

# la Table de Sophie

10 Muffins au son d'avoine	9
Pain au levain aux céréales et graines (600 g)	6
1 grande Fougasse au fromage et figue	10
Crackers d'avoine au romarin romarin (400 g)	12
Tapenade noire (400 g)	12
Tapenade verte (400 g)	12
Crème de Noix de cajou (400 g)	15
Crème de thon	10
Houmos vitalité	10
Crème de roquefort et graines à servir avec des poires (400 g)	15
Cake épeautre aux carottes, tofu, basilic et pomme	12
Taboulé de quinoa, lentilles corail aux herbes et tournesol (600 g)	15
Taboulé végétal (chou fleur) au pesto d'herbes et graines (500 g)	12
Rémoulade peps de céleri rave aux légumes et graines (1 kg)	15
Salade de chicons, raisins, noix et féta (600 g)	15
Salade poulet, chicon, légumes au wasabi	15
Salade de riz, lentilles aux légumes et wasabi	12
Gravad lax aux algues (à prévoir 1 semaine à l'avance) 300 g	20
A réchauffer	
Velouté de potimarron (pour 3-4)	12
Velouté de carotte, orange et cumin (pour 3-4)	12
Velouté de courgette et basilic (pour 3-4)	12
Crème de céleri rave et roquefort (pour 3-4)	15
Vermicelle de riz aux légumes (pour 3)	15
Vermicelle de riz aux légumes et poulet (pour 3)	22
Vermicelle de riz aux légumes et tofu (pour 3)	18
Fondant aux courgettes (1 cake)	10
Fondant aux courgettes et chèvre (1 cake)	15
Polenta aux champignons (1 cake)	12
Couscous aux légumes et raisins (pour 3)	12
Curry thaï lait de coco aux légumes et tofu (pour 3)	22
Curry thaï lait de coco aux légumes et poulet (pour 3)	25
Curry thaï lait de coco aux légumes et gambas (pour 3)	30
Poulet terriyaki aux champignons et vermicelle (pour 3)	18
Tofu caramélisé (pour 2)	9
Boulettes de poulet thaï (pour 2)	12
Fondant aux poires et gingembre (4 parts)	12
Fondant amande et sésame (4 parts)	18
Ganache chocolat (300 g)	10
Lemon curd (300 g)	10
Fondant au chocolat (6 parts)	18
Cake Lemon poppy seeds (texture très légère mousseuse) (4 parts)	12
Cake au vin blanc (très parfumé : huile d'olive et fleur d'oranger) (4 parts)	12
Cake aux 3 gingembres (4 parts)	12