



La Carte d'Hiver

L'authentique, le Frais, le Bio

Retrouvez-moi sur www.we-cooking.fr





L'hiver c'est la saison des plats chaleureux par excellence

Nous nous installons pour quelques mois dans le confort de nos lieux de vies, les odeurs et parfums des plats sont exhalés par la froidure qui s'est installée à l'extérieur.

Pour ce 2e Hiver je vous propose des nouveautés et comme toujours , je suis à votre disposition pour envisager avec vous, selon vos inspirations, d'autres recettes.

Véronique



LES REPAS BUFFETS ET PLATEAUX REPAS LIVRAISON À DOMICILE OU ENTREPRISE



En livraison dans un rayon de 10 km autour d'Orléans.

Délai de commande 72h minimum jusqu'à 10 personnes avant la date de livraison au-delà de 10 personnes (max. 35 pers) : **10 jours avant la date de livraison**

Les boissons sans alcool

**EN COMPLEMENT DE VOS REPAS ET BUFFETS LES BOISSONS AB
FAITES MAISON4 € LE LITRE**

Nouveau cet hiver :

- Kéfir à base de citron -de figues- et qq grains de kéfir

Et toujours

- Jus de Bissap
- Infusions de plantes

Les autres boissons que je vous propose de découvrir

- Pétillant de sureau 75CL..... 5€
De chez Cyril Sevin viticulteur en biodynamie à Mont-près-Chambord
- Pétillante de raisin 75CL 5€
De la famille Joubert Viticulteur Saint Cier sur Gironde
- Jus de pommes..... 3,50€
De la ferme des perrières Saint Hilaire Saint Mesmin

Les boissons alcoolisées

J'ai sélectionné pour vous deux viticulteurs que je connais et dont j'apprécie la qualité de leurs vins.
Cyril Sevin viticulteur en Biodynamie à Mont-Près-Chambord

- La quadrature du rouge 11€
- La quadrature du blanc..... 11€
- Le crémant de loire..... 13€

La famille Joubert viticulteur à Saint -Cier en gironde (côte de Blaye)

«Châteaux grand-Renard»

- Côte de Blaye rouge 2018 tradition..... 11€
- Côte de Blaye blanc sauvignon 10€
- Côte de Blaye cuvée prestige 2018 fût de chêne..... 13€

POUR ACCOMPAGNER VOS APÉRITIFS

- Houmous de légumineuses à déguster sur du pain grillé (400 gr environs) 10€
- Des madeleines salées aux légumes 30 € les 18 pièces
- Des feuilletés au gruyère et aux graines 15 € les 18 pièces

En complément du repas les Soupes !

8€ (les 2 litres)

- Velouté de Potimarron à la cannelle
- Velouté à l'indienne (lentilles corail - patate douce – lait de coco – curcuma et curry)
- Velouté de fenouil à la badiane et à la crème d'amande
- Velouté de Kalinka (betteraves-rouges et azukis)
- Velouté douceur de Céleri
- Crème Esau ..
- Velouté surprise .

**D'autres variantes avec des produits de saison : chou-fleur-lentilles-
endives-oignons etc.**

LA FORMULE PLAT + DESSERT 18€

Commande minimum 4 personnes

Quelques suggestions Plats

GRATIN ACCOMPAGNÉ DE SALADE DE SAISON ET GAULETTES DE CEREALES

- Les lasagnes végétarienne aux légumes d'hiver
- Le wok au aux légumes craquants et sa céréale
- La poté de navets et céleri et ses galettes de céréales
- Navets boule d'or et carottes (sauce végétale aux curry)
- Tout choux (sauce végétale aux cumin)
- Cote de Bettes (sauce végétale au paprika)
- Légumes anciens (panais-topinambours)
- Délice de betteraves et sarasin grillés coriandre fraîche
- Wok de légumes au miso et pâte

D'autres variantes avec des produits de saison

Plats

TARTE SALÉE ET SALADE VERTE DU MOMENT

POUR 6 PERSONNES..... 20 €

- Au potiron (crème végétale – graines de courges).....
- Aux poireaux (muscade - graines de sésames)
- Aux bettes et épinards (raisins sultanines)
- Aux fenouils confits
- Au deux oignons
- Tarte de Gewndal (sarasin et légumes de saison).....
- Tatin d'endives (graines de courge) (supplément 2€).....

D'autres variantes avec des produits de saison

LA FORMULE PLATEAU REPAS 19€

(Entrée- plat-dessert) fromage supplément 2€

Commande minimum 6 personnes

Exemple de plateaux repas selon la saison

Toscane

Salade villa Olmi (orreccti et légumes grillés de saison)

Fromage italien

Tiramisu`

Vers la mer

Concombre à la crème

Lentille - beluga et fenouil grillés – saumon rose mariné ou filet du jour

Tarte aux poires amandes

Saison d'automne

Délice de tomates et d'aubergines
Petit pâtés à la viande – salade mélange
Fromage de chèvre de la Ferté
Salade de fruits de saison

Vers l'orient

Houmous et toast
Brochette de poulet aux graines de sésames et taboulé
Suprême d'orange à la cannelle

Secret de Jeanne 19 €

Côtelette chasseur (porc)
Salade d'endives pommes et noix et fromage
Crème caramel au lait végétal

Le Ligérien

Rillettes de poissons et toast grillés
Assiette de poissons fumés de Loire et sa salade de pomme de terre -oignons rouge -mache – citron
Fromage olivet
Tarte tatin

Plats

LES SALADES COMPOSÉES 6 €/prs

(commande minimum: 6 personnes)

- Kumi : azukis - carottes confites au curry - graines de tournesols
- Lou Parais : fenouil confits-petit épeautre - carottes au curry - graines de courge
- Taboulé des incas : quinoa - champignons - haricots rouges - raisins sultanes
- Salade de lentilles : concombre - carottes rappées - dés de fromage - coriandre
- Coleslaw : chou blanc - carottes - fruits secs – ciboulette
- Taboulé d'avocats : boulgours complet – avocat- coriandre fraîche

Envie d'un peu de viande?

