

LA CARTE



LES BOWLINETTES M 12.90€ L 14.90€

Base de riz vinaigré ou de quinoa (+1€)

L'Hawaïen

Saumon citron huile d'olive ciboulette, mangue, chou rouge, concombre, carotte, avocat, graines de sésame, grenade.

Le Chic'ken

Poulet halal mariné teriyaki, ananas, radis, edamame, tomate, houmous maison, cébette, oignons frits, noix de cajou.

Le VégèteBowl

Fromage frais façon BowlINETTE, concombre, carotte, choux rouge, edamame, radis, avocat, pickles d'oignons, cébette, grenade, coriandre, mélange de graines.

Le Cheesy

SAUMON OU POULET

Saumon mariné **OU** Poulet teriyaki, fromage frais façon BowlINETTE, edamame, avocat, carotte, chou rouge, pickles oignons, oignons frits.

Le Poké du Moment

Poké composé selon mon inspiration du moment :
Rendez-vous au camion, [f](#) [i](#) ou site internet pour le découvrir !

+ SUPPLEMENTS : Protéine (+2€) Topping (+0.50€)
Sauce (1+€) Avocat (+1.50€)

COMPOSE TON POKÉ!

à partir de
11.90€

Choisis ta base, ta protéine, garniture (3-5), topping...

NEW! POKÉ ENFANT 8.00€

Poké à base de riz vinaigré, poulet teriyaki, 2 à 3 garnitures (avocat+1€), 1 topping au choix.

LES DOUCEURS 4.00€

La Panna de Fruits

Panna cotta vanille, fruits frais et menthe ciselée

La Mousse au Choc'

Mousse chocolat gingembre et pépites de choc !

Le Chia va super !

Lait de coco, graines de chia, compotée de fruits de saison, amandes torréfiées

LES SAUCES

Asiatique

Légère

Spicy

Soja salée

Sauce soja, huile de sésame, ail
Fromage blanc, ciboulette, citron,
moutarde, huile d'olive
Mayonnaise, piment sriracha
OU Soja sucrée

LES FORMULES

Duo
POKE + DESSERT OU BOISSON * à partir de **15.50€**
(hors bière, kombucha et eau minérale)

Gourmande
POKE + DESSERT + BOISSON * à partir de **18.50€**
(hors bière, kombucha et eau minérale)

+ SUPPLEMENTS :

Poké L (+2 €) Kombucha / Ginger (+1 €) Bière (+1,50 €)

LES BOISSONS

Boisson Maison du Moment !

Jus de fruits

Sodas ou Eaux gazeuses aromatisées

Kombucha / Ginger Beer

Bière Locale BIO

Eaux plates & gazeuses

25cl **3.50€ ***

25cl - 33cl **3.50€ ***

33cl **3.00€ ***

33cl **4.00€**

33cl **4.50€**

50cl **2.50€**

COMMANDEZ EN LIGNE !

Onglet à droite sur mon site internet
ou par TEL 07 43 16 19 24



À COMPOSER !



1) CHOISIS LA TAILLE ET LA BASE

Le Poké

M 11.90€

L 13.90€

Riz ou Quinoa (+1€)

Le Chirashi

POUR PLUS DE PROTEINES !

M 12.90€

L 14.90€

Riz ou Quinoa (+1€)

2) LA PROTEINE

- Saumon mariné
- Poulet halal teriyaki
- Fromage frais façon Bowlinette
- Protéine du moment

2) LA PROTEINE

- Saumon mariné (+1€)
- Poulet halal teriyaki
- Fromage frais façon Bowlinette
- Protéine du moment

3) LA GARNITURE 4 à 5

- Ananas
- Mangue
- Fruit du moment
- Edamame
- Concombre
- Houmous maison
- Radis
- Chou rouge
- Carotte
- Tomate
- Avocat (+1€)
- Cream Cheese (+1€)

3) LA GARNITURE 1 ou 2

- Ananas
- Chou rouge
- Carotte
- Tomate
- Avocat (+1€)
- Houmous maison
- UNIQUEMENT PROTEINE (+2€)
- Mangue
- Edamame
- Concombre
- Cream Cheese (+1€)

4) CHOISIS LES TOPPINGS ET LA SAUCE

LES TOPPINGS 1 à 2 toppings

- Coriandre
- Sésame
- Mélange de graines
- Noix de cajou
- Oignons frits
- Grenade
- Pickles d'oignons
- Cacahuètes salées
- Cébettes

LA SAUCE

Asiatique Sauce soja, huile de sésame, ail

Légère Fromage blanc, ciboulette, citron, moutarde, huile d'olive

Spicy Mayonnaise, piment sriracha

Soja salée **OU** **Soja sucrée**

SUPPLEMENTENTS

Protéine (+2€) / Topping (+0.50€) / Sauce (+1€)