

# Eten in Ter Helme? Mmm!

© Ter Helme 2026

**Chef  
Luc Baert  
stelt voor**



**TER  
HELME**

Kinderlaan 49-51  
8670 Oostduinkerke

T 058 23 45 02  
terhelme.be



# Frisdranken & Warme dranken

## Frisdranken

Glas huiswater bruisend	2,00
Glas huiswater niet bruisend	2,00
Fles huiswater bruisend 750 ml	6,00
Fles huiswater niet bruisend 750 ml	6,00
Cola	3,00
Cola zero	3,00
Sprite	3,00
Fanta	3,00
Fuze spark black tea	3,00
Fuze tea peach	3,00
Schweppes tonic	3,00
Schweppes agrum	3,00
Fever tree mediterranean	3,50
Fristi	3,00
Cécémel	3,00
Looza sinaasappelsap	3,00
Looza appelsap	3,00
Looza tomatensap	3,00
Vers geperst sinaasappelsap	6,00
Vers geperst citroensap	6,00
Tönissteiner Sprudel	3,00
Tönissteiner citroen	3,00
Tönissteiner sinaasappel	3,00
Tönissteiner vruchtenkorf	3,50
Tönissteiner gember - citroen	3,50

## Warme dranken

Espresso	3,50
Cafeïnevrije espresso	3,50
Kannetje koffie 1 persoon	6,00
Mokka	3,50
Koffie verkeerd	4,00
Cafeïnevrije koffie verkeerd	4,00
Cappuccino met melkschuim	4,00
Cappuccino met slagroom	4,00
Thee - diverse smaken	3,50
Gember thee	4,00
Kannetje thee - diverse smaken	6,00
Warme chocolademelk	4,00
Warme chocolademelk met marshmallow	4,50
Warme chocolademelk met slagroom	4,50
Irish koffie, Jameson Whisky	11,00
French koffie, Grand Marnier of Braastad Cognac	11,00
Italian koffie, Amaretto	11,00

**Allergiën?  
Onze kelners  
helpen je graag!**

**TER  
HELME**

# Bieren

## Bieren van het vat

Maes pils van het vat 25 cl	3,00
Maes pils van het vat 33 cl	3,80
Maes pils van het vat 50 cl	5,50
Grimbergen blond 33 cl	4,50
Grimbergen bruin 33 cl	4,50
Cristal Xtra 25 cl	3,50

## Bieren uit het flesje

Maes pils 25 cl	3,00
Carlsberg 25 cl	3,50
Hoegaerden 25 cl	3,00
Brugse Zot 33 cl	4,50
Duvel 33cl	4,50
Rodenbach 25 cl	3,50
Supplement grenadine	0,50
Omer 25 cl	4,50
Kriek Mort Subite 25 cl	4,00
La Chouffe blond 33cl	4,50

## Bieren zonder alcohol 0 %

Sport Zot 33 cl	4,50
Stella 25 cl	3,00
Carlberg 25 cl	3,50
La Chouffe 33cl	4,50
Ypra 33cl	4,50
Zeevonk 33cl	4,50

## Streekbieren

Peerdevisscher bruin 33 cl	4,50
Peerdevisscher tripel 33 cl	4,50
Papegaai 33 cl	4,50
Jus de mer blond 33 cl	4,50
Zeevonk 33 cl	4,50

## Trappisten bier

Westmalle extra 33 cl	4,00
Westmalle dubbel 33 cl	4,50
Westmalle tripel 33 cl	4,50
Orval 33 cl	5,50

## Versnaperingen

Chips zout	2,00
Chips paprika	2,00
Portie olijven	5,00
Portie kaas	5,00

**Allergiën?  
Onze kelners  
helpen je graag!**

**TER  
HELME**

# Aperitieven & Sterke dranken

## Aperitieven

Martini wit / rood	6,00
Gancia	6,00
Cynar	6,00
Porto wit / rood	6,00
Pineau des Charentes	6,00
Sherry	6,00
Campari	6,00
Campari orange	9,00
Picon	5,50
Picon witte wijn	8,00
Pisang Ambon	6,00
Pisang Ambon orange	9,00
Passoa	6,00
Passoa orange	9,00
Aperitief maison	8,00
Kir	7,00
Kir royale	9,00
Sangria	9,00

