

LES RECETTES D'AUTOMNE

DE SEPTEMBRE À NOVEMBRE 2021

JUICE-BAR

FRUITS & LÉGUMES

PRESSÉS MINUTE **5.40 €**

35 cl - 100% de fruits et légumes bio

À MÉLANGER SELON VOTRE CHOIX :

CAROTTE · ORANGE · POMME · GINGEMBRE

FRUITS MIXÉS

MINUTE **5.60 €**

35 cl - 100% de fruits bio

10H DU SOIR EN ÉTÉ

Ananas, fraise, pomme.

BERRY BOOST

Açaï, framboise, banane, pomme.

LE JARDIN DÉVASTÉ

Fraise, banane, kiwi, pomme.

RED VIVAL

Cassis, framboise, fraise, pomme.

LNHO

Ananas, pomme, menthe.

FRUITS ET LÉGUMES

MIXÉS MINUTE **5.80 €**

35 cl - 100% de fruits et légumes bio

GREEN MANGO

Épinard, mangue, ananas, gingembre, pomme.

GREEN POWER

Epinard, concombre, pomme.

SUPERHULK

Kale, banane, ananas, orange, graine de chia.

YOGI TIME

Ananas, banane, carotte, graine de chanvre.

AÇAÏ BOWL

AÇAÏ **8.90 €**

Açaï*, fraise*, banane*, pomme*, framboise, myrtille, granola bio cojean framboise fraise mangue.

*Issu de l'agriculture biologique.

SANDWICHES GOURMETS

MINI TRADIS

MINI BEAUFORT CERISE **3.40 €**

Beaufort AOP, compotée de cerise confite, pousse d'épinard, sauce moutarde dans un pain tradition.

MINI MIXTE **3.80 €**

Jambon blanc, emmental, cornichon, beurre demi-sel dans un pain tradition.

MINI THON **3.90 €**

Tartinade de thon MSC, concombre, ciboulette, basilic dans un pain tradition.

MINI BRESAOLA PECORINO POIVRE **4.10 €**

Bresaola, pecorino au poivre, pousse d'épinard, sauce au poivre dans un pain tradition.

MINI BRIOCHÉS

MINI AUBERGINE HOUMOUS **4.10 €**

Aubergine rôtie, faux-mage frais façon feta, houmous au zaatar, coriandre dans un pain brioché bio aux graines de sésame et nigelle.

MINI DINDE **4.40 €**

Chiffonnade de dinde, emmental, tomate cerise, sauce moutarde dans un pain brioché bio multi-graines.

MINI PARIS PARIS **4.50 €**

Jambon blanc, comté AOP, sauce tartare dans un pain brioché bio aux graines de pavot.

MINI SAUMON CITRON ANETH **4.90 €**

Saumon fumé ASC, tartare de citron, aneth, sauce crème au citron et aneth dans un pain brioché bio aux graines de pavot.

TOASTÉS

DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE

LE VÉGÉ **7.60 €**

Dans un pain aux céréales.

LE CLUB **7.80 €**

Dans un pain aux graines de sésame.

SALADES DE SAISON

PASTA

ITALIAN PASTA SALAD **7.30 €**

Pâte orechiette, mozzarella di bufala, câpre, olive verte, olive noire à la grecque, pignon de pin, basilic, tomates, huile d'olive.

ASIAN NOODLE SALAD **7.30 €**

Pâte soba, filet de poulet grillé, carotte, chou vert, edamame, coriandre, sésame noir, poivre vert, huile de sésame, sauce soja.

AUTUMN PASTA SALAD **7.30 €**

Pâte fusilli complète bio, haricot vert, parmigiano reggiano AOP, noisette, tartinade de champignon à l'estragon, huile de colza fruitée aux noix, vinaigre de cidre.

CARNÉES

SALADE DE POULET CRÉMÉ **7.50 €**

Filet de poulet grillé, haricot vert, edamame, champignon de paris, cerfeuil, échalote, sauce crémée au citron.

SALADE DE TABOULÉ CURRY À L'INDIENNE **7.90 €**

Boullgur bio, filet de poulet mariné au curry bio cojean, pois chiche bio, raisin sec, oignon rouge, menthe, persil, jus de citron, huile d'olive, sauce raïta au yaourt, concombre et cumin.

VÉGÉTARIENNES

SALADE OLD-FASHIONED **5.80 €**

Petit épeautre bio, orge barley bio, kasha bio, chèvre frais, patate douce rôtie, graine de courge, ciboulette, huile de colza fruitée à la noisette, vinaigre de pomme.

