



La Carte de printemps 2020

Retrouvez-moi sur
www.we-cooking.fr





*Le printemps est là avec sa
tendresse et ses couleurs
acidulées*

Les tendres légumes qui sortent de terre nous réjouissent par leurs couleurs acidulées et leurs croquants. La fraîcheur est encore bien présente et j'ai sélectionné pour vous des plats que j'aime cuisiner pour que mes découvertes soient aussi les vôtres et il me tarde de vous les faire partager.

Le temps a laissé son manteau
De vent, de froidure, et de pluie,
Et s'est vêtu de broderies,
De soleil luisant, clair et beau.
Charles D'Orléans

Comme la saison précédente, mes quelques suggestions ne demandent qu'à s'adapter aux vôtres auxquelles je répondrais avec bonheur !

Véronique





REPAS ET PLATEAUX REPAS

En livraison dans un rayon de 15 km autour d'Orléans.
Délai de commande 48h
au-delà de 10 personnes (max. 35 pers) : **10 jours avant**
la date de livraison



Nouveau : Paiement par CB
paypal et Ticket restaurant

Les boissons sans alcool

EN COMPLEMENT DE VOS REPAS

BOISSONS AB FAITES MAISON4 € 75cl

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

LES AUTRES BOISSONS AB

• **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

• **NOUVEAU : Limonade la Beauceronne AB 75cl 3,50€**

Citron- Grenade

Les boissons alcoolisées

J'ai sélectionné pour vous deux viticulteurs que je connais et que j'apprécie pour la qualité de leurs vins.

Cyril Sevin viticulteur en Biodynamie à Mont-Près-Chambord

- La quadrature du rouge11€
- La quadrature du blanc11€
- Le crémant de loire13€

**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 sauvignon10€
- Côte de Blaye cuvée prestige 2018 fût de chêne13€

POUR ACCOMPAGNER VOS APÉRITIFS :

NOUVEAUX CE PRINTEMPS !

- Les dips de fromage blanc salés la verrine de 30cl3,50 €

POUR ACCOMPAGNER VOS PETITS LÉGUMES CROQUANTS :

- Houmous de légumineuses à déguster sur du pain grillé.....10€
(400 g environ)
- Des feuilletés au gruyère et aux graines (18 pièces)15€

Les Soupes !

4€ le litre

• **Velouté Dufy**

Un subtile mélange de verdure parfumée aux épices et une pointe de ciboulette à la crème végétale .

• **Velouté de fanes de printemps à la crème d'amande**

Un vert éclatant et la douceur de l'amande

• **Velouté de carottes au cumin**

La douceur de l'orange et des carottes d'été et une poignée de coriandre et l'huile d'olive

• **Velouté d'asperges (en saison mai juin)**

• **Velouté de choux fleurs à la crème de noisette**

Un grand classique de la crème Dubarry revisité à ma façon ...

D'autres variantes avec des produits de saison : me consulter

Plats

LA FORMULE PLAT + DESSERT : 15€

soupe 250 ml offerte

LES PLATS VÉGÉTARIENS :

(Commande minimum : 4 personnes)..... 11 €

- Pad Thaï aux crevettes
- Lasagne végétarienne avec sa salade de saison
- Céleri braisé à la méditerranéenne et son petit épeautre
- Gratin de légumes printaniers et salade
- Cheesecake salé du printemps (radis ou concombre ou avocat) avec salade

D'autres variantes avec des produits de saison : me consulter

INSPIRATIONS :

(Commande minimum : 4 personnes)..... 9 €

- Crème de fenouil et brochettes de tofu
- Falafels et sa sauce tarator sur salade
- Pommes de terre «surprise» avec salade
- Bouddha bol de printemps

D'autres variantes avec des produits de saison : me consulter

TARTE SALÉE ET SALADE VERTE DU MOMENT

POUR 6 PERSONNES..... 18 €

- Aux deux oignons
- Aux pousses de printemps et graines de courges
- Aux navets nouveaux caramélisés, basilic et graines de sésame grillées
- Tourte au saumon, blettes, épinards
- Tarte de Gwendal au sarasin et légumes nouveaux

D'autres variantes avec des produits de saison : me consulter

LES SALADES COMPOSÉES : 6 €/PERS

(Commande minimum: 4 personnes)

- Taboulé printanier (semoule - radis roses et noirs - concombre - avocat - menthe)
- Salade Waldorf et röstis de betteraves rouges (chou chinois - carottes - pommes - amandes - céleri - ciboulette)
- Taboulé des incas (quinoa - champignons - haricots rouges - raisins sultaniques)
- Salade villa Olmi (orroscheti - tomates confites - dés de fêta - légumes grillés - basilic)
- Coleslaw (chou blanc - carottes - fruits secs - ciboulette)