## Aperitieven zonder alcohol

Martini Floreal	6,00
Martini Vibrante	6,00
Pisang funny	6,00
Bitter funny	6,00

## Mocktail

Bitter funny orange	9,00
Pisang funny orange	9,00
Nona tonic	11,00
Nona Fever tree	12,00
Gimber appel	9,50
Gutts Italian sweet bitter tonic	11,00

**Allergiën?  
Onze kelners  
helpen je graag!**

**TER  
HELME**

## Sterke dranken

Whisky Jameson	7,00
Whisky Glenmorangie single malt	9,00
Cognac Martell V.S.O.P	9,50
Cognac Braastad	7,00
Armagnac V.S.O.P château du Tariquet	9,50
Grand Marnier	7,00
Calvados	7,00
Cointreau	7,00
Amaretto Disaronno	7,00
Sambuca	7,00
Baileys	7,00
Ricard	7,00
Grappa Vaccari	7,00
Jonge jenever	5,00
Oude jenever	6,00
Citroen jenever	5,00
Limoncello Villa Massa	7,00
Gordon's Londen dry gin	7,00
Gin Hendrick's	9,00
Vodka Eristoff	7,00





## Cocktails

Gordon's Londen dry gin tonic	10,00
Gordon's Londen dry gin Fever tree	11,00
Hendrick's gin tonic	12,00
Hendrick's gin Fever tree	13,00
Vodka orange	10,00
Bacardi cola	10,00
Bacardi orange	10,00
Whisky cola	10,00
Bloody Mary	11,00
Limocello Villa Massa tonic	10,00
Limocello Villa Massa spritz	10,50
Aperol tonic	10,00
Aperol Spritz	10,50
Negroni	12,50

# à la carte

## Kies maar!

### Kleine kaart

Croque monsieur met salade	14,00
Kaaskroketten artisaanaal 2 stuks met salade 	17,00
Garnaalkroketten artisaanaal 2 stuks met salade	25,00
Spaghetti bolognaise	15,00
Vegetarische spaghetti bolognaise 	16,00
Omelet natuur met salade 	14,00
Omelet met emmenthaler en salade 	16,00

### Kids

Spaghetti bolognaise	9,00
Pasta, kaas, ham en broccoli	9,00
Nuggets met appelmoes en frietjes of puree	10,00
Balletjes in tomatensaus, frietjes of puree	15,00
Fish sticks, slaatje en frietjes of puree	15,00
Kindersteak, vleesjus, salade en frietten	19,00

### Helmie menu

Tomatensoep met balletjes of Artisanale kaaskroket, gefrituurde peterselie en citroen ***	20,00
Fish sticks, slaatje en frietjes of puree of Kalkoensteak met appelmoes, vleesjus en frietjes ***	
Kinderijsje	

### Zoete lekkernijen

Dame blanche met verse chocolade saus	9,00
Coupe brésilienne	9,00
Coupe advokaat	14,00
Coupe vers fruit	14,00
Schepijs in hoorntje 1 bolletje supplement per extra bol	3,00 1,50
Pannenkoek met boter en suiker	6,00
Pannenkoek met warme chocolade saus en vanille-ijs	9,00
Appeltaart	6,00
Warme appeltaart met ijs en slagroom	9,00

### Zoete lekkernijen à la carte

Crème brûlée	8,00
Chocolademousse	8,50
Luchtige café glacé	9,00
Pavlova met nougat ijs	9,00
Sabayon met ijs	9,50
Minute appeltaart met vanille-ijs en stuiver van Calvados	11,50

**Allergiën?  
Onze kelners  
helpen je graag!**

**Vraag naar onze dagverse  
suggesties!**

# TER HELME


2026

**Maximum 4 verschillende gerechten per tafel.**

# à la carte

## Kies maar!

### Sharing

Plancha bitterballen met mosterddip	12,00
Mini frikadel mer curry ketchup	12,00
Kippen nuggets met zoetzure saus	12,00
4 bitterballen - 4 mini frikadel - 4 kippen nuggets	12,00
Goujonettes kabeljauw, tartaar, citroen	19,00
Broccoli nuggets met zoetzure saus 	12,00

