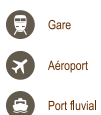






Légende



Sur une place, dans une avenue ou au coin d'une rue, vous trouverez dans les villes et villages de la destination Crau-Montagnette, des produits de qualité qui n'attendent plus que vous pour être dégustés. Agneau de Crau, fromages de chèvres, olives, saucisson et viande de taureau, fougasses, miel, fruits et légumes gorgés de soleil... Offrez à votre palais mille et une gourmandises sucrées ou salées. Parfumez vos grillades ou gigot d'agneau au foin de Crau AOC, assaisonnez vos salades avec une délicieuse huile d'olive de la Vallée des baux AOP et accompagnez vos repas d'un bon vin local IGP. Tous les ingrédients sont réunis pour vous régaler. Baladez-vous, découvrez, savourez la Provence et étonnez vos papilles avec une multitude de recettes concoctées par des restaurateurs passionnés !

Sommaire

NOS MARCHÉS 4

BOULBON

Restaurants, brasseries, petite restauration 6

SAINT-MARTIN-DE-CRAU

Restaurants 8
Brasseries, petite restauration 11

TARASCON-EN-PROVENCE

Restaurants 14
Brasseries, petite restauration 18

Recettes provençales :

Tian de légumes du soleil 19
Fougasse aux olives 19

LÉGENDE

🇬🇧 Key for the pictograms 🇩🇪 Legende der Piktogramme 🇪🇸 Instrucciones para el uso 🇮🇹 Istruzioni per l'uso

♿ Accès handicapés
Access for disabled
Behindertenzugang

P Parking
Private car park
Privatparkplatz

🌳 Parc ou jardin
Garden
Garten

☀ Terrasse
Terrace
Terrasse

🍷 Bar

❄ Climatisation
Air conditioning
Klimaanlag

📶 Wifi

🐾 Animaux acceptés
Pets accepted
Haustiere zugelassen

🍽 Plats à emporter
To take away
Wegnehmenn

🚚 Livraison Uber Eats possible
Delivery possible with Uber Eats
Lieferung durch Uber Eats

👥 Accueil groupe
Group welcome
Gruppe willkommen

📺 TV

🏊 Piscine
Swimmingpool
Schwimmbad

💳 Carte bancaire
Credit card
Kreditkarte

💶 Virement
Payment
Zahlung

📄 Chèque
Check
Überprüfen

🍽 Chèques restaurant
Restaurant vouchers
Restaurantgutschein

🏠 Chèques vacances
Holiday vouchers
Ferienscheck

👥 Voucher Group



Les informations sont fournies par les établissements, les bureaux d'information touristique ne sauraient être tenus responsables de leur exactitude.

The information used is provided by the establishments themselves. The Tourist information Offices decline all responsibility for their accuracy.

Informationen : kann das Fremdenverkehrsamt keinerlei Verantwortung für die Richtigkeit der Beschreibungen der Unterkünfte durch die entsprechenden Betriebe überneh.



Nos marchés



Très tôt le matin commence un balai bien coordonné au cœur de nos centres-villes, un va-et-vient de quelques véhicules rythme l'installation de commerçants, artisans et producteurs. En quelques minutes, les étals sont prêts, les parasols déploient leur toile et le soleil révèle une riche variété de couleurs.

Bien plus qu'un simple marché, ce rendez-vous convivial est un lieu de rencontres, d'échanges aux accents du Midi qui fleurit bon la Provence ! Appréciez les différents parfums d'un terroir singulier qui fait toute la qualité de produits locaux incomparables. Faites-vous plaisir, cédez à la tentation et appréciez ce concentré d'authenticité.

Consommez Provence pendant vos vacances !



