken und Ei	7,90
Galette Rennes mit Emmentaler, Kochschinken, Tomaten, Champignons und Frühlingszwiebeln	8,20

Alle Galettes gibt es auch als kleine Portion - 25 % günstiger.

Galette Brest mit Schinkenspeck, Champignons, Zwiebeln und Käse	8.30
Galette Vannes mit Ratatouille. Auf Wunsch auch vegan	7.50
Galette Auray mit Ratatouille, Emmentaler und Ei	8.70
Galette Pontivy mit Ziegenkäse, Kochschinken, Walnüssen und Salat	8.90
Galette Quiberon mit Emmentaler, Ziegenkäse und Brie	8.30
Galette Dinan mit geräuchertem Wildlachs, Kräuterquark, Zitronensaft und Salat	8.90
Galette Belle Île en Mer mit Brie, Kochschinken, Salat und Walnüssen	8.50
Galette Pont-Aven mit Kräuterquark, Ziegenkäse, Tomaten und Frühlingszwiebeln	7.90

Alle Galettes gibt es auch als kleine Portion - 25 % günstiger.

Galette Concarneau mit Bleu d`Auvergne, Birnen und Walnüssen	8.30
Galette Île de Sein mit Ziegenkäse, Honig und Thymian-Kartoffeln	8.00
Galette Josselin mit gebratener Hühnerbrust, Salat, Tomaten, Walnüssen und Paprika	9.80
Galette Douarnenez mit Ei, Bratkartoffeln, Zwiebeln und Schinkenspeck	8.50
Galette Plogoff mit Feta, Zwiebeln und Kräuterquark	7.50
Galette Erdeven mit Roquefort, Kochschinken und Walnüssen	8.30
Galette Cecilia mit Avocado, geräuchertem Wildlachs, Crème Fraîche und Frühlingszwiebeln	10.50
Galette Lanester mit Avocado, Crevetten, Crème Fraîche und Frühlingszwiebeln	12.50

Alle Galettes gibt es auch als kleine Portion - 25 % günstiger.

La Crêpe

Crêpe beurre mit Butter	3.10
Crêpe beurre sucré mit Butter und Zucker	3.10
Crêpe au citron mit Zitronensaft und Zucker	3.10
Crêpe cannelle mit Butter, Zucker und Zimt	3.10
Crêpe confiture de la maison mit Konfitüre. Sorten auf Anfrage	3.60
Crêpe caramel mit Caramel au beurre salé de maison	3.90
Crêpe crème de marrons mit Crème de marrons	3.90

Crêpe chocolat	3.90
mit hausgemachter weißer Schokolade	
mit hausgemachter dunkler Schokolade	
mit hausgemachter Schoko-Nuss-Creme	
Crêpe purée de fruits	4.20
mit frischer, hausgemachter Fruchtsoße wechselndes Angebot	
<i>(solange Vorrat reicht)</i>	
Crêpe pommes pochées	5.60
mit in bretonischem Cidre pochierten Äpfeln und Puderzucker	
Crêpes aux fruits et au chocolat	5.50
hausgemachter Schokocreme (weiß, dunkel oder Schoko-Nuss)	
mit Apfel oder Birne oder Banane	
Crêpes aux fruits et au caramel	5.50
Caramel au beurre salé de maison	
mit Apfel oder Birne oder Banane	
Crêpes aux fruits et à la chantilly	5.60
mit Heidelbeersahne, Erdbeersahne, oder	
Himbeersahne	
Crêpes fruits et glace	6.50
mit frisch pürierten Früchten (wechselndes Angebot) und für das	
Blé Noir eigens hergestelltes Cidreis und Sahne	

La Salade

	klein	groß
Pointe du Ry Blattsalat, Tomate, Salatgurke, Champignon und Paprika	6,00	7,70
Pointe du Penharn Blattsalat, Bleu d’Auvergne, Birne, Champignon und Tomate	6,70	8,40
Pointe du Kerhano Blattsalat, Roquefort, Apfel, Walnüsse und Gemüsezwiebel	6,90	8,60
Pointe du Van Blattsalat, geräucherter Wildlachs, Gemüsezwiebel, Tomaten und Salatgurke	7,90	9,60
Pointe du Raz Blattsalat, Crevetten, Tomate, Paprika und Champignon	-	10,90

