



L'EFFET PAPILLON

TRAITEUR-RESTAURANT PHILANTHROPIQUE



Lunchboxes



LEH
TRAUTEL

Entrées CHF 5.-

Œuf mollet, ratatouille fondante et condiment chorizo.

Salade de saumon gravlax et brocolis, vinaigrette olive et citron.

Mini rouleau de printemps aux crevettes, salade de chou chinois et riz sauvage.

Salade d'avocats de mangue et de grenades, roquette et amandes croquantes.

Salade d'algues, caviar de lentilles et cracker.



Plats principaux CHF 20.-

Viandes

Filet de volaille snacké, piperade et trofie.

Minis fajitas de poulet légèrement épicé, salade coleslaw.

Filet de cannette, légumes prima-vera, houmous et sauce vin rouge.

Gyozas de bœuf, légumes croquants.

Risotto de petit épeautre, émincé de cannette, petits pois et amandes torréfiées.

Poissons

Poke bowl au saumon frais, quinoa, radis, concombres, mangue avocat et sauce cocktail.

Saumon grillé, petits pois et radis, quinoa et mangue rôtie en coulis.

Red curry thaï aux crevettes, poivrons, chou pakchoi et nouilles.

Poulpe, coquillage et crustacés, purée de haricots coco, pommes de terres et chorizo.

Végétariens

Risotto de petit épeautre, petits pois et asperges éclats de noisettes.

Gnochis maison poêlés, petits pois à la française.

Red curry thaï au tofu, légumes croquants et nouilles.

Rouleau de printemps au tofu fumé, salade de riz et de chou chinois.

Déclinaison de choux fleurs multicolores, riz sauvage et tahini.

Desserts CHF 5.-

Cookie aux pépites de chocolat et noix de pécan

Tarte au citron revisitée en coupelle individuelle

Tartelette au chocolat crémeux.

Mousse au chocolat, crème caramel au beurre salé, noisettes.

Tarte aux pommes maison

Salade de fruits au sirop de basilic