SAINT-MARTIN-DE-CRAU

Tous les lundis
marché de producteurs
de 16h00 à 19h00
Grande halle

Tous les vendredis
de 8h30 à 12h30
Centre-ville
et Grande halle

TARASCON-EN-PROVENCE

Tous les mardis
de 8h30 à 12h30
Centre-ville



*Une cuisine
provençale
traditionnelle*

✱ BOULBON ✱

RESTAURANTS



CAFÉ DU COMMERCE

Cuisine provençale, traditionnelle, grillade
Spécialités : BBQ sur grille Argentin, aioli le vendredi midi

En centre-ville

Ouvert du 02/01 au 23/12, fermé le dimanche
Fermé 1 semaine à la Toussaint et 10 jours pour Noël

Couverts : 70 en salle et 120 en terrasse

Plat du jour : 12€

Formule déjeuner : 15€

Carte : 15€ à 35€

10, place Gilles Léontin

04 90 43 99 65 - 06 63 84 05 05

cafeducommerce.boulbon@gmail.com



L'ASTRADO

Cuisine provençale et traditionnelle

En centre-ville

Ouvert toute l'année du lundi au vendredi

Fermé le soir (hiver)

sauf groupe sur réservation

Couverts : 40 en salle, 150 en terrasse

Menu : 15€ à 20€

Plat du jour : 12€

6, place Gilles Léontin

04 90 43 95 65 - 06 03 46 32 91

astrado@orange.fr



L'ORANGER

Cuisine traditionnelle et méditerranéenne
Fait Maison

En centre-ville

Ouvert toute l'année, sauf Toussaint
et 15 jours en février

Fermé le lundi

Couverts : 35 en salle et 10 en terrasse

Menu : 17€ à 29€

Formule déjeuner : 14,50€

Carte : 32€

3, rue de l'Hôtel de Ville

04 90 97 23 85

t.piedoie@gmail.com



BRASSERIES - PETITE RESTAURATION



PIZZERIA MAFFEI

Pizzas au feu de bois

En centre-ville

Ouvert toute l'année uniquement le soir

Fermé les lundis et mardis

Uniquement à emporter

Carte : 8€ à 11€

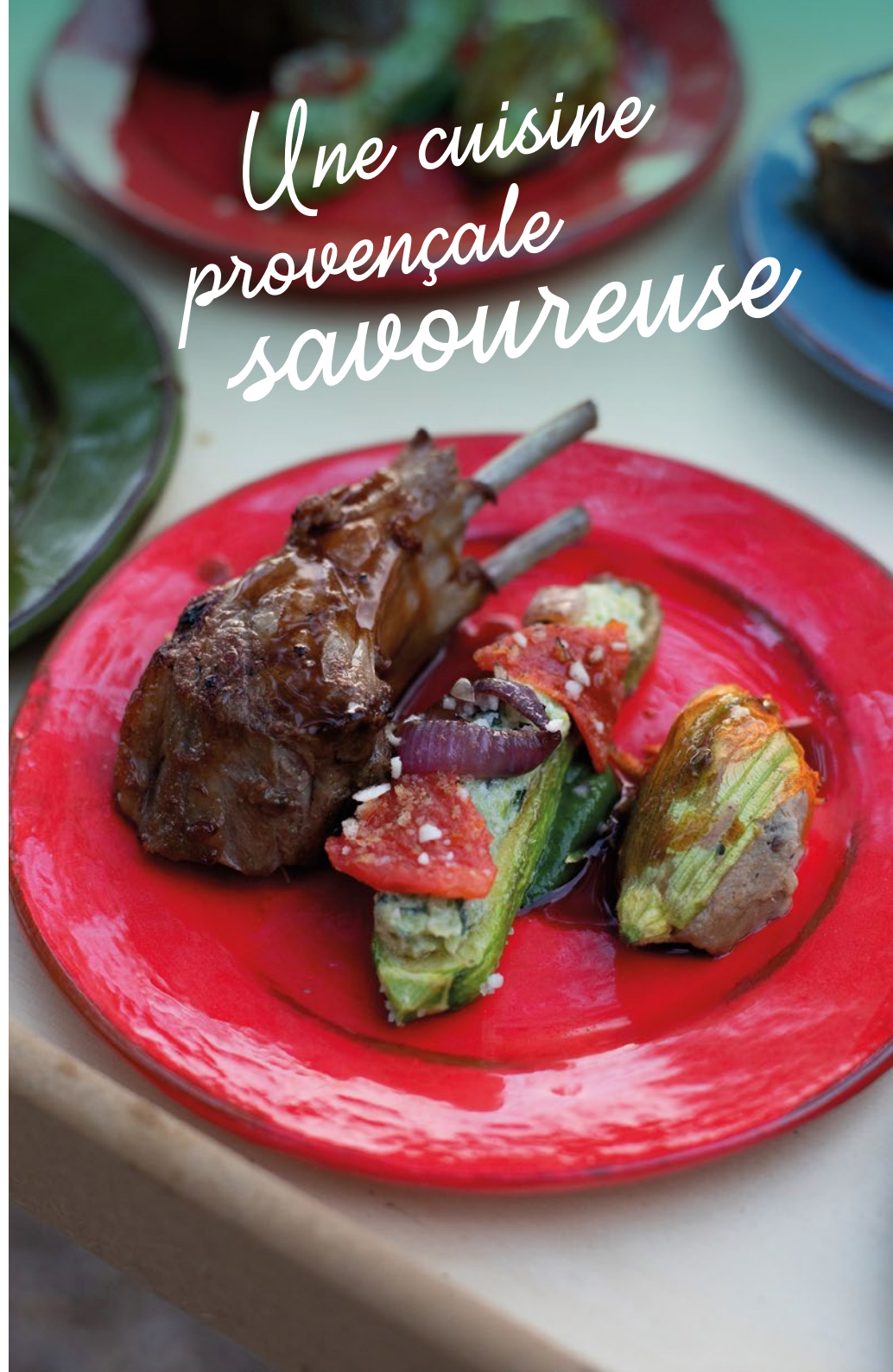