Alle Salate wahlweise mit hausgemachter Honig/Senf-Vinaigrette oder Crème fraîche/Quark/Zwiebel-Dressing. Dazu reichen wir eine frischgebackene Cigar Bretonne (engerollte Galetterolle mit bretonischer Salzbutter) oder hausgemachtes Baguette

Petits Plats

Täglich wechselnde Suppe (siehe Aushang) 4,80

Quiche nach Tageskarte 3,20

Käseplatte 7,80

Bitte wählen Sie drei Sorten: Ziegenkäse, Brie, Roquefort, Bleu d’Auvergne, Feta

Le Dessert

Tarte nach Tageskarte 3,20

Crème brûlée 3.70

Vanillecreme mit gebrannter Karamellkruste

Hausgemachte Desserts nach Tageskarte 3,20

Lait frappé

Frisch zubereitet aus gefrostenen Früchten, Joghurt, Milch und Zucker.

Sorten auf Anfrage

3.50

Le Café

Espresso	1.80
Doppelter Espresso	2.40
Tasse Kaffee	2.10
Café au lait	2.60
Cappuccino	2.40
Latte Macchiato	2.80
Chocolat Chaud	2.90
Mit selbst hergestellter dunkle Schokolade, weißer Schokolade, Nougat oder Caramel	

Le Thé

- bitte beachten Sie unsere separate Teekarte -

La Boisson

Fritz Cola	-0.33l Flasche-	2.80
Fritz Cola light	-0.33l Flasche-	2.80
Fritz Apfel-Kirsch-Holunder-Schorle	-0.33l Flasche-	2.80
Fritz Trauben-Schorle	-0.33l Flasche-	2.80
Fritz Rharbarber-Schorle	-0.33l Flasche-	2.80
Apfelsaft naturtrüb	-0.25l Flasche-	3.50
Orangina original	-0.25l Flasche-	3.20
Orangina rouge	-0.25l Flasche-	3.20

Gerne servieren wir Ihnen kostenfrei eine Karaffe frisches Leitungswasser

La Bière

Stella Artois Premium Lager	-0,25l Flasche-	3,50
Jupiler Premium Lager oder alkoholfrei	-0,25l Flasche-	3,50
Leffe blond, Leffe brune würziges, leicht fruchtigsüßes Bier aus Belgien	-0,33l Flasche-	4,50
Grimbergen blond, Grimbergen double Abteibier aus Belgien	-0,33l Flasche-	4,50
Lindemans Apple, Lindemans Kriek fruchtig frisches belgisches Apfelbier, bzw. Kirschbier auf Lambicbasis	-0,25l Flasche-	4,50
Chimay rouge, Chimay bleue belgisches Starkbier	-0,33l Flasche-	5,50
Hoegaarden Wit Weizenbier aus Belgien -auch als Radler (Zitrone oder Orange)	-0,25l Flasche-	4,00

Le Cidre

Der bretonische Cidre wird aus säuerlichen und süß-säuerlichen Äpfeln gewonnen. Cidre war das tägliche Getränk der einfachen Leute. An warmen Sonntagen ging man früher eine „Boule“ im Gasthof trinken. Man bestellte einen Krug Cidre, den man aus großen Bechern (Boules) und Tassen aus Keramik oder Steingut trank. Glas benutzte man nur für die Luxusgetränke Kaffee und Wein. Steingut hatte den Vorteil, den Cidre kühl zu halten.

Der Cidre aus Finistère genießt einen besonderen Ruf. Die klimatischen Bedingungen, unter denen die Äpfel in dieser Region wachsen, bedingen den einzigartigen Geschmack dieses außergewöhnlichen Cidres.

Wir beziehen unseren Cidre direkt von Kerné aus Finistère. Kerné verwendet sorgfältig ausgewählte Bio-Äpfel, die nach alter Tradition verarbeitet werden.

Cidre brut, Cidre fruité	-0,2l Boule-	3,60
Cidre brut, Cidre fruité, Cidre doux, Cidre délice, Cidre bio	-0,75l Bouteille- -0,375l Bouteille-	12,00 6,60

VIN ROUGE

PLAIMONT Le Tapie Rouge

0,1	0,2	Flasche
2,50	4,50	14,50

- Côtes de Gascogne Indication Géographique Protégée
- Winzer: Winzerverein Plaimont in Riscle
- mittelkräftiger Rotwein
- Rebsorte: Merlot, Tannat

Düfte von Schokolade und Kirschen werden begleitet von Röstaromen und Lakritz. Überzeugend ist auch der Eindruck am Gaumen: rund, saftig und harmonisch.

