

# PLATEAUX REPAS

## RAPIDE, SIMPLE & EFFICACE

Complets et équilibrés, les plateaux repas sont livrés prêts à être dégustés !

Ils sont composés de :

- 1 Entrée
- 1 Plat
- 1 Dessert
- 1 Morceau de Pain
- Couverts en Bois + Serviette

Nos Plateaux Repas sont livrés froids. Possibilité de livrer chaud : +2,5€/plateau

**À emporter** : à venir récupérer dans nos locaux à Lyon

**En livraison** : Lyon et ses alentours



# PLATEAUX REPAS 23€ HT

## ENTRÉES

Courgette Façon Mendiant   
et Petits Légumes à l'Ail Frit

Velouté de Petit Pois   
aux Légumes aux Épices & Pignons de Pin

Tataki (Bœuf ou Veau)  
au Balsamique

Œuf Parfait  
et Crème de Parmesan

Crevettes aux Épices  
et Espuma Coco

Espadon Rose Mariné  
et Gel de Betterave

St Jacques Gratinées (+0,7€)  
à la Crème d'Ail ou Crémeux Céleri Rave

## PLATS

Filet de Saumon  
en Croûte de Parmesan


Filet de Dorade  
à la Mangue

Effiloché de Canard  
et Jus Corsé

Emincé de Poulet Jaune  
et Sauce Citron Estragon

Effiloché de Porc  
façon Pulled Pork

Dahl de Lentilles Corail   
et Légumes Colorés de Saison  
Servi sans accompagnement

Risotto de Quinoa   
aux Légumes Colorés de Saison, Graines de Courge  
Servi sans accompagnement

## ACCOMPAGNEMENTS

Légumes Rôtis de Saison  
OU

Flan de Légumes  
OU

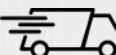
Ratatouille à l'Ancienne  
&


Pomme de Terre Suédoise  
OU

Riz Pilaf

OU  
Quinoa aux Légumes

Nos menus Plateaux Repas sont accompagnés d'un assortiment gourmand en dessert

 **Livraison Lyon intramuros : 38€**

 **Repas chaud : +2,5€/plateau**

 = Végétarien