15, rue de l'église

04 90 18 29 16

f Pizzeria Maffei



Une cuisine
provençale
savoureuse



RESTAURANTS



CHEZ FABRICE

Cuisine traditionnelle française et provençale
Fait maison - Spécialités : calamars aux choux

En centre-ville

Ouvert du mercredi au dimanche
Fermé les lundis et mardis

Couverts : 24 en salle et en terrasse

Menu : 18€ à 35€

Plat du jour : 13€

25, avenue Nostradamus

06 19 91 71 13

luchesifabrice@gmail.com

www.chezfabricerestaurant.fr



CHEZ MARCO

Cuisine traditionnelle, pizzas

En centre-ville

Ouvert toute l'année

Couverts : 150 en salle et 200 en terrasse

Menu : 9,80€ à 22€

Carte : 9,50€ à 19,50€

39-41, avenue de la République

04 90 47 14 13

i.peres@laposte.net / Facebook : olivierperes



L'AVENIR

Cuisine traditionnelle

Centre-ville

Ouvert toute l'année

Couverts : 70 en salle et 20 en terrasse

Menu : 15€

Plat du jour : 9,90€

32, avenue de la République

04 90 47 38 13 / 06 14 47 15 78

bar.hotel.lavenir@gmail.com



LE CABRAU

Cuisine traditionnelle

Hors centre-ville

Ouvert toute l'année

Fermé le dimanche (sauf réservation)

Couverts : 80 en salle

Menu : 15,80€

36, rue des Compagnons - ZA du Cabrau

04 90 98 00 31

nadine.imbert84@orange.fr



COURTEPAILLE

Restaurant grill

Spécialités : grillades au feu de bois

Hors centre-ville

Ouvert toute l'année

Couverts : 120 (en salle) et 80 (en terrasse)

Menu : 9,90€ à 23,90€

8, avenue Marcellin Berthelot - Zone Écopole

04 90 18 25 35

st.martin.de.crau@courtepaille.com



HOÏ AN

Cuisine asiatique

Centre-ville

Ouvert toute l'année

Couverts : 32 (salle) et 13 (terrasse)