GOÛTER MES SECRETS DE FAMILLE

SECRETS DE FAMILLE :

(commande minimum: 6 personnes)

- Choucroute Alsacienne (commande 10 jours minimum) **20 €/prs**
- Côtelettes chasseurs * **12 €/prs**
- Tourte de Jeanne * **15 €/prs**

(* Accompagnement : salade de saison)

Les desserts

AU CHOIX : 4 €/prs
(commande minimum: 6 personnes)

- Suprême d'orange à la cannelle épices tchai et graines de chia *
- Gratin ou tarte ou salade de fruits de saison
- Paires au gingembre*
- Le délicieux (fromage blanc - fruits frais et coulis de fruits de saison - meringue)
- Crème de Claude
- Crème végétale au thé matcha *
- Tarte aux pommes et poires
- Gâteaux pomme pain d'épice et crème anglaise au thym

** Avec deux petits gâteaux maison par personnes (Sablés- rocher coco- madeleines etc.)*

Je cuisine chez vous pour votre quotidien ou votre week-end

- Je viens chez vous préparer les plats qui vous font envie.
- Ma prestation est de 35 € de l'heure.



- Réduction d'impôts : chaque prestation (hors matières premières) donne droit à une **réduction d'impôts sur le revenu de 50%** de son montant, dans les limites fixées par le code général des impôts.



LES BUFFETS APÉRITIFS

POUR LES PARTICULIERS
ET LES PROFESSIONNELS



En livraison dans un rayon de 10 kms autour d'Orléans.

Délai de commande 72h minimum jusqu'à 10 personnes avant la date de livraison au-delà de 10 personnes (max. 40 pers) : **10 jours avant la date de livraison**



La formule

Tarif unique : 18 € / prs

- **6 propositions aux choix**
dans les ballades salées
- **3 propositions aux choix**
Dans les rencontres sucrées

Commande pour 10 personnes minimum

Livraison dans un rayon de 10 km autour d'Orléans.

Délai de commande 72h minimum jusqu'à 10 personnes avant la date de livraison au-delà de 10 personnes (max. 40 prs) : 10 jours avant la date de livraison
Contenants soit recyclable et ou compostable ou en verre que je récupère..

Pour qui ?

**Particuliers - Professionnels
Associations - Professions libérales**

Si vous organisez une réunion, un séminaire, un stage ou toutes autres manifestations : ...

Je compose et vous livre un buffet ou bien je viens sur place faire les repas pendant toute la durée du stage, séminaire etc...

Les services

Vous souhaitez que tout soit prêt je viens dresser votre buffet !

- 35€ l'heure pour le service
- Livraison dans l'agglomération Orléans au-delà de 10 km
Supplément selon la distance (km)

Ballade salée

LES MINI-CAKES ET BOUCHEES SALEES

- Aux navets confits et paprika
- Aux carottes et curry
- Aux poireaux et muscade
- Aux choux fleurs et cumin

LES BROCHETTES

- **En passant par les vignes** (Raisins - comté- Jambon)
- **Du potager** (légumes caramélisés aux graines de sésame - panais- carottes)

DOUCEUR VÉGÉTALE (VERINNES)

- Carotte au curcuma crumble salé • Crème de Céleri cumin
- Betterave rouge crumble salé
- Patate douce à la crème végétale crumble salé
- Crème de céleri crumble salé
- Mousseline de butternut crumble salé

Ballade salée

TARTELETTES GOURMANDES

- Poireaux - muscade - graine de tournesol
- Endives graines de sésame
- Carottes curcuma graines de courge
- Oignons
- Chou pak-choï muscade
- Panais et quatre épices

PETITES SALADES

- Mon coleslaw (chou blanc - carottes - mélange de fruits secs - ciboulette)
- Lou Parais (petit épeautre - fenouil confit) venus du soleil de Provence
- Choux blancs - pommes et sirop d'agave
- Taboulé de chou fleurs
- Salade Béluga (lentilles beluga - concombres - carottes - coriandre)
- Salade de Kumi (hazukis - carottes confites - raisins sultanines)

Rencontre sucrée

- La gourmandise du Verger
- Tarte des îles
- Crème de pruneaux au rhum mousse au chocolat
- Tatin aux abricots d'orient et gingembre
- Gratin de poires au gingembre
- Clafoutis aux ananas
- Petit gratin banane cannelle



L'authentique, le Frais, le Bio

Véronique BOUYOU

06 08 67 03 32



contact@we-cooking.fr
www.we-cooking.fr



La vraie cuisine d'autrefois remise au Goût du jour...

