



# MENU

## NOS SPECIALITES

14.50€

Au rythme des saisons!!!!

### À PARTAGER & SLIDE

PLANCHE DE CHARCUTERIE 10€

GUACAMOLE MAISON & TORTILLAS 9€

PLANCHE DE LEGUMES 8€

BOL DE POTATOES ET SAUCE TARTARE 5€

### NOS BOWLS INCONTOURNABLES

14.50€

100% équilibrés et gourmands!!!!



- **BOWL VEGGIE** : semoule épicée, feta, avocat et légumes de saison
- **BOWL ORANGE**: semoule épicée, poulet et sa panure, avocat et légumes oranges
- **BOWL SUCRE ET SALE** : riz basmati, avocat, tartare de saumon et mangue
- **BOWL VERT**: riz basmati, avocat, burratina et légumes verts

### TARTELETTE SALEE

servie tiède et accompagnée d'une salade de saison

- Quiche aux poireaux et chèvre et son filet de miel 13.90€

### BAGEL & BURGER

13.90€

Accompagné de nos potatoes maison et sauce tartare  
version salade possible

- Bagel cheddar au sésame, poulet rôti, galette de pomme de terre, cheddar et sa sauce secrète
- BUNS épicé: pain bun's très moelleux, sauce piquante, bœuf haché, oignons rouges et cheddar
- Bun's protéiné au poulet, pain moelleux aux graines, poulet rôti, avocat, œuf au plat et cream-cheese
- PITA CHICKEN sauce épicée, poulet rôti, tranche de parmesan, avocat et salade

### ASSIETTES DU JOUR

13.90€

- **BOWL CHAUD** ou **SALADE DU JOUR**: (voir ardoise)

- **BURRATA** belle assiette composée de tomates et fruits jaunes du moment, avocat aux graines

- **BURRATA** et ses spaghettis de concombre à la crème

- **LINGUINES** aux crevettes à l'indienne et parmesan

- **TARTARE DE SAUMON** saumon cru mariné, cubes d'avocat et de mangue, légumes croquants

- **SALADE FULL COLOR** jeunes pousses, avocat, billes de melon, et mozzarella, grenade, fêta et speck

- **MEGA CHICKEN SALAD** poulet à la moutarde à l'ancienne, avocat, mais, croutons, tomates, mélange de salade verte, comté, parmesan, œuf dur.

- **AVOCADO TOAST**: tartine de pain aux fruits et graines, écrasé d'avocat, fêta, légumes croquants et ses petites graines

5 variétés au choix :

fruits rouges, saumon fumé, poulet croustillant, œuf ou feta

- **ASSIETTE ITALIENNE** burrata, pâtes froides au pesto basilic, parmesan, fêta, tomates cerises et pousses d'épinards  
VERSION CHAUDE OU FROIDE

- **PAVE DE SAUMON** mariné aux épices, écrasé de pommes de terre OU légumes rôtis aux épices

- **CAMEMBERT ROTI EN DEMI SAISON** : petit camembert au four rôti au miel et graines, charcuterie du moment et ses grenailles au gros sel et huile de noix, croutons ailés, avocat et salade

- **TATAKI DE THON** Avocat, boulgour, fèves edamame, mayonnaise au wasabi

- **TACOS** galettes de blé, guacamole, poulet, comté râpé et tortillas

## DESSERTS

- TIRAMISU SPECULOOS 7€

- BOWL SUCREE yaourt au lait végétal, granola maison, bananes et crème de caramel au beurre salé 7€

- CAFE GOURMAND & ses 3 mignardises 5.90€

- PAVLOVA aux fruits rouges 7€

- PROFITEROLES glace haagen dazs vanille-macadamia, chocolat fondu et chantilly 7€

- ACAÏ BOWL dans sa coque de coco, lait végétal à la poudre d'acaï, arachides, graines et fruits frais 7.00€

- ASSIETTE DE FRUITS FRAIS DE SAISON 7.00€

- MOELLEUX AU CHOCOLAT cœur fondant et chantilly 6.50€

- CHEESECAKE au caramel beurre salé 6.50€

- COOKIE MI-CUIT aux pépites de chocolat 4.50€

- PÊCHE fraiche servie avec son sorbet et chantilly 6,50€

- FROMAGE BLANC 0% avec coulis fruits rouges ou exotique 5,90€



HEALTHY FOOD



VEGGIE



LISTE DES ALLERGENES  
DISPONIBLE