Menu : 11,90€ à 20€

32, avenue de la République

04 90 52 33 92 / 06 20 53 16 18



LE CAMBODGE

Cuisine asiatique

En centre-ville

Ouvert toute l'année uniquement le midi

Fermé le lundi

Couverts : 12 en salle

Menu : 10€

Carte : à partir de 0,70€

Rue de la Pastourelle - Le Trident

09 84 54 02 89



LE CENTRAL

Cuisine traditionnelle - Spécialités : aioli et tête de veau

En centre-ville

Ouvert toute l'année uniquement le midi

Couverts : 60 en salle et en terrasse

Menu : 13€ à 18€

Plat du jour : 13€

Carte : 15€ à 22€

22, avenue de la République

04 90 47 20 20 - 06 71 92 07 36

sasuphilandra@gmail.com





LE CHIANG MAI

Cuisine asiatique

Hors centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé le lundi

Couverts : 16 en salle et en terrasse
Menu : 9,80€
Carte : à partir de 5,80€

20 bis, rue du Soleil
04 90 47 39 23

[f lechiangmaismc](#)



LE MAS DE LA CLOSIÈRE

Cuisine traditionnelle, pizzas

Hors centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé les dimanche, lundi soir, mardi soir, mercredi soir

Couverts : 60 en salle et 54 en terrasse
Menu : 16€
Plat du jour : 12€
Carte : 12€ à 25€

430, chemin du Bois de Boulogne - Caplan
04 90 47 31 09 - 07 71 64 67 32
selaries.philippe@gmail.com



LE SAINT M

Cuisine provençale, traditionnelle et végétarienne

En centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé le lundi
Fermé pendant les vacances de la Toussaint et d'hiver

Couverts : 50 en salle et en terrasse
Menu : 17€ à 38€ le soir
Plat du jour : à partir de 17€ le midi et 20€ le soir

6, avenue de la République
04 90 47 32 45 - 06 24 23 77 51
restaurantlesaintm@outlook.fr

[f le SaintM](#)



Ô FIL DE L'EAU

Cuisine traditionnelle - Spécialités : poissons et crustacés, bouillabaisse, agneau de Provence, viande de taureau, pieds-paquets

En centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé le lundi et dimanche

Couverts : 30 en salle et en terrasse
Menu : 27€ à 33€
Formule déjeuner : 17€
Carte : à partir de 9€

13, avenue de la République
04 90 47 04 03 - 06 11 93 24 43
contact@ofildeau.com
www.ofildeau.com



LE RENDEZ-VOUS

Cuisine traditionnelle - Pizzas

Hors centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé les samedi et dimanche

Couverts : 40 en salle et en terrasse
Menu : 11€ à 13,50€
Plat du jour : 11€

17 bis, rue Copernic - ZA du Salat
09 70 98 50 24 - 06 66 01 54 47
loic.lysa@gmail.com



LE RESTO DE LA GARE

Cuisine traditionnelle - Fait maison

Hors centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé les samedi, dimanche et jours fériés

Couverts : 120 en salle et 20 en terrasse
Menu : 12,50€ à 15€

Chemin de la Gare - D24
04 90 47 05 18
sarl.lerestodelagare@sfr.fr
www.lerestodelagare.fr
[f lerestodelagare](#)



PALACE GRILL

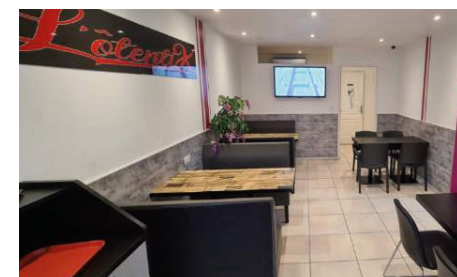
Cuisine orientale et grillades
Spécialités : couscous et tajine

En centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé le lundi

Carte : à partir de 8€
13 bis, avenue de la République
04 90 97 07 64



BRASSERIES - PETITE RESTAURATION



L'ÔTENTIK

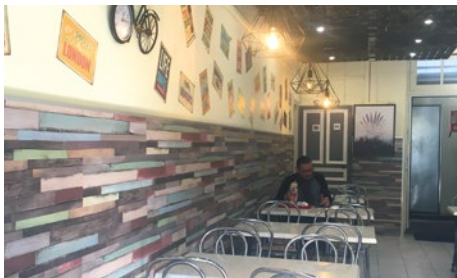
Petite restauration, sandwiches, hamburgers, tacos

En centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé le dimanche et lundi