Ein herzhafter Alltagswein, der leicht zu trinken ist.

MARRENON Rouge

0,1	0,2	Flasche
2,90	4,90	16,50

- Appellation Luberon Contrôlée
- Winzer: Winzerverein Marrenon in La Tour d'Aigues
- junger, fruchtiger Rotwein
- Rebsorte: Syrah, Grenache

Intensive Fruchtnoten von schwarzen Beeren prägen diesen jungen Rotwein. In der Nase sind auch Vollmilchschokolade und Rauch deutlich zu erkennen. Das Mundgefühl ist angenehm saftig, frisch und rund mit einer schönen Würze im Abgang.

0,1	0,2	Flasche
3,60	6,60	22,00

RASTEAU Rouge

- Appellation Rasteau Contrôlée
- Winzer: La Cave des Vignerons de Rasteau
- körperreicher Rotwein
- Rebsorte: Grenache, Syrah, Mourvèdre

Es zeigen sich intensive Aromen von reifen Kirschen, Kakao sowie ein Hauch von Tabak und Pflaumenkompott. Im Mund erlebt man sein dezentes Tannin, eine schöne Würze und einen langen und erstaunlich frischen Abgang.

Flasche
25,50

DOMAINE DE L'ARJOLLE Cabernet

- Côtes de Thongue Indication Géographique Protégée
- Winzer: Familie Teisserenc in Pouzolles
- körperreicher Rotwein
- Rebsorte: Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc

Ein breites Duftspektrum von Schwarzkirsche und Süßholz bis zu gekochten Beeren. Im Geschmack komplex mit guter Tanninstruktur.

CHÂTEAU L'HOSPITALET La Réserve

Flasche

29,00

- La Clape Appellation Coteaux du Languedoc Protégée
- Winzer: Gérard Bertrand in Narbonne
- körperreicher Rotwein
- Rebsorte: Grenache, Syrah, Mourvèdre

Üppiges Bouquet von Konfitüre aus Sauerkirschen und Cassis wird begleitet von Anklängen von Rosmarin und Wacholder. Am Gaumen ist der Wein stoffig, würzig und reif.

DOMAINE DE L'AIGLE Pinot Noir

Flasche

31,00

- Haute Vallée de l'Aude Indication Géographique Protégée
- Winzer: Gérard Bertrand in Narbonne
- mittelkräftiger Rotwein
- Rebsorte: Pinot Noir

Intensive Fruchtnoten roter Beeren dominieren das Bukett dieses Pinot Noirs. Dazu gesellen sich Marzipan und ein leichter Duft von Leder. Am Gaumen zeigt er sich seidig und rund.

VIN BLANC

PLAIMONT Le Tapie blanc

0,1	0,2	Flasche
2,50	4,50	14,50

- Côtes de Gascogne Indication Géographique Protégée
- Winzer: Winzerverein Plaimont in Riscle
- fruchtbetonter Weißwein
- Rebsorte: Colombard, Ugni Blanc

Eine Aromenbombe mit dominierender Exotik in der Nase. Dazu Ananas, Zitrus und grüner Apfel. Dieser Wein lässt sich einfach trinken durch seine angenehme Spritzigkeit und Frische.

DOMAINE DE LA QUILLA

0,1	0,2	Flasche
2,70	5,10	17,50

- Appellation Muscadet Sèvre-et-Maine sur lie Contrôlée
- Winzer: Laurence und Gérard Vinet in La Haie-Fouassière
- zartfruchtiger Weißwein
- Rebsorte: Melon de Bourgogne (Muscadet)

Im Mündungsgebiet der Loire wächst eine eigene Rebsorte, die so nah am Atlantik ihr Bestes gibt und sich als idealer Begleiter all der Köstlichkeiten, die aus dem Meer kommen, erweist.

0,1	0,2	Flasche
2,70	5,30	17,50

SAINT-PEYRE Picpoul de Pinet

- Appellation Picpoul de Pinet Protégée
- Winzer: Cave les Costières in Pomérols
- fruchtbetonter Weißwein
- Rebsorte: Piquepoul Blanc

Mit angenehmem Aromen von Gänseblümchen, gelben Blüten und Frühlingswiese. Am Gaumen wirkt der Wein durch seine feine Säure lebendig und mineralisch.

