



RESTAURANT  
LES TROIS FORTS

*Plongez dans la cuisine  
Du Chef Sylvain Touati*

*A*près avoir acquis une précieuse expérience dans les cuisines de grandes tables étoilées, Sylvain Touati revient dans sa région natale pour prendre les commandes du restaurant Les Trois Forts.

Pour cet « Enfant d'Endoume » comme il se plaît à le dire, *'la cuisine est un trait d'union entre les gens, une façon de vivre. Lorsque des personnes sont autour d'une table, l'instant est comme en suspens. Nous saisissons alors la personnalité de chacun, nous découvrons qui ils sont et nous savourons pleinement le présent'*.

Aux tables du Sofitel Marseille Vieux Port, le Chef Touati souhaite rassembler autour d'une cuisine Provençale alliée à un certain Art de Vivre à la Française. Il désire réunir ses convives autour de la 'Grande Provence' et offrir le meilleur des produits de la région.

Nous vous souhaitons une belle découverte.

*Chef Sylvain Touati*

## Les Entrées

### LE FOIE DE CANARD POÊLÉ - 26

Bouillon de canard au gingembre, navet confit au miel de châtaigner  

### LES LÉGUMES ET FRUITS D'HIVER CUISINÉS À LA TRUFFE - 25

Œuf de caille poché, vinaigrette aux orties  

### L'HUITRE DE CAMARGUE - 25

Pochée dans son eau, crème de cresson au raifort, fromage frais, échalotes à la vanille 

## Les Poissons

### LES POISSONS ENTIERS - 14 les 100g

Retour de pêche du Vieux-Port, riz Orzo

### LES SAINT-JACQUES - 47

Mousseline de panais, clémentines, salicorne et tagète 

### LE SAINT-PIERRE - 46

Crème d'olives cassées, citron confit et farfalle à l'encre de seiche

### LE ROUGET DE MÉDITERRANÉE - 46

Suc d'une soupe de poisson, fenouil et agrumes 

## Le Végétal

### LA TOURTE DE LÉGUMES D'HIVER - 28

Céleri et poire confits à la truffe noire, jus corsé à la betterave 

## Les Viandes

### LA POULARDE FERMIÈRE - 44

Suprême poché sauce Albuféra, la cuisse en caillette aux champignons, coing et topinambour 

### LA CÔTE DE VEAU FERMIÈRE - 48

Tarte d'hiver aux champignons et lard paysan

### L'AGNEAU - 49

Côte rôtie au serpolet, l'épaule confite, pommes de terre fondantes, tombée d'épinard et Banon 

## Les Fromages

### LA SÉLECTION DE FROMAGES AFFINÉS DE NOS RÉGIONS - 22


Par l'artisan fromager Lemarié, condiments de saison

## Les Desserts

### LE SOUFFLÉ À LA NOISETTE - 20

Sorbet à la poire  


### LA TARTE SOUFFLÉE AU CHOCOLAT - 17

Voile à la châtaigne, sorbet de pommes au cidre 

### LE MILLEFEUILLE AUX MARRONS - 17

Clémentines Corses, jus acidulé à l'huile d'olive 

### LES AGRUMES DE BERRE L'ÉTANG - 17

Comme un vacherin  

 Poissons et viandes issus de l'agriculture régionale



Plats végétariens



Plats sans gluten



Plats sans lactose



Plats Végan

Prix net TTC en euros, toutes taxes et service compris – Poularde, Veau et Agneau : nés et abattus en France.

Nos plats peuvent être adaptés en cas d'intolérance ou de régime particulier. Une liste des allergènes est disponible auprès de notre équipe

# 4 INSTANTS : 99€

MENU POUR L'ENSEMBLE DES CONVIVES DE LA TABLE

*Menu dégustation*

Le Chef vous propose un menu en 4 instants autour de produits sélectionnés parmi le meilleur de la région.

Une promenade culinaire qui évolue chaque semaine selon le retour du marché et l'inspiration du Chef.

