



Traiteur Bio Dîner
 Pascale Baudinet
 3 place de la Grenette - 73000 Chambéry
 Siret : 518 220 231 00048



Tarifs 2019 : plats bio, équitable et local

Cuisine orientale (part de 350 à 400g)

| | |
|--|---------|
| Tajine de kefta de poisson, légumes de saison, riz ou graines de couscous | 11,00 € |
| Tajine végétarien aux légumes, abricots secs, olives vertes avec falafels et sauce citron menthe | 11,00 € |
| Tajine végétarien aux légumes, abricots secs, olives vertes avec houmous | 8,50 € |
| Tajine de poulet, aux légumes, abricots secs, graines de couscous | 11,00 € |
| Boulettes de viande à la libanaise et sauté de légumes de saison aux épices | 12,00 € |
| Couscous au boeuf et légumes de saison | 11,50 € |
| Couscous végétarien et galettes de pois chiches | 9,50 € |

Cuisine asiatique (part de 350 à 400g)

| | |
|---|---------|
| Poulet massaman, patates douces (recette thaïlandaise) et riz basmati | 11,00 € |
| Saumon laqué, sésame et purée de pois cassés | 15,50 € |
| Wok de filet mignon de porc ou filet de dinde aux poireaux, pâte japonaise ou riz | 10,50 € |
| Wok d'émincé de poulet aux poivrons et aux noix de cajou, riz | 15,00 € |
| Riz cantonnais aux crevettes | 5,50 € |
| Riz cantonnais aux noix de cajou | 6,00 € |

Cuisine indienne (part de 350 à 400g)

| | |
|--|---------|
| Curry de bœuf ou curry de dinde, légumes de saison et riz basmati | 10,00 € |
| Curry de légumes, riz basmati et 2 samoussas boeuf ou végétarien | 11,00 € |
| Curry de poisson au lait de coco, légumes de saison et riz basmati | 10,50 € |
| Curry d'épinard et pois chiche, riz basmati | 7,00 € |
| Dhâl indien, curry de légumes de saison, coco et riz basmati | 8,50 € |
| Dhâl indien, curry de légumes de saison, coco et riz basmati | 8,50 € |
| Poulet tandoori, riz pilaf aux graines | 10,50 € |

| |
|----------------|
| Toutes saisons |
| Printemps |
| Été |
| Automne |
| Hiver |

Cuisine méditerranéenne (part de 350 à 400g)

| | |
|--|---------|
| Lasagnes aux boeufs et légumes de saison et salade verte | 9,50 € |
| Lasagnes végétales aux légumes de saison et salade verte | 8,50 € |
| Lasagnes épinard fromage de chèvre et salade verte | 9,50 € |
| Lasagnes épinards et saumon | 10,50 € |
| Moussaka à l'agneau, riz ou semoule | 14,00 € |
| Moussaka au bœuf, riz ou semoule | 11,50 € |
| Moussaka végétarienne, riz ou semoule | 6,50 € |
| Paëlla | 13,50 € |
| Rissoto épinard ou fenouil et saumon | 9,00 € |
| Boulettes d'aubergine, sauce yaourt et boulghour sauce tahin | 10,00 € |

Cuisine d'Ici

| | |
|--|---------|
| Cuisse de poulet rôties au thym | 6,00 € |
| Rôti de porc aux herbes aromatiques | 6,50 € |
| Diots au vin rouge ou vin blanc et pomme de terre vapeur | 8,50 € |
| Filet de saumon, persil et citron | 7,00 € |
| Parmentier de légumes et bœuf | 10,50 € |
| Parmentier de légumes ratatouille au tofu basilic | 6,00 € |
| Gratin de crozets, poireaux et tomme ou jambon blanc et salade verte | 10,00 € |
| Gratin de crozets, poireaux et Meule de La Dent du Chat et salade verte | 7,00 € |
| Gratin de crozets, épinards et fromage de chèvre et salade verte | 7,50 € |
| Gratin de potimarron ou courge | 6,00 € |
| Gratin dauphinois | 6,00 € |
| Gratin dauphinois aux cèpes ou aux girolles ou trompettes des morts | 7,00 € |
| Tartiflette et salade verte | 9,00 € |
| Tartiflette pomme de terre, potimarron, oignons et reblochon et salade verte | 8,50 € |

Cuisine d'Amérique du Sud (part de 350 à 400g)

| | |
|---|--------|
| Chili con carné | 7,50 € |
| Chili sin carné | 6,00 € |
| Galettes de quinoa, riz aux haricots rouges et sauce tomate aux épices ou guacamole | 9,00 € |