

# Menu

**BIO - LOCAL**

Semaine du 5 juin 2024

**Café des orties**



46 rue Principale Ripon

## MIJOTÉ boeuf braisé épices et orange

*INGRÉDIENTS : bœuf, patate, carotte, panais, poivron, oignon, céleri-rave, bouillon de poulet, orange, miel, tamari, féculé de tapioca, gingembre, huile d'olive, paprika, épices à grillades, curry, garam masala, ail.*

Petit - 9\$

Grand - 12\$

## MIJOTÉ poulet crémeux à la moutarde

*INGRÉDIENTS : poulet, bouillon de poulet, patate, carotte, panais, poivron, oignon, céleri-rave, crème, asperge, bok choy, kéfir, moutarde, huile d'olive, oregan.*

Petit - 9\$

Grand - 12\$

## SANDWICH végé pâté forestier

*INGRÉDIENTS : pain au levain, végé pâté (tournesol, céleri-rave, champignon, oignon, farine de riz, tamari, levure alimentaire, jus de citron, poivre), véganaise de poivrons grillés (tournesol, poivron, oignon, jus de citron, sirop d'érable, huile d'olive), roquette*

9\$

## SALADE taboulé de quinoa

*INGRÉDIENTS : quinoa, tomate, poivron, coriandre, menthe, jus de citron, huile d'olive, oignon, garam masala.*

6,50\$

## PAIN GRILLÉ

Pain au levain de la [Fille du boulanger](#), beurre

3\$

PRIX TAXES INCLUSES



Cuisiné par la [Ferme fée et fougère](#) entièrement à partir d'ingrédients bio et le plus possible en provenance de fermes bio locales



**ALLERGIES** – La nourriture servie au Café peut avoir été en contact avec du blé, lait, moutarde, noix, arachide, oeuf.

Cette semaine, les produits locaux-bio: boeuf et poulet ([Ferme fée et fougère](#)), roquette, bok choy, asperge ([Ferme Agricola](#)), panais, céleri-rave, patate ([Ferme aux pleines saveurs](#)).