Couverts : 26 en salle et 30 en terrasse
Carte : 4€ à 11€

48, avenue de la République
09 82 32 14 50
[f lotentik 13310](#)





LE MOGADOR

Fast-food, snack, sandwiches

En centre-ville

Ouvert toute l'année

Fermé le vendredi midi et dimanche midi

Couverts : 24 en salle et 22 en terrasse
Carte : à partir de 3€

35, avenue de la République
04 90 97 05 04
toto-salon@hotmail.fr



LE MONDE DE SOPHIE

Salon de thé – lieu de vie et d'échanges

Centre-ville

Ouvert toute l'année

Fermé le lundi

Couverts : 16 en salle et 10 en terrasse
Menu : 5,90€ à 9€

12, avenue de la République
09 86 53 98 23 / 06 64 76 47 79
lemondedesophie@ecomail.fr



MC DONALD'S

Fast food, hamburgers

Hors centre-ville

Ouvert toute l'année

Couverts : 180 en salle et 100 en terrasse
Carte : à partir de 4,50€

6, rue Marcellin Berthelot
Zone Écopole
04 90 52 38 82



PIZZA DI NAPOLI

Pizzas

Hors centre-ville

Ouvert toute l'année

Fermé le le lundi et les midis

Couverts : 20
Carte : 8€ à 13€

21, Avenue du foirail- ZA du Cabrau
07 85 58 16 40
benjamin.michelaub@gmail.com



Une cuisine
provençale
raffinée



RESTAURANTS



AUBERGE LA TREILLE

Cuisine traditionnelle

Hors centre-ville

Ouvr du 15/02 au 31/12

Fermé le lundi

Couverts : 50 en salle et en terrasse

Menu : 15€ à 25€

Plat du jour : 11€

Formule déjeuner : 18€

Carte : 8€ à 17€

Abbaye St Michel de Frigolet

04 90 90 73 57

latreille@frigolet.com



BISTROT LA CASETA

Cuisine provençale, traditionnelle, végétarienne et du monde

En centre-ville

Ouvr toute l'année

Fermé le dimanche, samedi (hiver)

sauf groupe

Couverts : 40 en salle et en terrasse

Plat du jour : 12€

Carte : 12€ à 21€

45, rue des Halles

04 90 91 07 81 - 07 71 76 39 99

bistrolacaseta@yahoo.fr



BISTROT DES ANGES

Cuisine traditionnelle, provençale, méditerranéenne et végétarienne

Spécialités : steak et burger de taureau de Camargue

En centre-ville

Ouvr toute l'année

Fermé le dimanche

Couverts : 40 en salle et 50 en terrasse

Menu : 14€ à 23€

20, place du Marché

04 90 91 05 11

bistrot.des.anges.tarascon@gmail.com



BISTROT DU ROUBIAN

Cuisine traditionnelle

Hors centre-ville

Ouvr toute l'année

Fermé le dimanche, 3 semaines en août et Fêtes de fin d'année

Couverts : 50 en salle et en terrasse

Menu : 15€

Formule déjeuner : 15€

Plat du jour : 10,50€

Carte : 9€ à 20€

Parc du Roubian - 5, rue des Charretiers

04 90 99 87 58

lebistrotduroubian@orange.fr



BISTROT LA PLACE

Cuisine traditionnelle et méditerranéenne

En centre-ville

Ouvr toute l'année

Fermé le mercredi

Couverts : 38 en salle et 40 en terrasse

Menu : 14,50€ à 24€

Plat du jour : 10,50€

Carte : 14€ à 32€

2, place Colonel Berrurier

04 86 63 41 64 - 06 21 23 92 41

gerald.gignac@sfr.fr



CHEZ MARIA ET DIDIER

Cuisine provençale, traditionnelle et végétarienne, grillades, poissons. Spécialités : aïoli, anchoïade, agneau de Provence, bouillabaisse, gardianne, pieds paquets, petits farcis

