



RIPE & RÅ

MENU DE LA SEMAINE

BOWLS FROIDS

ZATAR BOWL: COUSCOUS PERLÉ AU ZATAR, SALADE, AVOCAT, POIS CHICHES, CONCOMBRE, GRAINES DE GRENADE, CHOU FLEUR ROTI AU ZATAR, MENTHE, HUILE D'OLIVE & BALSAMIQUE

EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ

CHF 16
+ CHF 2

OSLO BOWL: ORGE À L'ANETH, SALADE, PATATE NOUVELLES RÔTIÉS, PICKLE D'OIGNON ROUGE, CONCOMBRE, PETITS POIS, GRAINES, ANETH, SAUCE AU YOGURT & POIVRE CITRONNÉ

EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **OU** SAUMON FUMÉ

CHF 16
+ CHF 2

SWEET GREEN BOWL: QUINOA, SALADE, PATATE DOUCES ROTIÉS, AVOCAT, GRAINES DE GRENADE, AMANDE TORRÉFIÉES, MENTHE, SAUCE ASIATIQUE

EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ

CHF 16
+ CHF 2

TOAST NORVÉGIEN: PAIN DE SEIGLE, CREAM CHEESE, SAUMON FUMÉ, POIVRE CITRONNÉ, ANETH

CHF 6

BOWLS CHAUDS

CURRY JAUNE & RIZ VENERE: MÉLANGE DE LÉGUMES, ÉPICES, LAIT DE COCO, BOUILLON DE LÉGUMES, CURCUMA, MÉLANGE DE NOIX, CORIANDRE, EDAMAME, GRAINES DE SÉSAME, RIZ NOIR

EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ

CHF 14
+ CHF 2

DESSERTS

CHEESECAKE À LA FRAMBOISE: CREAM CHEESE, MIEL, LAIT, CITRON, FRAMBOISES, FARINE, HUILE DE COCO, SIROP D'ÉRABLE, VANILLE, ÉPICES, MÉLANGE DE NOIX

CHF 4.5

ENERGY BALLS À L'ABRICOT & NOIX DE CAJOU (5 PAR PAQUET): ABRICOT, NOIX DE CAJOU, CRANBERRIES, CITRON, SIROP D'ÉRABLE, NOIX DE COCO, FLEUR DE SEL

CHF 6