### Soep

Soep van de dag	5,00
Tomatensoep met balletjes	6,00
Noordzeevissoep, rouille en toast	14,00

### Salade

Salade met gebakken geitenkaas, spek	22,00
Salade met tomaat en gepelde grijze Noordzeegarnalen	Dagprijs
Extra salade voor bij gerecht	7,00

### Dag menu

Midweek 28,00 ma - vr	Weekend 35,00 zat - zon
-----------------------------	-------------------------------

Soep  
\*\*\*

Voorgerecht  
\*\*\*

Hoofdgerecht  
\*\*\*

Hoofdgerecht  
\*\*\*

Nagerecht

Nagerecht

### Menu Ter Helme

50,00

Salmone tonnato  
\*\*\*

Vissoep met rouille en toast  
\*\*\*

Gestoomde kabeljauwfilet, bladspinazie, Hollandaise, geplette peterselie aardappelen met hoeveboter  
\*\*\*

Pavlova met nougat ijs

### Voorgerecht

Artisanale kaaskroketten met Oud Brugge, peterselie frifri 	14,00
Droog gezouten en gerookte zalmfilet met zijn klassiek garnituur	21,00
Salmone tonnato, appelkappers, ansjovis, microleafs	21,00
Penne met groene pesto, Grana Padano 	14,00
Artisanale garnaalkroketten, peterselie frifri, citroen	22,00
Toatjespap met grijze Noordzeegarnalen, botersaus met verse tuinkruiden	21,00
Scampi met een romige pittige tomatensaus	22,00

### Hoofdgerecht



Chateaubriand met salade en frietjes	29,00
champignonsaus, pepersaus, béarnaise, wijnhandelaar saus	4,00
Limousin stoofvlees met Watou abdijbier, aardappelkroketten	31,00
Varkenswangetjes op zijn Hongaars, balkje van ratjes aardappelen	29,00
Vol au vent, bladergebak, salade mixt, frietjes	29,00
Gegratineerd vispannetje	29,00
Gebakken zeeduivel, groene pepersaus, smeùige aardappelen verrijkt met zeeparels, mergpompoe	33,00
Zeetong 5/1 meunière, frisse salade, frietjes	Dagprijs
Met mornay saus gegratineerde kabeljauwfilet, wok verde, geplette peterselie aardappelen met hoeveboter	35,00
Gebakken aubergine, pittige tomatensaus met geitenkaas 	25,00
Gegratineerd ei met spinazie en mornay saus, aardappelpuree 	22,00

Maximum 4 verschillende gerechten per tafel.

# à la carte

## Choisis!

### Petite carte

Croque-monsieur avec salade	14,00
Omelette nature avec salade 	14,00
Omelette à l'emmental avec salade	16,00
Croquettes de fromage artisanales, 2 pièces avec salade 	17,00
Croquettes de crevettes grises artisanales, 2 pièces avec salade	25,00
Spaghetti bolognaise	15,00
Spaghetti bolognaise végétarien 	16,00

### Enfant

Spaghetti bolognaise	9,00
Macaroni au fromage, jambon et brocoli	9,00
Nuggets de poulet avec compote de pommes, frites ou purée	10,00
Boulettes de viande sauce tomate, salade, frites ou purée	15,00
Fish sticks, salade, frites ou purée	15,00
Steak enfant, jus de viande, salade et frites	19,00

### Menu Helmie

Soupe aux tomates avec boulettes de viande

ou

Croquette de fromage artisanale, persil frit et citron

\*\*\*

Fish sticks avec salade et frites

ou

Steak de dinde avec compote de pommes, jus de viande et frites

\*\*\*

Glace pour enfants

### Douceurs sucrées

Dame blanche avec sauce au chocolat maison	9,00
Coupe brésilienne	9,00
Coupe vanille à la liqueur d'oeufs	14,00
Coupe vanille de fruits frais	14,00
Glace sur cornet 1 boule	3,00
Supplément par boule supplémentaire	1,50
Crêpes au beurre et sucre	6,00
Crêpes, glace vanille, sauce chocolat maison	9,00
Tarte aux pommes	6,00
Tarte aux pommes chaude avec glace vanille et chantilly	9,00

### Douceurs à la carte

Sabayon avec glace vanille	9,50
Crème brûlée	8,00
Mousse au chocolat	8,50
Mousse légère au café avec glace mokka	9,00
Tarte minute aux pommes avec glace vanille, touche de Calvados	11,50
Pavlova avec glace au nougat	9,50

**"Des allergies?  
Nos serveurs  
se feront un plaisir  
de vous aider!"**

# TER HELMIE

Maximum 4 plats différents par table.

