

LA DEMI HEURE D'ISNEAUVILLE

MENU



A emporter ou en livraison

HEALTHY FOOD 10,50€

- **BOWL HOT HONEY VEGGIE:** quinoa/boulgour/sésame, fêta, avocat, patates douces et carottes roties au miel et épices, oeuf mollet, grenade, pois chiches, herbes fraîches
- **BOWL CHICKEN CRUNCHY:** semoule épicée, poulet pané maison, avocat, concombre, pickles de chou rouge, graines et oignons frites, pois chiche grillé ou maïs grillé
- **POKÉ HAWAÏEN** riz basmati, avocat, tartare de saumon et mangue (+1€ sur la formule et à l'unité).
- **POKE SALMON TATAKI** saumon snacké et mariné au soja, miel et moutarde, avocat, grenade, mangue, framboise, herbes fraîches et riz venere (+1€ sur la formule et à l'unité)
- **AVOCADO TOAST:** tartine de pain aux fruits et graines, écrasé d'avocat, fêta, légumes croquants. Au choix : poulet croustillant, fêta, oeuf, ou saumon (+1€ sur la formule et à l'unité).
- **TATAKI BOOST** riz venere, tataki de thon sésame/soja, avocat, coriande, fèves edamame et mayonnaise au wasabi
- **KOREAN CRISPY SALAD'** riz crispy, coeur de laitue, poulet pané à la coréenne, chou rouge, cherry tomatoes, avocat, croutons à l'ail, oeuf mollet
- **SALMOND SALSA** boulgour, laitue ice-berg, saumon cuit mariné au paprika, grenade, avocat, tomates, graines et herbes aromatiques, le tout légèrement relevé par une vinaigrette maison (+1€ sur la formule et à l'unité).
- **PAVE DE SAUMON** mariné aux épices, écrasé de pommes de terre ET/OU légumes vapeurs (+1€ sur la formule et à l'unité)



NOS PLATS DU JOUR 10,50€

Tous les jours, notre équipe vous prépare un plat et un bowl du jour. Pour les connaître, n'hésitez pas à contacter le restaurant directement au 06.43.42.30.29

NOS PLATS SIGNATURE 10,50€

- **BUTTER CHICKEN** poulet mijoté aux épices indienne dans une sauce extra fondante, servi avec du riz parfumé et galettes naan
- **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
- **EFFILOCHÉ DE BOEUF & écrasé de pomme de terre** (+2€ sur la formule).
- **LINGUINES** aux crevettes épicées et sauce tomate
- **LASAGNE CRUSH** bolognaise de boeuf et rubans de lasagne, coeur de burrata et parmesan
- **GRILLED CHICKEN PURÉE** poulet mariné et grillé, purée de pomme de terre, légumes verts et jus de volaille
- **CRUMBLE BEEF CURRY** boeuf au curry doux, oignons fondants, purée et crumble de parmesan

NOS SANDWICHES 8,50€

- **CHEEZY BAGEL** poulet roti et galette de pomme de terre, cheddar fondant et sauce secrète
- **BUN'PROTEINÉ** pain moelleux aux graines et aux oignons, poulet rôti, avocat, oeuf et cream cheese
- **BAGEL SOAN** cream cheese, saumon, avocat et oeuf au plat
- **PAPRIKA BEEF** bun's ultra moelleux, boeuf épicé ultra fondant, oignons, cheddar et sauce algérienne

NOS SUPPLÉMENTS 4,00€

- **SALADE VERTE COMPOSEE**
et sauce au choix.
- **POTATOES MAISON**
et sauce au choix : ketchup, mayonnaise, tartare, curry, algérienne

NOS FORMULES:

15,50€/PLAT AU CHOIX + DESSERT + BOISSON

13,50€/SANDWICH + DESSERT + BOISSON

DESSERTS

- **COOKIES** (au choix : pépites de chocolat, trois chocolats, chocolat blanc et noix de macadamia, chocolat blanc et cranberry) **3,90€**
- **FROMAGE BLANC** (allégé avec son granola) **4,50€**
- **COUPE DE FRUITS FRAIS** **4,50€**
- **PERLES DU JAPON** (mangues fraîches et coco râpée) **4,50€**
- **PÂTISSERIE** : brownie, tiramisu, cheesecake **4,50€**
- **ACAÏ BOWL** : lait végétal à la poudre d'acaï, arachides, graines et fruits frais (+2€ formule) **5,50€**
- **BOWL SUCRÉ** : yaourt au lait végétal, granola maison, banane, caramel (+2€ formule) **5,50€**
- **UBE BOWL** : lait végétal à la poudre d'ube, granola maison, bananes et framboises (+2€ formule) **5,50€**
- **BANANA BOWL** : fromage blanc, bananes, beurre de cacahuète (+2€ formule) **5,50€**

BOISSONS

- **EAU** : eau plate ou eau gazeuse 50cL **2,00€**
- **SODA** : pepsi, pepsi max, ice tea pêche, ice tea pastèque menthe, orangina, citronnade pulco 33cL **2,50€**
- **PAGO** : ace, ananas, orange, tomates, pommes 25cL **3,00€** (+0,50€ en formule)

