

Menu Traiteur



Soupe ou potage :

- Soupe froide à la laitue et petits pois
- Gaspacho
- Potage de légumes sans gluten et sans lactose
- Soupe aux légumes
- Soupe Thai végété ou poulet
- Potage carotte, coriandre et lait de coco
- Potage de patates douces
- Crème de tomates et basilic frais
- Crème de chou-fleur et anis
- Soupe Minestrone

Entrées

- Asperges vinaigrette
- Salade jardinière
- Salade César
- Carpaccio de tomates, salsa aux oignons verts et gingembre
- Salade de betteraves, pommes, fromage de chèvre et menthe fraîche
- Salade de pâtes aux légumes rôtis
- Salade de fenouil, vinaigrette crémeuse à l'aneth
- Saumon fumé servi avec oignons rouges marinés, crème sure à l'aneth, capres et citron
- Plateau de crudités et trempette
- Plateau de fromages et charcuteries d'ici

Menu Traiteur (suite)

Plats de viande

- Poulet au beurre
- Poké bol au poulet sésame (servi avec riz basmati et légumes frais)
- Poulet grillé au Zaatar
- Mijoté de bœuf braisé, sauce au vin rouge
- Boulettes de viande à l'italienne (Polpettes)
- Lasagne traditionnelle
- Gratin de chou-fleur et jambon effiloché artisanal (avec béchamel et cheddar bio sans lactose)
- Étagé de porc et patates douces (avec béchamel et macédoine de légumes)
- Filet de porc mariné et gelée de sureau
- Tartare de bœuf 'Classique'

Plats de fruits de mer et poissons

- Lasagne aux fruits de mer (cheddar bio sans lactose)
- Poké bol tartare de saumon frais du pacifique bio ou tataki de saumon ou tataki de thon
- Saumon frais du pacifique bio (inspiration du moment)
- Doré jaune de l'Ontario

Coté Sandwich

- Baguette de rôti de bœuf (parmesan, roquette, oignons rouges marinés, crème balsamique, Dijon)
- Sandwich au poulet pané sauce Harissa
- Tartine de guacamole, salsa de tomates et mozzarella fraîche
- Wrap au poulet Thai (julienne de légumes, sauce sésame et coriandre)
- Focaccia (prosciutto, stracciatella, basilic frais, tomates séchées)

Menu Traiteur (suite)

Plats végétariens

- Lasagne de légumes grillés (cheddar bio sans lactose et sans gluten)
- Aubergines Parmigiana (cheddar bio sans lactose)
- Quiche au légumes et fromage de chèvre Le Pont Mousseau
- Poké bol (légumes frais et quinoa)
- Couscous végété (patates douces, carottes, poivrons grillés, courgettes, dans une sauce tomates, coco et cari)
- Pâtes Mozza-courgettes (mozza fraîche, courgettes, pesto, pacanes grillées et basilic frais)
- Pois chiches au curry, épinards et riz basmati avec sauce tzatzíki et coriandre fraîche.
- Assiette Méditerranéenne (tomates fraîches, tomates séchées, hummus, tzatzíki, oignons rouges marinés, concombres, olives Kalamata, feta de pur brebis, pita)
- Poulet au beurre version tofu
- Gratin de chou-fleur à la moutarde (cheddar bio sans lactose)

Desserts et collations

Carré au citron, Crème de citron, Key lime pie

Brownies, Gâteau au chocolat ' Le Meilleur', Pouding au chocolat

Gâteau au fromage style New York, Shortcake aux fraises

Carré à l'érable, Crème à l'érable, Beignes à l'érable

Carré aux dattes, Muffin du moment, Barre magique

Viennoiseries (croissants, chocolatines - formats régulier ou mini)

Gâteau aux carottes

Sans gluten : Torta caprèse (chocolat et cacao)

Biscuit aux pépites de chocolat (végan)


Gâteau aux bananes

Menu Traiteur (suite)

Provenances viandes tel que porc, poulet, bœuf :

Fermes Valens - Viandes Biologiques de Charlevoix - Ferme La Rose des vents

Tous nos ingrédients (riz, pâtes, noix, légumineuses, farines, etc.) et fruits et légumes sont principalement biologiques ou sauvages.

