



aliments	Index des recettes	sans gluten	diabétique	sans œuf	sans lait
galettes de riz	rouleaux de printemps aux crevettes et saumon cru				
gin	sangria au vin blanc				
gingembre	timbale de crevettes sautées au gingembre en salade				
gingembre	galettes de crabe				
gingembre	gravad lax ou saumon mariné à la Danoise				
gingembre	millefeuille de brocolis et tartare de saumon				X
gingembre	poêlée de légumes thaï				
gingembre	tartare de daurade, poires, gingembre et cannelle				
gingembre	tartare de thon au gingembre et crème de brocolis aux poires				X
gingembre	timbale de sashimi de thon et saumon				
gingembre	verrine de saumon céleri et roquette				X
gomasio (sel de sésame)	crème de céleri, roquefort et cumin				X
gomasio (sel de sésame)	crème de champignons aux morilles				X
gomasio (sel de sésame)	crème de courgette, pastèque et fêta				X
gomasio (sel de sésame)	foie gras poêlé aux asperges vertes et purée de champignons				X
gomasio (sel de sésame)	quenelles de poulet et flan de brocolis, caviar champignons/morilles				X
gomasio (sel de sésame)	rouleaux de printemps aux crevettes et saumon cru				
gomasio (sel de sésame)	salade tiède de champignons et tofu				X
gomasio (sel de sésame)	tartare de thon au gingembre et crème de brocolis aux poires				X
gomasio (sel de sésame)	tartinade aux champignons de clea				X
gomasio (sel de sésame)	velouté de courgettes aux champignons, gomasio et curcuma				X
gomasio (sel de sésame)	velouté mousse de courgettes à la roquette				X
gomasio (sel de sésame)	verrine velouté de courgette roquette et raie à l'huile de noisette				X
graines courges	crevettes sautées et chicons en salade				
graines de millet	mille feuille earl grey, vanille et fraise framboise	X			X
graines de pavot	chouquettes au citron et pavot				X



graines de pavot	<u>lemon bars d'Estelle et pâte sablée pavot citron</u>				X
graines de pavot	<u>tarte légère au citron et pamplemousse</u>				X
graines de pavot	<u>tests du livre de Pascale</u>				X
graines germées	<u>carpaccio de saumon, féta et mangue</u>				X
graines germées	<u>salade vitalité de poulet fumé</u>				
graines germées	<u>timbale de sashimi de thon et saumon</u>				
graines variées	<u>crottin de chèvre sur artichaut au sirop de Liège</u>				X
graines variées	<u>millefeuille ou verrine d'aubergine au céleri et crabe</u>				X
graines variées	<u>salade de joues de lotte caramélisées</u>		X		
graines variées	<u>salade de pousses d'épinards au poulet caramélisé</u>				
graines variées	<u>salade préférée du moment</u>				X
graines variées	<u>salade tiède de champignons et tofu</u>				X
graines variées	<u>salade vitalité de poulet fumé</u>				
graines variées	<u>tartare de champignon et saumon</u>				X
graines variées	<u>tartare de crevettes, asperges et mangue</u>				
graines variées	<u>timbale de cabillaud, mangue aux graines</u>				X
graines variées	<u>timbale de rémoulade de céleri aux fruits, herbes et pecorino</u>				
graines variées	<u>timbale de rémoulade de céleri printanier au chèvre et figues</u>				X
haché de bœuf	<u>pain de porc au fromage</u>				X
haché de porc	<u>pain de porc au fromage</u>				X
haricots verts	<u>bouchées aux crevettes thaï</u>				
haricots verts	<u>crevettes au curry vert thaï</u>				X
haricots verts	<u>crevettes sautées et chicons en salade</u>				
haricots verts	<u>croquette de poulet thaï Ken Hom</u>		X		
haricots verts	<u>salade vitalité de poulet fumé</u>				
haricots verts	<u>timbale de haricots vert, céleri et thon</u>				X
haricots verts	<u>timbale de rémoulade de céleri aux fruits, herbes et pecorino</u>				
HE bergamote	<u>cookies au thé earl grey et bergamome, version sans gluten</u>		X	X	X