ZAATAR QUINOA SALAD **7.30 €**

Trio de quinoa bio, falafel, chou-fleur, grenade, compotée d'oignon, raisin sec, roquette, coriandre, menthe, huile d'olive, jus de citron, houmous au zaatar.

SALADE YOGI HAPPY **7.30 €**

Quinoa blond bio, patate douce rôtie, faux-mage frais façon feta, graine de courge, cranberry, roquette, vinaigre de framboise, huile d'olive, cerfeuil, sauce yogi au chanvre et psyllium bio, betterave, cumin, gingembre.

SALADE D'OEUF POCHÉ À L'ORIENTALE **7.50 €**

Freekeh bio, œuf poché plein air, aubergine rôtie, tomate cerise, pesto de coriandre, sauce poivron rouge et noix, pousse de coriandre.

DESSERTS

FRUITS

SALADE DE FRUITS **3.90 €**

Mélange de fruits frais coupés.

ANANAS **4.70 €**

MANGUE **4.70 €**

LACTÉS

FROMAGE BLANC NATURE **1.90 €**

Fromage blanc nature 0% mg.

FROMAGE BLANC FRAMBOISE **3.40 €**

Fromage blanc 0% mg, coulis de framboise, framboise.

FROMAGE BLANC CAMEL CAFÉ GRANOLA CHOCOLAT **3.80 €**

Fromage blanc 0% mg, caramel au café, granola bio cojean chocolat pécan noisette.

YAOURT AU LAIT ENTIER **2.60 €**

citron, framboise, myrtille, vanille, noisette.

SANS LACTOSE

RIZ AU LAIT DE COCO **3.60 €**

Riz de Camargue, lait de coco.

BIRCHER MUESLI NATURE **4.40 €**

Flocon d'avoine bio, noisette torréfiée, pomme, lait de coco, sirop d'érable, framboise.

BIRCHER MUESLI BANANE GOLDEN LATTE GRENADE **4.40 €**

Flocon d'avoine bio, noisette torréfiée, pomme, lait de coco, sirop d'érable, compotée de banane et citron vert, épices golden latte bio cojean, grenade.

PERLE DE CHIA BLUE MOON FRAMBOISE **4.80 €**

Graine de chia bio au lait de coco bio, blue matcha, coulis de framboise, framboise, myrtille.

PERLE DE CHIA MYRTELLE CITRON **4.80 €**

Graine de chia bio au lait de coco bio, coulis de myrtille, myrtille, zeste de citron confit.

ENTREMETS

MOUSSE AU CHOCOLAT **3.80 €**

CRUMBLE POIRE VANILLE **3.90 €**

Compotée de pomme et poire parfumée à la vanille sous un crumble vegan.

CRUMBLE MANGUE PASSION **3.90 €**

Compotée de pomme, mangue et passion sous un crumble vegan.

FRUIT & FOAM MANGUE PASSION **5.50 €**

Mousse de fromage blanc, mangue, fruit de la passion.

PÂTISSERIES

LE PETIT CANELÉ **2.10 €**

Petit gâteau caramélisé, parfumé au rhum et à la vanille.

PASTEL DE NATA **2.10 €**

Petit flan vanillé sur une base de pâte feuilletée.

COOKIES **2.40 €**

Chocolat au lait ou chocolat blanc.

BROWNIE AUX NOIX DE PÉCAN **3.10 €**

Amande, noisette, chocolat tonka ou matcha chocolat blanc.

CAKES **3.40 €**

Marbré, carotte ou citron-pavot.

PAINS

PETIT PAIN COMPLET MULTI-CÉRÉALES **0.40 €**

FLÔTE BIO AUX FRUITS SECS & GRAINES **2.60 €**

Raisin, abricot, canneberge, mélange de graines (tournesol, sésame, lin, courge).

BOISSONS CHAUDES

CAFÉS

Grand cru d'arabica bio, équitable et de spécialité, origine Honduras, torréfié à Paris pour cojean.

CAFÉ EXPRESSO 5cl **1.90 €**

CAFÉ AMERICANO 14cl **1.90 €**

CAFÉ NOISETTE 5cl **1.90 €**

CAFÉ LATTE 17cl **3.10 €**

CAPPUCCINO 18cl **3.10 €**

FLAT WHITE 15cl **3.10 €**

THÉS &

INFUSIONS **2.90 €**

45 cl - Des origines sélectionnées et des feuilles entières cueillies à la main.

GREEN TEA

EARL GREY

DETOX ME

LEMONGRASS

GINGER & CITRUS

SUPER BERRIES

FRESH MINT