En centre-ville

Ouvr toute l'année

Fermé le dimanche et lundi midi

Couverts : 64 en salle et 16 en terrasse

Menu : 15,50€ à 28€

Plat du jour : 9,50€

Formule déjeuner : 13,80€

1, boulevard Victor Hugo

04 90 91 02 42 - 06 52 44 84 50

dedmar@hotmail.fr



L'AGAPE CAFÉ

Cuisine traditionnelle, provençale et méditerranéenne

Spécialité : aïoli, gardianne de taureau et burgers

En centre-ville

Ouvr toute l'année de 8h à 19h

Fermé le dimanche et lundi

Couverts : 28 en salle et 24 en terrasse

Plat du jour : 10 à 14€

Carte : 9€ à 50€

13, place du Marché

09 80 33 85 85



L'AMBASSY

Cuisine traditionnelle, provençale et méditerranéenne

Hors centre-ville

Ouvr toute l'année

Fermé les soirs, dimanches et jours fériés

Couverts : 58 en salle et 24 en terrasse

Formule déjeuner : 14€

Plat du jour : 10€

Carte : 12€ à 28€

Parc du Roubian

C.C. Intermarché - Avenue des Artisans

09 81 08 13 30





LA CLÉ DES CHAMPS

Cuisine traditionnelle, provençale et sandwiches

Hors centre-ville

Ouvert du 01/01 au 23/12 (Fermé du 15 au 31 août et du 24/12 au 02/01)

Fermé les samedi et dimanche

Couverts : 78 en salle et 80 en terrasse

Menu : 14,50€

Plat du jour : 9,50€

Carte : de 13 à 20€

Quartier Saint-Gabriel - Route d'Arles

04 90 49 76 19

fpg-resto@orange.fr



LA MAISON PENCHÉE

Cuisine traditionnelle, Pizzas

Spécialité : cuisses de grenouille

Hors centre-ville

Ouvert toute l'année

Fermé le dimanche et du 25/04 au 8/05

Couverts : 40 salle et en terrasse

Formule déjeuner : 15,50€

Carte : 11€ à 21,50€

Quartier Saint-Gabriel

Route de Fontvieille

04 90 43 51 46

restaurantlamaisonpenchee@gmail.com



LE TAILLES DE BON

Cuisine provençale, traditionnelle et végétarienne

En centre-ville

Ouvert toute l'année

Fermé le lundi soir et mardi

Couverts : 40 en salle et en terrasse

Menu : 6,50€ à 24€

Plat du jour : 18€

Carte : 6,50€ à 24€

1, place Colonel Berrurier

04 90 91 47 74

taillesdebonrestaurant@gmail.com



LE TERMINUS-PROVENCE

Cuisine traditionnelle et provençale

En centre-ville

Ouvert toute l'année

Couverts : 60 en salle et 35 en terrasse

Menu : 14,50€ à 33€

Plat du jour : 9,90€

Carte : 14€ à 28€

6, place du Colonel Berrurier

04 90 96 53 01



LE COMPTOIR DES GOURMETS

Cuisine traditionnelle, végétarienne et du monde

En centre-ville

Ouvert toute l'année

(vendredi soir uniquement juillet & août)

