



LES SALADES

SALADE AMERICAINE

coleslaw (fabrication maison),
pommes, noix

SALADE ARLEQUIN (VEGANNE)

tartare d'artichauts, épeautre,
quinoa, pomme granny

SALADE BOLIVIENNE (VEGANNE)

tartare d'artichauts, tomates,
quinoa, spaghettis d'épeautre complet,
haricots rouges, cornichons aigre doux

SALADE CREATIVE

blé, saumon fumé, câpres,
tomates séchées, mozzarella,
oignon rouge, graines de courge

SALADE DE RIZ

riz noir de Camargue,
thon, poivrons marinés, maïs

SALADE FRESCA

pâtes, jambon cru,
tartare de légumes,
mozzarella, oignon rouge

SALADE FROM'S

salade, quinoa,
mimolette, édram,
noix, pomme

SALADE GOURMANDE (VEGANNE)

tartare d'artichauts, tomates,
spaghettis quinoa/ail (quinoa et blé dur),
carottes râpées, pois chiches, haricots rouges,
cornichons aigres doux

SALADE MAISE

pommes de terre, lentilles, tomates,
hareng fumé, mix de graines (courges,
tournesol, lin, raisins, abricots secs, noix)

SALADE PAYSANNE

boullgour, poulet, tomates,
mozzarella, graines de courge

SALADE PEOPLE

poulet, épeautre concassé,
carottes râpées, fêta,
tomates séchées

SALADE PRINTANIERE (VEGANNE)

lentilles, quinoa, tomates,
carottes râpées, noix

SALADE ROYALE

lentilles, poulet, tomates séchées,
mozzarella, ananas, oignon rouge

SALADE TEX MEX

quinoa, poulet tex mex, poivrons marinés,
tomates séchées, haricots rouges, oignons frits