Tous nos petits plats sont préparés avec plein d'amour  et d'ingrédients du Québec et de petits producteurs lorsque possible. 😊

Prix variant selon les formats et quantités requise.



POUR TOUTES QUESTIONS :

Jackie au 450 858-1771

Ou par courriel à : wilsonlovecupcake@gmail.com

Menu Traiteur - Tout prêt dans le bec!

Emballages et ustensiles compostables, facturés separement pour Menus 1 à 3 si besoin, selon nbre de pers.

Contenants présentoirs et ustensiles de services réutilisables pour menus 1 à 3 consignés disponibles.

Livraison disponible \$ selon distance.

----- Option sans gluten, extra 1\$ par personne

Au menu - Options	Description	Prix
Menu 1 - Le régulier	2 choix de salade (1 tasse de chaque salade par personne) 2 choix de sandwich (1 sandwich de 6 pouces par personne) 2 choix de desserts (2 mini portions par personne) voir les choix plus bas.	22.00
Menu 2 - Le un peu plus	2 choix de salade (1 tasse de chaque salade par personne) 3 choix de sandwich (1 sandwich de 8 pouces par personne) 3 choix de desserts (3 mini portions par personne) Voir les choix plus bas.	28.00
Menu 3 - Le luxueux	2 salades (1 tasse de chaque salade par personne): Salade grecque et salade de pate au pesto 3 sandwichs (1 morceau de chaque par personne) : Rouleau de saumon fumé, mini baguette chèvre et roquette, demi wrap au poulet avec pommes, pacanes et canneberges 3 desserts (3 mini portions par personne) : Brownies, gâteau aux carottes, carré au citron.	32.00

Les à cotés

(prix à l'unité)

	Description	Prix
Plateau de fromages et charcuteries d'ici	Sélection de fromages d'ici et bio, charcuteries bio et d'ici décoré de fruits bio, noix bio et marinades. Prix par personne.	15.00
Pizza froide 9 x 13 pouces	Pizza au tomates bio rectangulaire de 9 pouces par 13 pouces. Prix par pizza.	22.00
Brochette bocconcini	Brochette de fromage bocconcini avec tomates cerises, olives vertes et basilic frais. Prix par brochette.	8.00
Brochette de fruits	Brochette de fruits bio du moment. Prix par brochette	8.00
Plateau de crudités et trempette (8 a 10 personnes)	Crudités bio de saison avec trempette maison	25.00
Viennoiseries fraiches du jour (cuites le matin)	1 mini croissant et 1 mini chocolatine. Prix pour 2 unités, 1 de chaque.	4.00

Menu Traiteur - Tout prêt dans le bec!

Boîtes à Lunch	Description	Prix
Boite a lunch sans breuvage	1 portion de salade (voir choix salades) 1 sandwich (voir choix sandwiches) 1 dessert (voir choix de desserts) prix par boite a lunch, incluant contenants et ustensiles compostable	22.00
Boite a lunch avec breuvage	1 portion de salade (voir choix salades) 1 sandwich (voir choix sandwiches) 1 dessert (voir choix de desserts) 1 breuvage au choix (voir choix breuvages) --- prix par boite a lunch, incluant contenants et ustensiles compostable	25.00

Les CHOIX

Boîtes à Lunch

Choix de salades

Salade Grecque, une vraie
Salade de pâtes au pesto
Salade de patates
Salade de couscous
Salade toute crue avec sauce Dragon

Choix de sandwich

Wrap végétarien (légumes bio ou végé paté maison)
Wrap a la salade de poulet effiloche
Sandwich aux oeufs bio et en liberté
Sandwich au jambon artisanal effiloche

Choix de desserts

Brownies
Carré au citron
Gâteau aux carottes
Divin à l'érable
Gâteau au fromage
Pain aux bananes sans gluten
Biscuit aux pépites de chocolat sans gluten et vegan
Galette à l'avoine

Choix de breuvages

pour boîtes à lunch avec breuvages - Pour breuvages additionnels:

Soda naturel: cola, racinette, orangeade ou ginger ale 3.00
Ginger ale naturel 3.00
Jus de fruits bio, pomme, limonade, orange et mangue 2.00
eau minérale Montellier 3.00
eau de coco pétillante aux ananas, à la lime ou melon d'eau 3.00