HE bergamote	<u>mille feuille earl grey, vanille et fraise framboise</u>	X	X
huile d'argan	<u>tartare de saint jacques et saumon, artichaut et carpaccio de melon</u>		
huile de noisette	<u>millefeuille de brocolis et tartare de saumon</u>		X
huile de noisette	<u>tartare de daurade, poires, gingembre et cannelle</u>		
huile de noisette	<u>tartare de thon au gingembre et crème de brocolis aux poires</u>		X
huile de noisette	<u>tartare de thon, féta, poire et coriandre au coulis d'asperge et fraises</u>		X
huile de noisette	<u>verrine velouté de courgette roquette et raie à l'huile de noisette</u>		X
huile de noix	<u>tartare de crevettes, asperges et mangue</u>		
huile d'olive	<u>carpaccio de melon à la fête</u>		X
huile d'olive	<u>carpaccio de saumon, féta et mangue</u>		X
huile d'olive	<u>carpaccio de saumon, saint jacques à la cardamome</u>		
huile d'olive	<u>crevettes sautées et chicons en salade</u>		
huile d'olive	<u>gougères au chèvre et à la fête</u>		X
huile d'olive	<u>lasagne au saumon gravad lax et pecorino</u>		X
huile d'olive	<u>salade tiède de légumes au brebis des Pyrénées et figues</u>		X
huile d'olive	<u>tartare de saint-jacques aux pommes</u>		
huile d'olive	<u>tartare de saumon et féta au romarin</u>		X
huile d'olive	<u>tatin de légumes</u>	X	X
huile d'olive	<u>velouté de céleri aux champignons et crabe</u>		X
huile d'olive	<u>velouté de chicons</u>		X
huile d'olive	<u>velouté de courgettes aux champignons, gomasio et curcuma</u>		X
huile d'olive	<u>verrine de crabe et papaye à la vanille</u>		X
huile d'olive	<u>verrine de tartare de saumon, avocat, champignons</u>		
jambon	<u>croque crousti moelleux</u>		
jambon	<u>quenelles de jambon au curcuma</u>		X
lait de coco	<u>charlottes d'aubergine au coeur tendre de féta</u>		X
lait de coco	<u>crème d'avocat à la menthe et coriandre</u>		X
lait de coco	<u>crème de champignons aux morilles</u>		X



lait de coco	<u>crevettes au curry vert thaï</u>			X
lait de coco	<u>mousse de potimarron au lait de coco</u>			X
lait de coco	<u>poêlée de légumes thaï</u>			
lait de coco	<u>poulet de curry thaï</u>			
lait de coco	<u>quenelles de poissons aux morilles et cœur de brocolis</u>			X
lait de coco	<u>quenelles de poulet et flan de brocolis, caviar champignons/morilles</u>			X
lait de coco	<u>velouté de céleri aux champignons et crabe</u>			X
lait de coco	<u>velouté de potimarron au lait de coco et curcuma</u>	X		X
laitue	<u>salade de joues de lotte caramélisées</u>		X	
laitue	<u>salade préférée du moment</u>			X
lavande	<u>salade fraise poire et lavande</u>		X	
lemon curd	<u>tarte aux fraises et framboises sur lemon curd et spéculoos</u>			X
limonade	<u>sangria au vin blanc</u>			
lotte joues	<u>salade de joues de lotte caramélisées</u>		X	
mâche	<u>tartare de crevettes, asperges et mangue</u>			
mangue	<u>carpaccio de saumon, féta et mangue</u>			X
mangue	<u>salade de fraise et mangue au vinaigre balsamique</u>			
mangue	<u>tartare de crevettes, asperges et mangue</u>			
mangue	<u>timbale de cabillaud, mangue aux graines</u>			X
mangue	<u>timbale de crevettes sautées au gingembre en salade</u>			
manouri	<u>confit de chicons et tartelettes confit chicons, manouri et romarin</u>			X
manouri	<u>galettes de courgette et manouri</u>			X
matcha	<u>biscuits à la cuiller</u>			
matcha	<u>Douceur amande</u>			X
melon	<u>carpaccio de melon à la féta</u>			X
melon	<u>tartare de saint jacques et saumon, artichaut et carpaccio de melon</u>			
melon	<u>verrine de soupe de melon à la féta et basilic</u>			X
menthe fraîche	<u>crème d'avocat à la menthe et coriandre</u>			X



