

vendredi 6 Aout 2010

La Formule Equilibre 8€50

MENU DU JOUR

LA VIE DU CAFOUCH

LIVR

Elle en a conquis plus d'un : une soupe+une tarte+une salade l'assiette est équilibrée par essence !
tout y est !

petite salade

Tarte du jour : tarte aux légumes du soleil

Soupe du jour : velouté de concombre aux herbes

Les plats du jour

laissez vous surprendre !

Les petits menus du Jour à 16.5€ :

filet de lieu noir en papillote à la tapenade (12.5€ seule), garniture du jour, fruits mixés, café ou vin offert

Au grè du marché :

tagine d'agneau aux abricots et noix de cajou, quinoa aux herbes et galettes vertes 13.5€

verrine de poisson blanc et saumon fumé, flan de poireaux au gingembre 11.5€

soupe au pistou 9.5€ légumes gourmands...

Permanents de saison :

Queue de Lotte vapeur et sa concassée de tomates et pastis, garniture du jour 13€

Brochette de Poulet mariné au yaourt citron coriandre , garniture du jour 12.5€

Les desserts

Les Intemporels :

Fromage blanc marron ou muesli ou miel 3.5€

Glaces variées 3.5€

Salade de fruits 4.8€

Fondant au chocolat 4.4€

Assiette de fromages 5€

Mignardise et café 6€

Les Ephémères:

fruits mixés 4.5e

trifle aux fruits rouges 5.5€

mousse de mangue et cajou grillées au miel 5.5€

crumble d'abricots 5.5€

A consommer sans modération : ici ou ailleurs !

vendredi 6 Aout 2010

PRÉSENTATION

MENU DU JOUR

LA VIE DU CAFOUCH

LIVR



équilibre 

Au cafouch nous marions gourmandise et équilibre et nos assiettes sont pleines de fruits et légumes gourmands...



 saveurs

Nos recettes font la part belle aux épices délicates et herbes surprenantes



fraîcheur 

Nous cuisinons des produits frais au gré du marché tous les jours différents

 comme j'ai envie 

A consommer sans modération : ici ou ailleurs !