*Mets et Vins*

## 4 ACCORDS – 65

4 vins de nos régions (12cl)

## 5 ACCORDS 'PRESTIGE' – 85

Coupe de Champagne en apéritif (12cl)  
et 4 vins prestigés (10cl)

*Eaux et boissons chaudes comprises*



RESTAURANT  
LES TROIS FORTS

*Dive into the 'cuisine'  
of Chef Sylvain Touati*

*A*fter many experiences in several kitchens of the biggest star-rated restaurants, Sylvain Touati came back to his native region to take in charge.

For this "child of Endoume neighborhood", as he likes to say, *'cooking is a link between people, a way of life. When people are sitting around a table, the moment is suspended. We capture the personality of each person, we discover who they are and we savour the moment'*.

At the tables of the Sofitel Marseille Vieux Port, Chef Touati wants to gather people around 'Provençal' cuisine combined with a certain French 'Art de Vivre'. He wants to bring his guests together around the 'Grande Provence' and offers them the best of the regional products.

We wish you a wonderful discovery.

*Chef Sylvain Touati*

## Starters

### PAN-FRIED DUCK LIVER - 26

Duck broth with ginger, turnip confit with chestnut honey  

### WINTER VEGETABLES AND FRUITS COOKED WITH BLACK TRUFFLE - 25

Poached quail egg with nettle vinaigrette  

### CAMARGUE OYSTERS - 25

Poached in sea water, watercress cream with horseradish, cream cheese, vanilla shallots 

## Fish

### WHALE FISH - 14 per 100 grams

Return of fishing from the Old Port with Orzo rice

### SCALLOPS - 47

Parsnip mousseline, clementines, samphire and tagete herb 

### JOHN DORY'S FISH - 46

Cream of broken olives, confit lemon and farfalle with cuttlefish ink

### MEDITERRANEAN RED MULLET - 46

Juice from a fish soup, fennel and citrus fruit 


## Vegetal

### WINTER VEGETABLE PIE - 28

Candied celery and pear with black truffle, full-bodied beetroot juice 

## Meats

### FREE RANGE POULARD - 44

Poached supreme with Albufera sauce, "cailllette" of thigh with mushrooms, quince and Jerusalem artichokes 

### FARMHOUSE VEAL CHOP - 48

Winter tart with mushrooms and local bacon

### LAMB - 49

Chop roasted with wild thyme, shoulder confit, melting potatoes, spinach and Banon cheese 

## Cheese

### FINE CHEESE SELECTION FROM OUR REGIONS - 22

By 'Lemarié' artisan cheese, seasonal condiments

## Desserts

### HALZENUT SOUFFLÉ - 20

Pear sorbet  

### CHESTNUT MILLEFEUILLE - 17

Corsican clementines, tangy olive oil juice 

### CHOCOLATE SOUFFLÉ TART - 17

Chestnut veil, apple and cider sorbet 

### CITRUS FRUITS FROM BERRE L'ETANG - 17

Like a "vacherin"  

 Fish and meat from regional farms

 Vegetarian dish  Gluten-free dish  Lactose-free dish  Vegan dish

Net price in euros, all taxes and service included – Poulard, Veal and Lamb : born and killed in France.

Our dishes can be adapted to suit special dietary requirements or intolerances. A list of allergens is available from our team.

# *A* MOMENTS - 99

MENU FOR ALL GUESTS AT THE TABLE

*Tasting menu*

---

*O*ur Chef offers you a 4 moments menu based on products selected from the best in the region.

It's a culinary journey that changes every week depending on the market and the Chef's inspiration.

