



RIPE & RÅ

MENU DE LA SEMAINE

BOWLS FROIDS

- SPROUTS BOWL:** LENTILLES, SALADE, CHOUX DE BRUXELLES ROTIS, FETA, GRAINES DE GRENADE, PATATE DOUCES ROTIES, AMANDES TORRÉFIÉES, VINAGRETTE AU MIEL & MOUTARDE **CHF 16**
EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **+ CHF 2**
- FISHERMAN'S BOWL:** ORGE, SALADE, PATATES NOUVELLES ROTIES À L'ANETH, CELERI, AVOCAT, PICKLE D'OIGNON ROUGE, ANETH, CITRON, SAUCE AU YOGURT **CHF 16**
EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** SAUMON FUMÉ **OU** ÉCREVISSSES **+ CHF 2**
- COLOR & SPICE BOWL:** QUINOA, SALADE, HARICOTS ROUGES, AVOCAR, MAÏS, EDAMAME, CORIANDRE, CITRON VERT, SAUCE AU SRIRACHA **CHF 16**
EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **+CHF 2**
- TOAST NORVÉGIEN:** PAIN DE SEIGLE, CREAM CHEESE, SAUMON FUMÉ, POIVRE CITRONNÉ, ANETH **CHF 7**

BOWLS CHAUDS

- CURRY VERT & RIZ VENERE:** MÉLANGE DE LÉGUMES, CURRY VERT, LAIT DE COCO, GINGEMBRE, ÉPICES, NOIX DE CAJOUX, EDAMAME, CITRON VERT, RIZ VENERE **CHF 14**
EN PLUS: FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **+CHF 2**

DESSERTS

- MUFFIN À LA BANANE & NOIX:** BANANE, NOIX, FARINE, OEUFS, HUILE VEGETALE, ÉPICES, FRAMBOISES, AMANDES, SIROP D'ÉRABLE **CHF 3.5**
- CHIA PUDDING À LA VANILLE & COCO:** GRAINES DE CHIA, LAIT DE COCO, SIROP D'ÉRABLE, VANILLE, COULIS DE FRAMBOISES **CHF 4.5**