



# côme

ma cuisine équilibrée

Printemps  
Été **2021**

# BOWLS SIGNATURES



## SUMMER CAESAR

**Batavia**, Poulet au basilic, Grana Padano, Tomate cerise, Chips de pita, Olives Kalamata

12,90 €

## FALAFEL FLAV

**Mesclun**, Falafel, Aubergine rôtie, Houmous citron menthe, Salade marocaine, Olives Kalamata  
Menthe coriandre

13,90 €

## FRESH CHICK&AVO

**Quinoa épinard**, Poulet basilic, Feta, Courgette rôtie, Avocat, Tomate fraîche, Persil basilic

13,90 €

## TOFU TENDER

**Mâche**, Tofu teriyaki aux graines, Carotte rôtie Betterave cumin gingembre, Edamame, Cébette thaï

14,20 €

## TUNACADO

**Pâtes roquette**, Thon, Tomate cerise, Mozzarella, Avocat, Persil basilic

12,10 €

## SALMON TERIYAKI

**Quinoa épinard**, Saumon teriyaki, Chou chinois au sésame, Avocat, Carotte rappée, graines de sésame

14,20 €

## FRENCH MOOD

**Batavia**, Poulet moutarde, Aubergine rôtie, Mélange patate douce oignon, Granapadano, Concombre, Noisettes grillées

13,90 €

# BOWLS CHAUDS



# POKÉS



## SALMON JAP

**Épeautre épinard**, Saumon teriyaki, Chou kale, Brocoli, Edamame, Cébette thaï

14,20 €

## CÔME IDENTITY

**Épeautre épinard**, Tofu teriyaki aux graines, Brocoli noisettes, Tomate fraîche, Noisettes grillées

14,20 €

## WILD TERIYAKI

**Riz sauvage**, Saumon teriyaki, Tomate cerise, Edamame, Chou rouge, Graines de sésame

14,20 €

## SAHARA FEELING

**Riz sauvage**, Poulet Raz el hanout, Oignons confits, Aubergine rôtie, Salade marocaine, Menthe coriandre

14,20 €

## WILD VEGGIE

**Épeautre épinard**, Tofu teriyaki aux graines, Chou kale, Avocat, Salade marocaine, Oignons frits

14,20 €

## SALMON POKÉ

**Riz vinaigré**, Saumon teriyaki, Edamame, Mangue, Avocat, Cébette thaï, Graines de sésame, Sauce soja sweet spicy

14,20 €

## JAP POKÉ

**Riz vinaigré**, Cabillaud ponzu shiso, Edamame, Avocat, Chou chinois au sésame, Tomate cerise, graines de sésame

14,20 €

# BOWLS À LA CARTE



## BASES 3,90 €

### CHAUDES

Riz Sauvage  
Graines de kasha /  
Chou kale  
Épeautre Épinard

### FROIDES

Mâche  
Endives  
Pousses d'épinard  
Batavia  
Roquette  
Mesclun  
Pâtes  
Pâtes Roquette  
Quinoa  
Quinoa Épinard  
Riz poké

## SANS BASE 1,50 €

## TOPPINGS

### CHAUDS 3,90€\*

Tofu teriyaki et Mélange  
de graines  
Saumon Teriyaki  
Poulet Raz El Hanout

### PROTÉINES 1,80€\*

Tofu  
Jambon blanc  
Cabillaud Ponzu Shiso  
Poulet à la moutarde  
Poulet basilic  
Thon  
Oeufs durs  
Falafel

### FROMAGES 1,80€\*

Grana Padano  
Fêta AOC  
Mozarella

### LÉGUMES CUISINÉS MAISON

#### 1,80€\*

Pois chiche au cumin  
Courgette rôtie  
Aubergine rôtie  
Brocoli Noisettes  
Patate douces et Oignon  
au Thym frais  
Oignon grelot confit  
Carotte rôtie au Romarin et Thym  
Tsatsiki  
Tomate fraîche  
Houmous Citron / Menthe  
Chou Kale  
Salade Marocaine  
Lentille corail  
Betterave Cumin Gingembre  
Avocat  
Chou rouge  
Concombre  
Carotte rapée  
Edamame  
Chou chinois au sésame  
Tomate cerise  
Champignons  
Mangue  
Olives Kalamata  
Chips de pita