menthe fraîche	<u>crème glacée menthe fraîche pépites de chocolat</u>		X	X
mesclin	<u>salade préférée du moment</u>			X
miel	<u>amandes chocolatées</u>	X	X	X
miel	<u>salade tiède de légumes au brebis des Pyrénées et figues</u>			X
miel	<u>timbale de rémoulade de céleri printanier au chèvre et figues</u>			X
morilles	<u>crème de champignons aux morilles</u>			X
morilles	<u>quenelles de poissons aux morilles et cœur de brocolis</u>			X
morilles	<u>quenelles de poulet et flan de brocolis, caviar champignons/morilles</u>			X
mozzarella	<u>croque crousti moelleux</u>			
müesli	<u>petits biscuits au müesli de Trinidad</u>			X
muscade	<u>bouchées feuilletées ricotta, épinards et figues</u>			X
navet	<u>salade tiède de légumes au brebis des Pyrénées et figues</u>			X
noisettes	<u>biarritz au chocolat</u>			X
noisettes	<u>mousse de potimarron au lait de coco</u>			X
œufs	<u>biarritz au chocolat</u>			X
œufs	<u>biscuits à la cuiller</u>			
œufs	<u>bouchées feuilletées ricotta, épinards et figues</u>			X
œufs	<u>cabécou sur aubergine aux pignons et pistaches</u>			X
œufs	<u>cake marbré au chocolat et aux amandes de Béatrice Thibault</u>	X		X
œufs	<u>cakes à la cardamome et aux pistaches</u>			X
œufs	<u>cakes au crabe, petit pois, tofu et lait de soja</u>			X
œufs	<u>charlotte de céleri et aubergine</u>			X
œufs	<u>charlottes d'aubergine au cœur tendre de féta</u>			X
œufs	<u>chouquettes au citron et pavot</u>			X
œufs	<u>croquettes de poulet pour les enfants</u>			
œufs	<u>Douceur amande</u>			X
œufs	<u>fiadone aux pépites de chocolat</u>			X
œufs	<u>fondant au chocolat</u>	X		X



œufs	<u>fondant au chocolat allégé</u>	X	X
œufs	<u>galette des rois à la frangipane de Poujauran</u>		X
œufs	<u>galettes de courgette et manouri</u>		X
œufs	<u>galettes de crabe</u>		
œufs	<u>gâteau au chocolat Bellevue de Christophe Felder</u>	X	X
œufs	<u>gâteau impossible</u>		X
œufs	<u>gâteau mousse after-eight</u>		X
œufs	<u>lemon bars d'Estelle et pâte sablée pavot citron</u>		X
œufs	<u>marbré choco pistache</u>	X	X
œufs	<u>maury pistache</u>	X	X
œufs	<u>millefeuille de brocolis et tartare de saumon</u>		X
œufs	<u>millefeuille ou verrine d'aubergine au céleri et crabe</u>		X
œufs	<u>mini muffins tomate, pecorino et raisins</u>		X
œufs	<u>moelleux pistache</u>		X
œufs	<u>mousse de potimarron au lait de coco</u>		X
œufs	<u>pain de porc au fromage</u>		X
œufs	<u>palets aux amandes et chocolat</u>	X	X
œufs	<u>petits biscuits au muesli de Trinidad</u>		X
œufs	<u>quenelles de poissons aux morilles et cœur de brocolis</u>		X
œufs	<u>quenelles de poulet et flan de brocolis, caviar champignons/morilles</u>		X
œufs	<u>sablés sans gluten, KKVVKV 9</u>	X	X
œufs	<u>tartelettes orange curd et cardamome</u>		X
œufs	<u>torta della nonna adaptée sans lactose</u>		X
œufs	<u>triangles à l'orange et à la pistache</u>		X
œufs	<u>tuiles aux flocons d'épeautre et pépites de chocolat</u>		X
œufs (blanc)	<u>bouchées légères aux pépites de chocolat</u>		X
œufs (blanc)	<u>mousse légère au chocolat variations</u>		X
orange	<u>sangria au vin blanc</u>		