# à la carte

## Choisis!

### Plats à partager

Plancha Mini fricandelles	12,00
Planche de nuggets de poulet, sauce aigre-douce	18,00
Planche avec goujonnettes de cabillaud, sauce tartare, citron	19,00
Planche avec de boulettes apéro de viande avec sauce moutarde	12,00
Plancha 4 boulettes apéro - 4 mini fricandelles - 4 nuggets de poulet	12,00
Nuggets de brocoli, sauce aigre-douce 	12,00

### Soupes

Potage du jour	5,00
Soupe de tomates avec boulettes de viande	6,00
Soupe de poissons, rouille et toast	14,00

### Salades

Salade, fromage de chèvre chaud, lard au four	22,00
Salade de tomates et crevettes grises décortiquées	Prix du jour
Salade supplémentaire pour accompagner le plat	7,00

### Menu du jour

Lun - Ven  
28,00

Sam - Dim  
35,00

Soupe  
\*\*\*

Entrée  
\*\*\*

Plat principal  
\*\*\*

Plat principal  
\*\*\*

Dessert

Dessert

### Menu Ter Helme

50,00



Saumon tonnato  
\*\*\*

Soupe de poisson, rouille et toast  
\*\*\*



Filet de cabillaud vapeur, épinards frais, sauce hollandaise, pommes de terre écrasées au persil et beurre fermier  
\*\*\*

Pavlova, glace au nougat

### Entrées

Croquettes de fromage (vieux Bruges) artisanale, persil frit 	14,00
Scampi diabolique	22,00
Saumon tonnato, câpres de pomme, anchois, micro-pousses	18,00
Filet de saumon salé et fumé, avec sa garniture classique	21,00
Croquettes aux crevettes artisanales, persil frit, citron	22,00
Penne au pesto vert, Grana Padano 	14,00
Purée au lait battu avec crevettes grises de la mer du Nord, beurre blanc	21,00

### Plats principaux

Chateaubriand, salade et frites	29,00
sauce aux champignons, sauce au poivre, sauce béarnaise, sauce marchand de vin	4,00
Carbonnade de bœuf Limousin à la bière d'abbaye Watou, Croquettes de pommes de terre	31,00
Joues de porc à la Hongroise, toast de pommes de terre	29,00
Vol-au-vent, feuilleté, salade, frites	28,00
Lotte poêlée, sauce au poivre vert, pommes de terre fondantes, butternut	33,00
Poêlée de poissons gratinées	29,00
Filet de cabillaud gratiné à la sauce Mornay, wok de légumes verts, pomme de terre écrasées au persil et beurre fermier	35,00
Sole meunière, salade, frites	Prix du jour
Aubergine poêlée, sauce tomate relevée au fromage de chèvre 	25,00
Oeuf gratiné aux épinards et sauce Mornay, purée de pommes de terre 	22,00

Maximum 4 plats différents par table.

2026

# Wijnen

## Glas – karaf wijn

<i>Promotiewijn (soort wijn zie uitgangbord)</i>	€ 7 gl.	€ 35 fl.
<i>Karaf huiswijn wit / rosé / rood</i>	€ 9.5 250ml.	€ 19 500ml.