### GRAINES CONDIMENTS 1€\*

Oignons frits  
Persil/Basilic  
Menthe/Coriandre  
Noisettes grillées

### SAUCES

Soja spicy  
Olive Balsamique  
Olive citron  
Vinaigrette  
Miel balsamique  
Miel Moutarde  
Madras  
Ciboulette et fromage blanc  
Caesar  
Huile d'olive seule  
Balsamique seul  
Citron

## PAINS

0,60€

Céréales/Pavot/Sésame

## SOUPES

4,60€

Soupe maison du jour

## PETITS PLAISIRS

### Barres céréales Eat natural

Noix - Raisin - Amande/Chocolat - Macadamia/  
Cacahuète - Caramel/Chocolat lait - Cacahuète

2,20€

### Chips John John

Légumes/Sel de Mer/Vinaigre

2,20€

### Cookies

Caramel/Chocolat

5,60€

### Cakes

Pistache Amande/Chocolate cake/Citron pavot

2,90€

### Madeleine

2,90€

### Brave

Pois chiche Sweet chili / Pois chiche Salt

1,80€

### Nucao

Raspberry / Roasted / Vanilla

2,40€

## JUS FRAIS PRESSÉS

5,60€

### RED DINGUE

Fruits rouges, Pommes, Ananas

### PICK ME UP

Betterave, Pomme, Orange

### TUDO BEM

Baie Açai, Pomme, Banane

### MORNING BOOSTER

Orange, Carotte, Gingembre

### BIM BAM BOOST

Pamplemousee, Orange, Carotte

### LOW BATTERY

Banane, Carotte, Pomme

### SWEET GREENS

Pomme, Ananas, Concombre

### GOOD MOOD

Épinard, Ananas, Pomme

## BOISSONS

<b>Perrier</b>	<b>2,40 €</b>	
Classic ou Fines Bulles		
<b>Vittel</b>	<b>2,40 €</b>	
<b>Coca Cola</b>	<b>2,40 €</b>	
Classic, Light ou Zero		
<b>Lipton Green Menthe</b>	<b>2,40 €</b>	
<b>Perrier Juice</b>	<b>2,40 €</b>	<b>0,60 €</b>
<b>Vittel Up Citron</b>	<b>2,60 €</b>	<b>0,90 €</b>
<b>Pure Leaf</b>	<b>2,90 €</b>	
Pêche ou Citron		<b>0,90 €</b>
<b>Alain Miliat</b>	<b>3,40 €</b>	
Pomme citron sureau, Passion pomme, Framboise menthe		<b>1,40 €</b>
<b>Vai Vai</b>	<b>3,60 €</b>	<b>1,60 €</b>
<b>Vitamin Well</b>	<b>3,30 €</b>	<b>1,30 €</b>
Antioxydant, Reload, Upgrade, Awake		
<b>Eloa</b>	<b>3,30 €</b>	<b>1,30 €</b>
Nature, Litchi, Mangue		
<b>Jus d'oranges Pressé</b>	<b>3,90 €</b>	<b>1,90 €</b>
<b>The Bio Pascal hamou</b>	<b>3,90 €</b>	<b>2,20 €</b>
<b>No Plastic Water</b>	<b>3,60 €</b>	<b>0,40 €</b>
Plate, Pétillante		
<b>Firefly</b>	<b>3,60 €</b>	<b>1,60 €</b>
Rose, Jaune, Violet, Vert		

## DESSERTS

			Supp Menu
<b>Compotine &amp; spéculoos</b>	<b>2,90 €</b>		
<b>Fromage blanc</b>	<b>2,20 €</b>		
<b>Mousse au chocolat</b>	<b>2,90 €</b>		
<b>Pomme</b>	<b>1,50 €</b>		
Granny ou Gala			
<b>Yaourt de la ferme</b>	<b>2,20 €</b>		
Citron/Vanille/Framboise			
<b>Crunchy caramel &amp; granola au chocolat</b>	<b>3,40 €</b>	<b>0,90 €</b>	
<b>Graine de chia</b>	<b>3,90 €</b>	<b>1,90 €</b>	
Mague ou Fruits Rouges			
<b>Tiramisu Chocolat</b>	<b>3,90 €</b>	<b>1,90 €</b>	
<b>Fruits Frais Coupés</b>	<b>4,20 €</b>	<b>2,30 €</b>	
Ananas, Mangue ou Figue			
<b>Fruit parfait</b>	<b>5,20 €</b>	<b>2,30 €</b>	
<b>Yogourt parfait</b>	<b>5,20 €</b>	<b>2,30 €</b>	

côme