

MENU

Formule Express 17,50€

Plat du Jour
+
Petit Café Gourmand

Uniquement le midi du lundi au
vendredi

Menu à 30€*

Au choix parmi une sélection
de plats à la carte

Entrée

Soupe du moment
Pizzetta
Croustillant au bleu, coing et céleri

Plat

Saumon cru à la tahitienne
Wok poulet ou saumon
Papillote de cabillaud
Risotto poulet ou saumon
Plat du jour (le midi)

+ Dessert

Fondant au chocolat
Pana coco et mangue épicée
Crème non brûlée et croustillant de
pain d'épices

*Hors boissons et cafés gourmands

Les Entrées et Grandes Salades

LES ENTRÉES LÉGÈRES

- Soupe chaude du jour 7€
- Mousseline de chou fleur aux graines de fenouil et son saumon mariné maison 10€
Accompagnée de croustillants au pavot et sésame
- Œuf cocotte et sa crème d'asperges vertes 10€
Asperges vertes, champignons bouton et lanières de bacon

LES ENTRÉES GOURMANDES

- Pizzeta tomates, oignons, basilic, mozzarella et jambon cru 9€
- Croustillant à la fourme d'Ambert et compotée de coing et céleri à l'origan frais 9€

LES GRANDES SALADES 'COMPLETES'

- Salade au bacon grillé et à l'œuf cassé 15€
Cœur d'artichaut, champignons émincés, grana, salade romaine,
- Saumon cru à la tahitienne, marinade coco, gingembre et citron vert 18€
Concombre, tomates, carottes, oignons et mesclun de salades mêlées
- Salade César poulet ou saumon (+2€) 16€
Salade romaine, croutons, grana, œuf mollet, concombre, tomate, sauce césar 'maison'

Les Plats

LES WOKS

Base : légumes frais croquants, vermicelles de soja, gingembre, herbes fraîches, graines de sésame grillées, sauce Shake Eat

- Wok végétarien 14€
- Wok de poulet 16€
- Wok de saumon 18€
- Wok de gambas (+3€ au menu) 19€
- Wok de bœuf (+3€ au menu) 19€

LES PLATS

- Ballottine de poulet au bacon, fourme d'Ambert et à la sauge 17€
- Papillote de cabillaud aux saveurs d'Asie 18€
- Suprême de volaille rôtie et sa sauce au thym 18€
- Magret de canard entier (environ 300g), servi rosé avec sa figue rôtie 23€

ACCOMPAGNEMENTS AU CHOIX

Boullgour à la tomate et au basilic
Purée de patate douce discrètement vanillée
Carottes vichy à la coriandre
Salade de mesclun

L'ASSIETTE VEGETARIENNE

Courge rôtie au tofu bio, sauce légère au fromage blanc et aux herbes fraîches 18€

LES RISOTTI aux herbes fraîches et à la courgette

- Risotto aux légumes 14€
- Risotto et émincés de poulet grillés 16€
- Risotto et pavé de saumon grillé 18€
- Risotto et gambas dorées à la plancha (+3€ au menu) 19€

Les Desserts

LES DESSERTS TOUT LÉGERS 'maison'

- Riz au lait façon grand-mère et sa compotée de rhubarbe acidulée à la vanille 8€
- Panna coco toute légère et son coulis de mangue épicée 8€
- Fraîcheur gingembre et citron et yaourt à la grecque 9€

LES DESSERTS GOURMANDS 'maison'

- Fondant au chocolat noir à 70% et sa petite crème à la pistache 9€
- Tiramisu aux pépites de chocolat 8€
- Notre cheesecake vanille maison et son biscuit façon carrot cake aux céréales et aux fruits secs 10€
- Crème non brûlée à la vanille infusée dans des zestes d'orange et son croustillant de pain d'épices 9€

LES CAFÉS GOURMANDS

- Petit café gourmand 5€
Expresso et brownie aux trois chocolats
- Café gourmand shake eat 9€
Expresso, mini pana coco, et verrines de riz au lait et compotée (Thé Mariage + 1,5€)
- Café gourmand très gourmand 9€
Expresso, mini crème brûlée, brownie et petites mignardises (Thé Mariage +1,5€)

Bon Appétit!!