orange	<u>tartelettes orange curd et cardamome</u>		X
orange	<u>tests du livre de Pascale</u>		X
orange	<u>triangles à l'orange et à la pistache</u>		X
pamplemousse	<u>tarte légère au citron et pamplemousse</u>		X
papaye	<u>verrine de crabe et papaye à la vanille</u>		X
paprika fumé	<u>quenelles de poulet et flan de brocolis, caviar champignons/morilles</u>		X
paprika fumé	<u>salade tiède de champignons et tofu</u>		X
paprika fumé	<u>velouté de chicons</u>		X
pastèque	<u>crème de courgette, pastèque et fêta</u>		X
pâte à tartiner	<u>biarritz au chocolat</u>		X
pâte d'amande	<u>moelleux pistache</u>		X
pâte de crevettes	<u>bouchées aux crevettes thaï</u>		
pâte de curry	<u>crevettes au curry vert thaï</u>		X
pâte de curry	<u>croquette de poulet thaï Ken Hom</u>	X	
pâte de curry	<u>poêlée de légumes thaï</u>		
pâte de curry	<u>poulet de curry thaï</u>		
pâte de pistaches	<u>maury pistache</u>	X	X
pâte de pistaches	<u>moelleux pistache</u>		X
pâte de pistaches	<u>tartelettes aux pistaches</u>		X
pâte feuilletée	<u>bouchées feuilletées ricotta, épinards et figues</u>		X
pâte feuilletée	<u>confit de chicons et tartelettes confit chicons, manouri et romarin</u>		X
pâte feuilletée	<u>galette des rois à la frangipane de Poujauran</u>		X
pâte feuilletée allégée	<u>galette des rois aux amandes, allégé en beurre</u>		X
pâte sucrée	<u>torta della nonna adaptée sans lactose</u>		X
pecorino	<u>bâtonnets au pesto rouge</u>		X
pecorino	<u>lasagne au saumon gravad lax et pecorino</u>		X
pecorino	<u>mini muffins tomate, pecorino et raisins</u>		X
pecorino	<u>tartare de crevettes, asperges et mangue</u>		



pecorino	<u>timbale de rémoulade de céleri aux fruits, herbes et pecorino</u>				
pépites de chocolat	<u>bouchées légères aux pépites de chocolat</u>				X
pépites de chocolat	<u>cookies menthe et pépites de chocolat</u>				X
pépites de chocolat	<u>fiadone aux pépites de chocolat</u>				X
pépites de chocolat	<u>muffins santé au son d'avoine, brocciu et pépites de chocolat</u>		X		X
pépites de chocolat	<u>palets aux flocons d'épeautre</u>			X	X
pépites de chocolat	<u>tartelettes aux pistaches</u>				X
pépites de chocolat	<u>tuiles aux flocons d'épeautre et pépites de chocolat</u>				X
pesto	<u>mousse de brocolis</u>				X
pesto	<u>verrine de courgette à la féta et pesto</u>				X
pesto tomate	<u>bâtonnets au pesto rouge</u>				X
pétales de maïs	<u>croustillant au chocolat</u>	X	X	X	X
petits pois	<u>cakes au crabe, petit pois, tofu et lait de soja</u>				X
pignons	<u>cabécou sur aubergine aux pignons et pistaches</u>				X
pignons	<u>torta della nonna adaptée sans lactose</u>				X
pistaches	<u>cabécou sur aubergine aux pignons et pistaches</u>				X
pistaches	<u>cakes à la cardamome et aux pistaches</u>				X
pistaches	<u>marbré choco pistache</u>	X			X
pistaches	<u>maury pistache</u>	X			X
pistaches	<u>moelleux pistache</u>				X
pistaches	<u>tarte aux fraises et pistaches</u>				X
pistaches	<u>tartelettes aux pistaches</u>				X
pistaches	<u>triangles à l'orange et à la pistache</u>				X
pistaches	<u>velouté de céleri aux champignons et crabe</u>				X
poire	<u>crème de roquette aux poires et crabe</u>				X
poire	<u>millefeuille ou verrine d'aubergine au céleri et crabe</u>				X
poire	<u>saint jean baptiste aux poires</u>	X			X
poire	<u>salade fraise poire et lavande</u>			X	