## Mousserende wijnen

<b>Chevalier Royal brut, Luxemburg</b>	€ 6 gl.	€ 30 fl.
<i>Gemaakt van de Macabeo en Ugni Blanc druiven. Florale getoaste impressies in de neus. Frisse ronde schuimwijn.</i>		

<b>Prosecco Valdo Millesimato DOC, Italië</b>	€ 8 gl.	€ 42 fl.
<i>Fris en droog met fijne bubbels. 100% glera druif.</i>		

<b>Champagne Le Brun de Neuville, Frankrijk</b>		€ 65 fl.
<i>Deze Blanc de Blanc won wereldwijd verschillende prestigieuze medailles. Deze blanc de blanc is 100% chardonnay en valt op door haar finesse, elegantie, mineraliteit en een fruitig aroma.</i>		

## Alcoholvrije wijnen

<b>Mousserende wijn, Carl Jung, Duitsland</b>	€ 5 gl.	€ 28 fl.
<i>Hij geeft een frisse sprankelende indruk, met subtiel wat pittigheid, harmonieus met toetsen van groene appel, citrus en tropisch fruit.</i>		

<b>Witte wijn, Natureo, Spanje</b>	€ 5 gl.	€ 28 fl.
<i>Een lekkere alcoholvrije wijn gemaakt met de Muscat druif. Aromatische wijn met een zoete impressie.</i>		

<b>Rode wijn, Carl Jung, Spanje</b>	€ 5 gl.	€ 28 fl.
<i>Al in 1908 kreeg Carl Jung patent op hun methode om wijn te dealcoholiseren. Sindsdien hebben zij hun methoden verder geperfectioneerd.</i>		

## Rosé wijnen

<b>Rosé huiswijn Le Plan RS, Frankrijk</b>	€ 5 gl.	€ 28 fl.
<i>Uitsluitend grenache druif, intens aroma met indrukken van rood fruit</i>		

<b>Château du Rouët, cuvée Belle Poule, Frankrijk</b>		€ 35 fl.
<i>Côtes de Provence, Grenache – Syrah druiven. De naam Belle Poule stamt af van de Napoleon periode, wat bewijst dat dit domein een rijke geschiedenis heeft. Deze wijn behoort tot de betere cuvées van het domein met een lichte vette toets en een mooi evenwicht.</i>		

## Zoete witte wijn / Dessert wijn

<b>Late Harvest Santa Carolina, Chili</b>	€ 8 gl.	€ 22 fl.
<i>Het is een zoete witte wijn gemaakt van druiven die langer dan normaal op de wijnstok achterblijven om zo een hoger suikerhalte en intensere aroma's te behalen.</i>		

# Wijnen

## Witte wijnen

<b>Witte huiswijn Le Plan RS, Frankrijk</b>	€ 5 gl.	€ 28 fl.
<i>Verfrissende witte wijn met een verleidelijke neus van bloemen, mooi van smaak en afdronk.</i>		
<b>Fleur du sud, Pays D'oc, Frankrijk</b>	€ 5 gl.	€ 28 fl.
<i>Chardonnay en Viognier druif, zacht, fris, floraal met mooie rondeur.</i>		
<b>La Petite Perrière, Loire, Frankrijk</b>		€ 28 fl.
<i>Sauvignon Blanc druif, droog, fris met aroma's van citrus en passievrucht.</i>		
<b>Château de Fontenille, entre-deux-mers, Frankrijk</b>		€ 29 fl.
<i>Van de Belgische wijnmaker Stéphane Defraîne. Frisse wijn met mooie rondeur, aroma's van agrum en perzik.</i>		
<b>Château La Rame, Bordeaux, Frankrijk</b>		€ 33 fl.
<i>Sauvignon Blanc druif, AOP Sainte Croix du Mont, mooie fraîcheur.</i>		
<b>Saint Véran, Esprit des Lieux, Bourgogne, Frankrijk</b>	€ 25 375ml	€ 39 750ml
<i>Chardonnay druif, mooie witte Bourgogne met aroma's van peer, perzik en witte bloemen. Elegant, fris en vetzig.</i>		
<b>Les Côtilles, Bourgogne, Frankrijk</b>		€ 31 fl.
<i>Chardonnay druif, vol, zacht en romig met fruitige toetsen en een aangename fraîcheur.</i>		
<b>Mademoiselle de T, Pouilly fumé, Loire, Frankrijk</b>		€ 46 fl.
<i>Sauvignon Blanc op een silex ondergrond. Zeer rijke elegante wijnen met florale aroma's en een aangename minerale afdronk.</i>		
<b>Château d'Aqueria, Cotes du Rhone, Lirac, Frankrijk</b>		€ 35 fl.
<i>Bleekgele kleur met heldere groene reflecties, een complexe neus met aroma's van witte bloemen, perziken en tonen van tropisch fruit. Een uniek wijndomein in de Rhônestreek, beroemd om zijn Tavel en Lirac wijnen, omgeven door prachtige natuur en geschiedenis.</i>		
<b>Entre Deux Monts, Quatre Cépage, Heuvelland België</b>		€ 35 fl.
<i>Unieke assemblage van Chardonnay, Auxerrois, Pinot Noir en Meunier druiven. Deze wijn van de hand van Martin Bacquaert is fris en aromatisch in de neus. In de mond fris, sappig fruit en fijne zuren.</i>		
<b>Reve Offida, DOCG, Italië</b>		€ 41 fl.
<i>Pecorino druif, vanille en boter toetsen, rijp exotisch fruit. Ronde en toch frisse wijn.</i>		
<b>Domäne Wachau, Oostenrijk</b>		€ 32 fl.
<i>Grüner Veltliner druif, fris en licht mineralig, aroma's van groene appel, mango en witte peer.</i>		
<b>Château Burgozone, Bulgarije</b>		€ 34 fl.
<i>Chardonnay druif, aroma's van groene appel, citroengras en een florale toets. Geen houtrijping waardoor dit een heel frisse Chardonnay is.</i>		

