

LES ATELIERS  
CULINAIRES  
Etienne Roussin Chef passionné



# Menu Traiteur



# Boîtes à lunch compostables



12\$<sup>99</sup>

**Sandwich gourmet, salade, crudités, dessert.**

## **Sandwich au choix**

- Poulet et légumes grillés
- Brie et roquette
- Tofu et légumes grillés
- Jambon et cheddar

## **Salade au choix**

- Orso, féta et tomates séchées
- César au parmesan véritable et bacon
- Lentilles à la méditerranéenne
- Grecque

## **Dessert au choix:**

- Brownie sans gluten
- Tartelette aux pommes frangipane
- Salade de fruits frais
- Tartelette aux pacanes

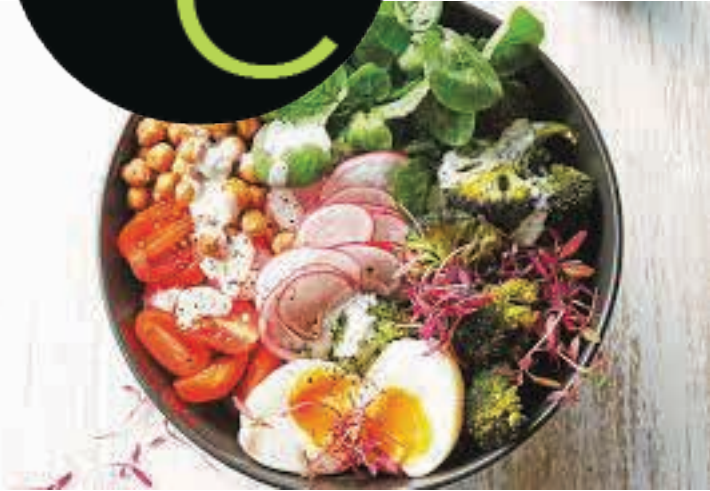


Commande 48h à l'avance pour 4 personnes minimum

450 485-0860



# Buddha bowls



**De délicieux bols repas santé  
pleins de saveurs de vitamines!!**

## **Le Scandinave 16\$**

*Gravlax maison au sucre d'érable  
Riz basmati complet  
Crème sure citronnée  
Guacamole  
Bébés épinards  
Concombres*

## **Le Poké 16\$**

*Thon frais mariné  
Riz jasmin  
Guacamole  
Concombre  
Algue grillée*

## **Le végé Libanais 13\$**

*galettes de lentilles maison  
Boulghour  
Houmous  
Légumes grillés  
Tomates cerise  
Coriandre fraîche*

## **Le kéto 16\$**

*Spaghetti de courgettes  
Bacon  
poulet grillé  
mayonnaise à l'avocat  
guacamole  
choux de bruxelles grillés*



**Ajoutez un dessert (voir boites à lunch) pour 2\$ seulement**



# Déjeuner et pause café

## Le classique 9\$

- Mini viennoiseries
- Muffins
- Fruits frais

## Croissants jambon fromage 8\$

*Servi avec fruits frais*



## Collations/café

- Plateau de fromage fins **5\$/pers**
- Plateau de fruits frais **5\$/pers**
- Plateau de charcuterie **6\$/pers**  
*(salami, prosciutto, rillettes de canard)*
- Brochettes de tomates et bocconcini **2\$/pers**
- Café avec lait, crème sucre **2\$/pers**



*Commande minimum: 10 personnes*

# Bouchées

*Minimum de 10 bouchées de chaque*

## **Bouchées froides:**

<i>-Rillettes de canard au foie gras</i>	<b>2\$<sup>75</sup></b>
<i>-Mini tomates et mozzarella, pesto et perles de vinaigre balsamique</i>	<b>1\$<sup>75</sup></b>
<i>-Betteraves et chèvre frais</i>	<b>1\$<sup>75</sup></b>
<i>-Verrine d'endives, roquefort et noix</i>	<b>2\$<sup>75</sup></b>
<i>-Gravlax de saumon au sucre d'érable servi sur blinis au gingembre</i>	<b>2\$<sup>75</sup></b>
<i>-Tartare de fenouil et crevettes</i>	<b>2\$</b>
<i>-Rouleaux de printemps végétarien</i>	<b>2\$</b>

## **Bouchées chaudes:**

<i>-Camembert et canneberge en pâte phyllo</i>	<b>3\$</b>
<i>-Samossa de poulet au curry</i>	<b>3\$</b>
<i>-Raviole de confit de canard et patate douce</i>	<b>3\$</b>
<i>-Satay de poulet et sa sauce aux arachides</i>	<b>3\$</b>
<i>-Mini pogos aux merguez</i>	<b>2\$<sup>75</sup></b>
<i>-Mini quiche lorraine au vieux cheddar</i>	<b>2\$<sup>75</sup></b>



*Commande 48h à l'avance*

# Buffets chauds et froids

## Froids

### Populaire: 15\$

- Assortiment de 3 mini sandwiches
- Choix de deux salades
- Brochettes de raisins et cheddar
- Mini desserts

### Gourmand: 20\$

- Bouchées du chef
- Assortiment de charcuterie
- Choix de deux salades
- Assortiment de sandwiches et wrap
- Fruits et fromage
- Mini desserts

## Chauds

3 choix de salades ou 2 salades et 2 bouchées

\*\*\*\*\*

Chili végétalien **19\$<sup>50</sup>**

ou

Poulet au curry vert à la Thaïlandaise **22\$<sup>50</sup>**

ou

Filet de porc farci sauce crèmeuse à l'estragon **23\$<sup>50</sup>**

ou

Mijoté de boeuf aux champignons **24\$<sup>50</sup>**

ou

Filet de saumon sauce vierge aux herbes du jardin **26\$**

\*\*\*\*\*

Assortiment de desserts

(Plateau de fromages fins : +7\$)

(Soupe maison: +3\$)



Commande 48h à l'avance