poire	<u>tartare de daurade, poires, gingembre et cannelle</u>		
poire	<u>tartare de thon au gingembre et crème de brocolis aux poires</u>		X
poire	<u>tartare de thon, féta, poire et coriandre au coulis d'asperge et fraises</u>		X
poire	<u>tartinade de roquefort et poires</u>		X
poire	<u>timbale de rémoulade de céleri aux fruits, herbes et pecorino</u>		
poire	<u>verrine de saumon céleri et roquette</u>		X
poisson blanc	<u>quenelles de poissons aux morilles et cœur de brocolis</u>		X
poivre de Jamaïque	<u>fondant au chocolat</u>	X	X
poivre de Tasmanie	<u>tartare de daurade, poires, gingembre et cannelle</u>		
poivre de Tasmanie	<u>tartare de saint-jacques aux pommes</u>		
polenta	<u>croquettes de poulet pour les enfants</u>		
pomme granny	<u>tartare de champignon et saumon</u>		X
pomme granny	<u>tartare de saint-jacques aux pommes</u>		
pomme granny	<u>timbale de rémoulade de céleri aux fruits, herbes et pecorino</u>		
potimarron	<u>mousse de potimarron au lait de coco</u>		X
potimarron	<u>velouté de potimarron au lait de coco et curcuma</u>	X	X
poulet	<u>croquette de poulet thaï Ken Hom</u>	X	
poulet	<u>croquettes de poulet pour les enfants</u>		
poulet	<u>poulet de curry thaï</u>		
poulet	<u>quenelles de poulet et flan de brocolis, caviar champignons/morilles</u>		X
poulet	<u>salade de pousses d'épinards au poulet caramélisé</u>		
poulet fumé	<u>salade vitalité de poulet fumé</u>		
pousse de bambou	<u>poêlée de légumes thaï</u>		
pousse de soja	<u>crevettes au curry vert thaï</u>		X
pousse de soja	<u>rouleaux de printemps aux crevettes et saumon cru</u>		
raisins secs	<u>mini muffins tomate, pecorino et raisins</u>		X
rémoulade (sauce)	<u>millefeuille de brocolis et tartare de saumon</u>		X
rémoulade (sauce)	<u>millefeuille de crevettes, céleri et brocolis au curcuma</u>		X



rémolade (sauce)	<u>millefeuille ou verrine d'aubergine au céleri et crabe</u>	X
rémolade (sauce)	<u>salade préférée du moment</u>	X
rémolade (sauce)	<u>timbale de cabillaud, mangue aux graines</u>	X
rémolade (sauce)	<u>timbale de haricots vert, céleri et thon</u>	X
rémolade (sauce)	<u>timbale de rémolade de céleri printanier au chèvre et figues</u>	X
rémolade (sauce)	<u>verrine de saumon céleri et roquette</u>	X
ricotta de brebis	<u>bouchées feuilletées ricotta, épinards et figues</u>	X
romarin	<u>confit de chicons et tartelettes confit chicons, manouri et romarin</u>	X
romarin	<u>croquettes de poulet pour les enfants</u>	
romarin	<u>mini muffins tomate, pecorino et raisins</u>	X
romarin	<u>tartare de saumon et féta au romarin</u>	X
roquefort	<u>crème de céleri, roquefort et cumin</u>	X
roquefort	<u>tartinade de roquefort et poires</u>	X
roquette	<u>crème de roquette aux poires et crabe</u>	X
roquette	<u>crottin de chèvre sur artichaut au sirop de Liège</u>	X
roquette	<u>millefeuille de brocolis et tartare de saumon</u>	X
roquette	<u>salade de joues de lotte caramélisées</u>	X
roquette	<u>salade de pousses d'épinards au poulet caramélisé</u>	X
roquette	<u>salade préférée du moment</u>	X
roquette	<u>salade tiède de champignons et tofu</u>	X
roquette	<u>salade vitalité de poulet fumé</u>	
roquette	<u>timbale de cabillaud, mangue aux graines</u>	X
roquette	<u>timbale de crevettes sautées au gingembre en salade</u>	
roquette	<u>timbale de rémolade de céleri aux fruits, herbes et pecorino</u>	
roquette	<u>velouté mousse de courgettes à la roquette</u>	X
roquette	<u>verrine de crabe et papaye à la vanille</u>	X
roquette	<u>verrine de saumon céleri et roquette</u>	X
roquette	<u>verrine velouté de courgette roquette et raie à l'huile de noisette</u>	X