0,1	0,2	Flasche
2,90	5,60	19,00

DUCOURT Monsieur Henri Blanc

- Appellation Bordeaux Contrôlée
- Winzer: Familie Ducourt in Ladaux
- fruchtbetonter Weißwein
- Rebsorte: Sauvignon Blanc, Sémillon

Exotische Früchte wie Ananas und Grapefruit treffen in diesem spritzigen Wein auf grüne Noten von Stachelbeere, Limettenzeste und gelber Konfitüre. Ein echter Gaumenschmeichler, der sich cremig, fruchtig und weich zeigt. Ganz dezent restsüßer Eindruck im Abgang.

VIN ROSÉ

HÂTEAU VENTENAC Cuvée Carla Rosé

0,1	0,2	Flasche
2,70	5,10	17,50

- Appellation Cabardès Contrôlée
- Winzer: Olivier Ramé in Ventenac-Cabardès
- fruchtiger Rosé
- Rebsorte: Cabernet Sauvignon, Syrah, Grenache

Reife rote Beeren sind die Charmeuse, die die Nase betören. Dazu gesellen sich frische Noten von Molke. Spritzig und lebhaft am Gaumen, mit einer interessanten Spitze und sehr saftig.

DUCOURT Monsieur Henri Rosé

0,1	0,2	Flasche
2,90	5,60	19,00

- Winzer: Familie Ducourt in Ladaux
- zartfruchtiger Rosé
- Rebsorte: Merlot

Dezente Rosendüfte sowie Himbeernoten steigen zusammen mit joghurtfrischen Tönen aus dem Glas. Etwas Granatapfel ist zu erkennen. Frisch und leicht mit dezentem Tannin und feiner Restsüße ist dieser Rosé ein guter Sommerwein.

VIN DE DESSERT

4 cl

BERTRAND Rivesaltes Hors d'Age

4,50

- Appellation Picpoul de Pinet Protégée
- Winzer: Gérard Bertrand in Narbonne
- roter Dessertwein
- Rebsorte: Grenache

Fruchtige Noten wie Rosinen und rote Beeren treffen auf den Duft von Rumtopf, Tannenhonig und Ahornsirup. Das Ensemble wird abgerundet von Nugat- und Röstaromen. Im Geschmack vielschichtig, dicht und fruchtig.

4 cl

JURANÇON Pavillon Royal Doux 2014

3,50

- Appellation Jurançon Contrôlée
- Winzer: Cave de Jurançon in Gan
- edelsüßer Weißwein
- Rebsorte: Gros Manseng, Petit Manseng

Sehr elegant und nicht übertrieben süß. In der Nase eine vielschichtige Duftpalette mit deutlicher Note von Honig, Pfirsich und gelben Blüten. Am Gaumen cremig, füllig, rund und angenehm saftig durch eine frische Säurestruktur.

Les Spiritueux

Petit Prince Guillevic Apfel-Apéritif	-4cl-	3,80
Gorvello fine Bretagne Lambig (bretonischer Apfelbrand)	-2cl-	4,80
Eddu Silver Brocéliande Whisky aus Buchweizen	-2cl-	4,80
Baron Otard Cognac	-2cl-	4,20
Henri Bardouin Pastis	-5cl-	4,50
Janot Pastis (bio)	-5cl-	4,70

Catering

Sie planen eine Feier, eine Besprechung oder eine Schulung?

Dann tun Sie Ihren Mitarbeitern, Ihren Geschäftspartnern oder Ihren Gästen etwas Gutes. Stimmen Sie sie fröhlich und wecken Sie die Lebensgeister mit kulinarischen Spezialitäten aus der Bretagne.

Bestellen Sie das nächste Mal den Lieferservice von Blé Noir.

Unsere Speisen sind garantiert frisch zubereitet, gesund, frei von Zusatz- und Konservierungsstoffen und bevorzugt aus biologischem Anbau.

Wir versorgen Ihre Besprechung oder Ihre Feier mit besten Speisen Ihrer Wahl. Sprechen Sie uns an. Wir erstellen Ihnen ein individuelles Angebot.