# Wijnen

## Rode wijnen

- Rode huiswijn Le Plan RS, Frankrijk** € 5 gl. € 28 fl.  
*Deze Côtes du Rhone combineert de kracht van Grenache en Syrah met intens fruit en specerijen. De kleur doet denken aan medium karmozijn rood.*
- Fleur du sud, Pays D'oc, Frankrijk** € 5 gl. € 28 fl.  
*Cabernet sauvignon druif, krachtige, volle, fruitige wijn met rijpe tannines.*
- La Petite Perrière, Loire, Frankrijk** € 28 fl.  
*Pinot Noir druif, Speelse lichte rode wijn, zwart fruit, braambes en kersen.*
- Sirius, Bordeaux, Frankrijk** € 32 fl.  
*Merlot en Cabernet sauvignon druif, rijk elegant, afgeronde tannines, 12 maand op Franse eik gerijpt.*
- Château les Pins, Côtes de Roussillon village, Frankrijk** € 42 fl.  
*Grenache, Syrah en Mourvèdre druiven, een toegankelijke wijn met veel geconcentreerd fruit, intense aroma's en een aangename souplesse.*
- Château de Bord, Côtes du Rhone village Laudun, Frankrijk** € 32 fl.  
*Grenache-Syrah en Viognier druiven, Kort gerijpt op eiken vaten, een vleugje vanille naast intense aroma's van zwart fruit, rijpe kersen en tijm, aangevuld met een toets van chocolade en koffie in de mond.*
- Château Palais Cardinal, Saint Emilion Grand cru, Bordeaux, Frankrijk** € 49 fl.  
*Merlot – Cabernet Sauvignon en Cabernet Franc druiven, gerijpt gedurende 15 maanden op Franse eiken vaten. Het elegante fruit primeert in deze wijn.*
- Château Beauregard Ducasse, Graves, Bordeaux, Frankrijk** € 19.5 fl. 375 ml.  
*Merlot 60%, Cabernet Sauvignon 30% en Petit Verdot 10 %, deze wijn is gerijpt op eikenhouten vaten.*
- Montepulciano d'Abruzzo, Italie** € 29 fl.  
*Montepulciano druif. Fruitige soepele rode wijn met een zachte afdronk. Aroma's van bessen, aardbeien en rabarber.*



## Goed om te weten!

Je bent hier ook welkom  
voor al je feestelijke gelegenheden

**communiefeesten**  
**lentefeesten**  
**verjaardagen**  
**jubileums**

....

## Bent u tevreden? Laat het ons weten!

### Schrijf een review

op onze Facebook-pagina, Trivago  
of post een toffe foto op Instagram.  
Wij verloten regelmatig een drankjes  
onder **de leuke posts!**

## Onze nieuwsbrief reuzehandig

Altijd als eerste op de hoogte van de  
acties en nieuwtjes?

Schrijf je in op onze nieuwsbrief of volg  
ons op Facebook, Instagram of LinkedIn.

**TER  
HELME**