*Wine Pairings*

---

## *A* PAIRINGS – 65

4 regional wines (12cl)

## *5* 'PRESTIGE' PAIRINGS – 85

Glass of Champagne as an aperitif (12cl)  
and 4 prestige wines (10cl)

Water and hot drinks included

**TABLEAU ALLERGENES LES TROIS FORTS**

ALLERGENES	Gluten	Œuf / Egg	Crustacés / Shellfish	Mollusques / Mollusc	Poisson / Fish	Arachides / Peanuts	Soja / Soy	Lactose	Fruits à coque / Nuts	Moutarde / Mustard	Sesame	Céleri / Celery	Lupin	Sulfites / Sulphites
	PLATS													
<b>ENTREES / STARTERS</b>														
Légumes et fruits d'hiver cuisinés à la truffe noire, Œuf de caille poché, vinaigrette aux orties <i>Winter vegetables and fruits cooked with black truffle, poached quail egg with nettle vinaigrette</i>		X						X	X			X		
Foie gras poêlé, bouillon de canard au gingembre, navet confit au miel de châtaigner <i>Pan-fried duck liver, duck broth with ginger, turnip confit with chestnut honey</i>							X							
Huitre de Camargue pochée dans son eau, crème de cresson au raifort, fromage frais, échalotes à la vanille <i>Camargue oyster poached in its own water, watercress cream with horseradish, cream cheese, vanilla shallots</i>			X	X				X						X
<b>PLATS / MAIN COURSES</b>														
Poissons entiers, retour de pêches du Vieux-Port, riz Orzo <i>Whole fish, return of fishing from the Old Port, orzo rice</i>	X				X			X				X		
Tourte de légumes d'hiver, céleri et poire confite à la truffe noire, jus corsé à la betterave <i>Winter vegetable pie, celery and pear confit with black truffle, full-bodied beetroot jus</i>	X	X					X	X						
Saint-jacques, mousseline de panais, clémentines, salicornes et tagète <i>Scallops, parsnip mousseline, clementines, samphire and tagete</i>				X	X		X	X						
Saint-pierre, crème d'olive cassées, citron confit et farfalle à l'encre de seiche <i>John Dory's fish, cream of broken olive, confit lemon and farfalle with cuttlefish ink</i>	X	X		X	X			X						
Rouget de méditerranée, suc d'une soupe de poisson, fenouil et agrumes <i>Mediterranean red mullet, juice from a fish soup, fennel and citrus fruit</i>		X		X	X			X						
Poularde fermière, le suprême poché sauce Albufera, la cuisse en caillette au champignons, coing et topinambour <i>Free-range poulard, poached supreme with Albufera sauce, leg in rennet with mushrooms, quince and Jerusalem artichokes</i>							X	X						
Côte de veau fermière, tarte d'hiver aux champignons et lard paysan <i>Farmhouse veal chop, winter tart with mushrooms and local bacon</i>	X							X						
Agneau, la Côte rôtie au serpolet, l'épaule confite, pomme de terre fondante, tombé d'épinard et banon <i>Lamb, chop roasted with wild thyme, shoulder confit, melting potato, spinach and Banon cheese</i>								X						
<b>DESSERTS</b>														
Soufflé à la Noisette, sorbet à la poire <i>Halzenut Soufflé, pear sorbet</i>		X				X		X	X					
Tarte soufflée au Chocolat, voile à la châtaigne, sorbet pommes au cidre <i>Chocolate Soufflé tart, chestnut veil, apple and cider sorbet</i>	X	X						X	X				X	
Agrumes de Berre l'étang, comme un vacherin <i>Citrus fruits from Berre l'étang, like a vacherin</i>		X						X						
Millefeuille aux marrons, clémentines Corses, jus acidulé à l'huile d'olive <i>Chestnut millefeuille, Corsican clementines, tangy olive oil jus</i>	X	X						X						
<b>MENU ENFANT</b>														
Vélouté de céleri, praliné à la noisette <i>Celery velouté, hazelnut praline</i>						X		X				X		
Œuf poché, courge et châtaignes <i>Poached egg, squash, chestnuts</i>		X						X						
Travers de loup à la plancha, Puntalette cuisinées comme un risotto <i>Roasted poularde with mushrooms, potatoes</i>	X				X			X				X		
Poulette rôtie aux champignons, cassolette de pommes de terre <i>Roasted poularde with mushrooms, potatoes</i>														
Panais confit au lait de coco <i>Candied parsnip with coconut milk</i>														
Coulant au chocolat <i>Molten chocolate cake</i>	X	X						X						
Tartelette aux fruits exotiques <i>Exotic fruit tartlet</i>	X	X						X						