sauce poisson	<u>poulet de curry thaï</u>			
sauce soja	<u>mousse de potimarron au lait de coco</u>			X
sauce teriyaki	<u>quenelles de jambon au curcuma</u>			X
sauce teriyaki	<u>rouleaux de printemps aux crevettes et saumon cru</u>			
sauce teriyaki	<u>salade de pousses d'épinards au poulet caramélisé</u>			
sauce teriyaki	<u>tofu préféré (mon)</u>			
sauge	<u>galettes de courgette et manouri</u>			X
saumon	<u>carpaccio de saumon, féta et mangue</u>			X
saumon	<u>carpaccio de saumon, saint jacques à la cardamome</u>			
saumon	<u>gravad lax ou saumon mariné à la Danoise</u>			
saumon	<u>millefeuille de brocolis et tartare de saumon</u>			X
saumon	<u>rouleaux de printemps aux crevettes et saumon cru</u>			
saumon	<u>tartare de champignon et saumon</u>			X
saumon	<u>tartare de saint jacques et saumon, artichaut et carpaccio de melon</u>			
saumon	<u>tartare de saumon et féta au romarin</u>			X
saumon	<u>timbale de sashimi de thon et saumon</u>			
saumon	<u>verrine de saumon céleri et roquette</u>			X
saumon	<u>verrine de tartare de saumon, avocat, champignons</u>			
saumon gravad lax	<u>lasagne au saumon gravad lax et pecorino</u>			X
semoule de riz	<u>triangles à l'orange et à la pistache</u>			X
sésame noir	bretzels			X
sirop d'agave	<u>chouquettes au citron et pavot</u>			X
sirop d'agave	<u>cookies à l'avoine et chocolat (copie des biscuits d'Ikea)</u>			X
sirop d'agave	<u>cookies au thé earl grey et bergamome, version sans gluten</u>	X	X	X
sirop d'agave	<u>cookies aux flocons d'avoine et chocolat, version santé</u>		X	X
sirop d'agave	<u>crème glacée légère au chocolat</u>		X	X
sirop d'agave	<u>fondant au chocolat</u>	X		X
sirop d'agave	<u>glace café</u>			X