Les desserts

AU CHOIX : 4 €/PERS

(Commande minimum : 4 personnes)

- Tarte à la rhubarbe
- Tarte ganache chocolat et miel d'acacia
- Crème végétale à l'orange et noix de pécan*
- Le délicieux (fromage blanc - fruits frais et coulis de fruits de saison - meringue)
- Crème délice de fraises (en saison fin mai juin)*
- Les clafoutis aux fruits de saison

** Avec deux petits gâteaux maison par personnes (sablés - rochers coco - madeleines, etc...)*



Plateaux repas

LA FORMULE PLATEAU REPAS 19€

(Entrée - plat-dessert) fromage supplément 2€
Commande minimum 4 personnes

N'hésitez pas à me consulter pour d'autres propositions

🗨 Exemple : à votre envie une tartelette- une salade composée ou un plat et un dessert à choisir dans la carte

TOSCANE

Velouté tomate basilic
Salade villa Olmi (orreccteti et légumes grillés de saison)
Fromage italien
Tiramisu

VERS LA MER

Mousse de thon et toast
Lentilles - beluga et fenouil grillé – saumon rose ou filet du jour
Tartelette aux abricots

SAISON DE PRINTEMPS

Concombre à la crème et croquant salé
Tartelette courgettes chèvre de la ferté Saint Aubin
Le délicieux aux fruits

VERS L'ORIENT

Houmous et toast
Brochette de poulet aux graines de sésames
Taboulé à la menthe fraîche
Suprême d'oranges à la cannelle



 **PayPal**

 **Ticket Restaurant®**

Nouveau : Paiement par CB paypal et Ticket restaurant



Les buffets apéritifs

Livraison dans un rayon de 15 kms autour d'Orléans.
Délai de commande 48h00. Au-delà de 10 personnes
(max. 35 pers) : **10 jours avant la date de livraison**



La formule

Tarif unique : 20 € / pers
2 feuilletés aux graines par personne offert

- **6 PROPOSITIONS AUX CHOIX DANS LES BALLADES SALÉES**
- **3 PROPOSITIONS AUX CHOIX DANS LES RENCONTRES SUCRÉES**

! Vous souhaitez être totalement disponible pendant toute la durée du Buffet ? Je reste sur place. Mon tarif est de 30 € de l'heure.

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
- Falafels et sauce tarator

LES BROCHETTES

- **En passant par les vignes** (Raisins - comté- Jambon)
- **Du potager** (légumes caramélisés aux graines de sésame - panais- carottes)
- **Insolite** (dés de céleri confit - radis - concombre)

DOUCEUR VÉGÉTALE (VERRINES)

- Carotte au curcuma
- Crème de navet nouveau-muscade
- Patate douce à la crème végétale
- Crème de fenouil au cumin
- Crème de fanes printanières
- Bouddha bol et sauce royale

Ballade salée

TARTELETTES GOURMANDES

- Aux oignons nouveaux
- Aux pousses de printemps et graines de sésame
- Aux carottes nouvelles curcuma graines de tournesol
- Aux navets de printemps caramélisés et graines de courge
- Céleri branche et quatre épices

PETITES SALADES

- Mon coleslaw (chou blanc - carottes - mélange de fruits secs - ciboulette)
- Lou Paradis (petit épeautre - fenouil confit) venus du soleil de Provence
- Waldorf (chou chinois - pommes - céleri branche - amande- carottes)
- Taboulé de printemps (semoule - radis rose - concombre - avocats - oignons rouges - menthe)
- Salade Villa Olmi (orreschetti - tomates confites - dés de fêta - concombre - basilic)
- Salade de Kumi (hazukis - carottes confites - raisins sultanines)

Rencontre sucrée

- Tarte à la rhubarbe
- Tarte ganache chocolat et miel d'acacia
- Crème végétale à l'orange et noix de pécan
- Tatin aux abricots d'orient et gingembre
- Gratin de fruits de saison
- Clafoutis aux cerises de Clery
- Cake à la carotte à la cardamome

Les prestations sur place

POUR QUI ?

PARTICULIERS - PROFESSIONNELS ASSOCIATIONS - PROFESSIONS LIBÉRALES

Vous organisez une réunion, un séminaire, un stage je viens sur place pour faire les repas

Vous organisez une manifestations culturel ou un salon autour du bien être je vous propose un point snacking éco- responsable avec une carte de plats à emporter.

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

Nous élaborons ensemble le menu, vous faites les courses et je viens chez vous préparer les plats qui vous font envies.

☺ Ma prestation est de 35 € de l'heure



Réduction d'impôts : chaque prestation 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.



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...

