

LES RECETTES DE SALADES

La Protéinée

Base lentilles & jeunes pousses d'épinards
Edamame* - Champignons - Oignons rouges -
Œuf poché - Tartare de concombre
Sauce vinaigrette à l'ancienne

La Caesar

Base batavia
Poulet* - Copeaux de fromage italien -
Œuf dur - Tomates - Croûtons
Sauce caesar

La Spéciale ankka

Base jeunes pousses d'épinards
Saumon - Pomme de terre - Edamame*
Tartare de concombre - Oignons rouges
Sauce finlandaise

La Festive

Base roquette et pâtes
Tomates - Figs -
Jambon cru - Mozzarella -
Vinaigrette de framboise

La Burrata

Base roquette
Burrata - Tomates séchées -
Oignons rouges - Basilic - Graines omega
Sauce pesto vert
+ 2.90 €

La Végétarienne

Base quinoa & jeunes pousses d'épinards
Falafels* - Carottes râpées - Maïs -
Chou rouge - Tartare de tomates
Sauce finlandaise

L'Italienne

Base roquette & pâtes
Tomates séchées - Mozzarella - Jambon cru -
Fromage rapé italien - Oignons frits
Sauce marinade

La Grecque

Base jeunes pousses d'épinards
Tartare de concombre - 1/2 avocat -
Olives vertes - Féta - Graines omega
Sauce huile d'olive

11,30€

Photographies non contractuelles.
Sous réserve de disponibilité des ingrédients.
*Ingrédients issus de la décongélation.



LES WRAPS ET PÂTES

LES PÂTES CHAUDES

11,30€

Les pâtes végétariennes

Fusilli
Jeunes pousses d'épinards -
Olives - Tomates cerises
Sauce pesto vert



Les pâtes gourmandes

Fusilli
Cheddar - Poulet* -
Oignons rouges
Sauce arrabiata*

LES WRAPS CHAUDS

11,30€

Le wrap Curry

Galette
Poulet curry - Tomates -
Emmental râpé
Sauce curry (crème)



Le wrap Végan

Galette
Champignons - Carotte rapées -
Tomates tranchées
Sauce napolitaine*

LES WRAPS FROIDS

7,30€

Le wrap Caesar

Galette
Mâche - Poulet* - Tomates - Cheddar
Sauce caesar



Le wrap Veggie

Galette
Feuille de batavia - Falafels* -
Carottes râpées - Tartare concombre

Photographies non contractuelles.
Sous réserve de disponibilité des ingrédients.
*Ingrédients issus de la décongélation.



LES DESSERTS

• LES INCONTOURNABLES •



Fromage blanc nature



Compote



Riz au lait



Brownie*



Yaourt

2,30 €

• LES PLAISIRS •



Panna cotta



Mousse chocolat*



Fondant chocolat*



Tiramisu



Flan*



Salade de fruits
25 cl



Cookie pépites de chocolat*



Muffin*

3,40 €

Grande salade de fruits (50 cl) ----- 5,50 €

Açaï bowl ----- 6,50 €

Topping ----- 0,50 €

Miel - Crème de marrons - Crème anglaise - Coulis de fruits rouges - Coulis de fruits exotiques - Muesli - Granola...

Photographies non contractuelles.

Sous réserve de disponibilité des ingrédients.

*Ingrédients issus de la décongélation.



LES PLATS CHAUDS



Pavé de saumon*

Riz - Pavé de saumon - Brocoli
Oignons frits - Coriandre -
Sauce soja sésame

13,50€



Poulet Curry*

Quinoa blanc et rouge - Poulet rôti* -
Patate douce julienne grillée* - Coriandre -
Sauce curry crème fraîche

13,50 €

Vege-Falafel*

Riz - Ratatouille provencale - Edamame*
Falafels* - Tartare de concombre

13,50 €

Photographies non contractuelles.
Sous réserve de disponibilité des ingrédients.
*Ingrédients issus de la décongélation.



LES SALADES



3 ingrédients ----- 8,90 €

5 ingrédients ----- 11,30 €

La Festive

Base roquette et pâtes
Tomates - Figues - Jambon cru
Mozzarella
Sauce vinaigrette de framboise

11,30€

La Burrata

Base roquette
Burrata - Tomates séchées -
Oignons rouges - Basilic - Graines omega
Sauce pesto vert

14,20€

La Grecque

Base jeunes pousses d'épinards
Tartare de concombre - 1/2 avocat -
Olives vertes - Fêta - Graines omega
Sauce huile d'olive

11,30€

La Végétarienne

Base quinoa & jeunes pousses d'épinards
Falafels* - Carottes râpées - Maïs -
Chou rouge - Tartare de tomates
Sauce finlandaise

11,30€



L'Italienne

Base roquette & pâtes
Tomates séchées - Mozzarella - Jambon cru -
Copeaux de fromage italien - Oignons frits
Sauce marinade

11,30€

La Spéciale ankka

Base jeunes pousses d'épinards
Saumon - Pomme de terre - Edamame*
Tartare de concombre - Oignons rouges
Sauce finlandaise

11,30€

La Caesar

Base batavia
Poulet* - Copeaux de fromage italien -
Œuf dur - Tomates - Croûtons
Sauce caesar

11,30€

La Protéinée

Base lentilles & jeunes pousses d'épinards
Edamame* - Champignons - Oignons rouges -
Œuf poché - Tartare de concombre
Sauce vinaigrette à l'ancienne

11,30€

Photographies non contractuelles.
Sous réserve de disponibilité des ingrédients.
*Ingrédients issus de la décongélation.



LES BOWLS d'ankka

CHOISISSEZ UNE BASE



Formule 1

Base riz

Avocat - Ananas rôti -
Edamame* - Carottes râpées
Sauce soja sésame

Formule 2

Base riz

Avocat - Chou rouge -
Edamame* - Pousse de soja
Sauce soja sésame

AJOUTEZ UNE PROTÉINE AU CHOIX

Falafels*

ou

Poulet mariné Teriyaki*

ou

Saumon



13,50€



Photographies non contractuelles.
Sous réserve de disponibilité des ingrédients.
*Ingrédients issus de la décongélation.