sirop d'agave	<u>mille feuille earl grey, vanille et fraise framboise</u>	X		X
sirop d'agave	<u>mousse légère au chocolat variations</u>			X
sirop d'agave	<u>palets aux amandes et chocolat</u>	X		X
sirop d'agave	<u>petits biscuits au muesli de Trinidad</u>			X
sirop d'agave	<u>salade fraise poire et lavande</u>		X	
sirop d'agave	<u>sorbet framboise et fraise</u>		X	X
sirop de blé	<u>cake marbré au chocolat et aux amandes de Béatrice Thibault</u>		X	X
sirop de Liège	<u>crottin de chèvre sur artichaut au sirop de Liège</u>			X
sirop de menthe	<u>crème glacée menthe et pépites de chocolat</u>			X
sirop de menthe	<u>crème glacée menthe fraîche pépites de chocolat</u>			X
sirop de menthe	<u>crème glacée menthe glaciale pépites de chocolat</u>			X
sirop de menthe	<u>crème glacée menthe pépites de chocolat</u>			X
sirop de riz sidoux	<u>chèvre aux figues</u>	X	X	X
sirop de riz sidoux	<u>salade de joues de lotte caramélisées</u>		X	
sirop de riz sidoux	<u>salade de pousses d'épinards au poulet caramélisé</u>			
sirop de riz sidoux	<u>timbale de cabillaud, mangue aux graines</u>			X
sirop de riz sidoux	<u>tofu préféré (mon)</u>			
sirop d'oryza	<u>muffins santé au son d'avoine, brocciu et pépites de chocolat</u>		X	X
son d'avoine	<u>muffins santé au son d'avoine, brocciu et pépites de chocolat</u>		X	X
sucanat	<u>cookies au thé earl grey et bergamome, version sans gluten</u>	X		X
sucanat	<u>cookies aux flocons d'avoine et chocolat, version santé</u>			X
sucanat	<u>mille feuille earl grey, vanille et fraise framboise</u>	X		X
sucanat	<u>petits biscuits au muesli de Trinidad</u>			X
sucré cassonade	<u>spéculoos santé, allégé en beurre et sucre</u>			X
sucré de palme	<u>bouchées aux crevettes thaï</u>			
sucré de palme	<u>croquette de poulet thaï Ken Hom</u>	X		
sucré de palme	<u>poulet de curry thaï</u>			
sucré demerarra	<u>cookies à l'avoine et chocolat (copie des biscuits d'Ikea)</u>			X



tamari	<u>timbale de cabillaud, mangue aux graines</u>			X
tamari	<u>velouté de potimarron au lait de coco et curcuma</u>	X		X
thé earl grey	<u>cookies au thé earl grey et bergamome, version sans gluten</u>	X	X	X
thé earl grey	<u>mille feuille earl grey, vanille et fraise framboise</u>	X		X
thé vert menthe	<u>cookies menthe et pépites de chocolat</u>			X
thon	<u>tartare de thon au gingembre et crème de brocolis aux poires</u>			X
thon	<u>tartare de thon, féta, poire et coriandre au coulis d'asperge et fraises</u>			X
thon	<u>timbale de haricots vert, céleri et thon</u>			X
thon	<u>timbale de sashimi de thon et saumon</u>			
thym citron	<u>galettes de crabe</u>			
thym citron	<u>tartare de crevettes, asperges et mangue</u>			
thym citron	<u>tartare de daurade, poires, gingembre et cannelle</u>			
thym citron	<u>tartare de saint jacques et saumon, artichaut et carpaccio de melon</u>			
tofu	<u>cakes au crabe, petit pois, tofu et lait de soja</u>			X
tofu	<u>salade tiède de champignons et tofu</u>			X
tofu	<u>tofu préféré (mon)</u>			
tomate	<u>mini muffins tomate, pecorino et raisins</u>			X
tomate	<u>salade préférée du moment</u>			X
tomate	<u>verrine de tartare de saumon, avocat, champignons</u>			
tomme de chèvre	<u>gougères au chèvre et à la féta</u>			X
vanille	<u>gâteau impossible</u>			X
vanille	<u>verrine de crabe et papaye à la vanille</u>			X
vermicelle de soja	<u>crevettes au curry vert thaï</u>			X
vermicelle de soja	<u>poêlée de légumes thaï</u>			
vermicelle de soja	<u>rouleaux de printemps aux crevettes et saumon cru</u>			
vin blanc	<u>sangria au vin blanc</u>			
vinaigre balsamique	<u>crevettes sautées et chicons en salade</u>			
vinaigre balsamique	<u>salade de fraise et mangue au vinaigre balsamique</u>			



vinaigre balsamique	<u>salade tiède de légumes au brebis des Pyrénées et figues</u>	X
vinaigre balsamique blanc	<u>verrine de tartare de saumon, avocat, champignons</u>	
wasabi	<u>cakes au crabe, petit pois, tofu et lait de soja</u>	X
yaourt de chèvre	<u>cakes à la cardamome et aux pistaches</u>	X
yaourt de chèvre	<u>tartinade de roquefort et poires</u>	X