Fermé les soirs, samedi et dimanche

Couverts : 40 en salle et 20 en terrasse

Formule déjeuner : 15€

Plat du jour : 14€

8, place Colonel Berrurier

04 90 47 73 23



LE MISTRAL

Cuisine provençale et traditionnelle

En centre-ville

Ouvert toute l'année uniquement sur réservation

Fermé le mercredi et samedi midi

Couverts : 70 en salle et 30 en terrasse

Menu : 23€ à 30€

26, boulevard Itam

04 90 91 27 62

contact@restaurant-mistral.com

www.restaurant-mistral.com



LES MAZETS DES ROCHES

Cuisine traditionnelle

Hors centre-ville

Ouvert du 10/04 au 31/10

Couverts : 90 en salle et 80 en terrasse

Menu : 27€ à 32€

Carte : 17€ à 25€

Salle de réunion

Route de Fontvieille - RD 33

04 90 91 34 89

mazets-roches@wanadoo.fr



PIZZERIA CHEZ TONY

Spécialités : pizzas

En centre-ville

Ouvert toute l'année le soir

Fermé le mercredi

Couverts : 40 en salle et 36 en terrasse

Pizza à emporter : 10,50€ à 12,80€

Carte : 10,50€ à 13,50€

44, boulevard Itam

04 90 43 58 11





RESTAURANT DU CHÂTEAU

Spécialités : grillades à la plancha, tapas, pizzas

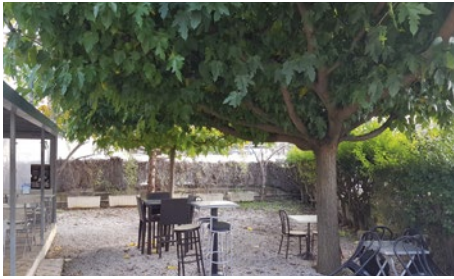
En centre-ville
Ouvert toute l'année

Couverts : 40 en salle et en terrasse
Menu : 15€ à 35€
Carte : 15€ à 35€

5, boulevard du Roi René
04 90 93 02 05 - 06 75 20 66 54



BRASSERIES - PETITE RESTAURATION



AUTHENTIC PIZZA

Pizzas

En centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé le mardi soir, samedi et dimanche midi
et 15 jours en juillet

Couverts : 30 en salle et 80 en terrasse
Carte à partir de 6,50€
Carte : à partir de 1€

9, boulevard Jules Ferry
04 13 70 00 29 - 06 82 48 77 26
authenticpizza@hotmail.fr



RAPIDO'S BRASSERIE CHEZ MARIE

Sandwiches, salades, burgers, entrecôtes, glaces

En centre-ville
Ouvert toute l'année
Fermé les samedi et dimanche
sauf pendant festivités

Couverts : 22 en salle et 35 en terrasse
Formule déjeuner : 10,90€
Carte : 3,50€ à 15,90€

13, place Elmshorn
07 82 04 64 90
chezmarie13150@gmail.com



Recettes provençales



TIANS DE LÉGUMES DU SOLEIL

Pour 6 personnes

- 12 tomates
- 2 courgettes
- 1 aubergine
- 4 tiges de petit basilic
- Huile d'olive
- Fleur de sel
- Poivre



Préchauffez le four à 150°C. Une fois tous les légumes lavés et séchés, coupez les tomates en tranches dans la hauteur. Coupez l'aubergine et les courgettes en rondelles fines. Dans un plat à gratin, alternez une tranche de tomate, une tranche de courgette et une tranche d'aubergine. Salez et poivrez. Arroser d'huile d'olive et faites cuire pendant 1 heure. Répartissez les tians dans des assiettes, décorez de feuilles de basilic et servez aussitôt.



FOUGASSE AUX OLIVES

Pour 4 personnes

- 250 g de farine
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ½ sachet de levure chimique
- 1 cuillère à café de sel
- 15 cl d'eau
- 1 petit bol d'olives noires dénoyautées



Préchauffez le four à 180°C. Mettez la farine dans un saladier, ajoutez la levure chimique, le sel, les olives coupées en petit morceaux et l'huile d'olive. Ajoutez l'eau au fur et à mesure pour former une boule bien lisse et pétrissez pendant quelques minutes. Sur une plaque à four couverte de papier sulfurisé, étalez la pâte en formant une galette ovale ni trop fine ni trop épaisse. Faites des entailles et les écarter un peu. Badigeonnez la galette d'huile d'olive et l'enfourner. Faites cuire 25 minutes.



BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE

Tarascon-en-Provence

62, rue des Halles
13150 Tarascon
Tél : 04 90 91 03 52
tarascontourisme@agglo-accm.fr

Saint-Martin-de-Crau

Avenue de la République
13310 Saint-Martin-de-Crau
Tél : 04 90 47 98 40
stmartindecrautourisme@agglo-accm.fr

MAIRIES

Boulbon

5, place Victor Barberin
13150 Boulbon
Tél : 04 90 43 95 47
mairiedeboulbon@wanadoo.fr

Saint-Pierre-de-Mézargues

Place de la Mairie
13150 Saint-Pierre-de-Mézargues
Tél : 04 90 43 93 42
mairie.spm@wanadoo.fr