



BUFFET BIO LOCAL À COMPOSER

(Prix par personne. Minimum 15 personnes. Frais de livraison en sus.)

Tous les mets sont faits maison à partir de produits locaux et/ou bio.

Mon conseil pour un buffet dînatoire : prévoir 6 à 8 mets.

Bouchées :

Rondelles de chou rave / concombre, tapenade olive cajou (2 à 3 par pers.)	2,50€ /LF
Flan de poireaux / courgettes, graines de coriandre et de carvi	2,50€ /LF
Roulé feuilleté (pâte maison) à l'ail noir	2,50€ /LF
Bâtons de crudités et sauces végétales (yaourt au lierre terrestre / crème de betterave à la menthe / houmous corail carotte)	2,50€ /LF
Pain plat de légumes et chèvre frais au lierre terrestre	2,50€ /LF
Cupcake à l'ortie, mousse de chèvre	2,50€ /LF
Pain noir, avocat citronné et truite fumée	3,50€ /LF

Rouleaux et chaussons :

Rouleau de printemps au tofu mariné	4,00€ /LF
Mini burger (pain maison) diot, purée de céleri, ail noir	4,00€ /LF
Petit chausson aux légumes sautés / aux champignons	4,00€ /LF
Petit chausson à la viande hachée de bœuf locale	6,00€ /LF

Tartes et cakes : (format équivalent tartelette)

Tarte fine au fenouil, raisin, noisette	4,00€ /LF
Tarte fine à la tomate, cébettes, olives et tym	4,00€ /LF
Cake sauvage à l'ortie, égotopode, berce, lierre terrestre ...	4,00€ /LF

Verrines :

Tartare de betterave à l'échalote, dés de courgette à la menthe	3,50€ /LF
Rillettes de fenouil citron, amandes effilées toastées, piment de cayenne	3,50€ /LF
Houmous corail carottes graines de coriandre, crackers, dés de concombre	3,50€ /LF

Salades (100g/pers) :

Taboulé de quinoa, persil, chou-fleur, oignon rouge, citron	5,00€ /LF
Céleri mariné et céleri bruni, sauce à l'ail, piment et ciboulette	5,00€ /LF
Salade de lentilles, épinards, céleri branche, avocat, échalote	5,00€ /LF
Salade de poulet, petit épeautre, légumes rôtis	5,50€ /LF

Plateau mandala de crudités et sauces (80g/pers) :

Crudités de saison et 2 sauces au choix (yaourt au lierre terrestre / crème de betterave à la menthe / houmous corail carotte / sésame miso)	3,00€ /LF
--	-----------

Plateaux de charcuterie et fromages locaux (80g/pers.) :

Jambon blanc aux herbes, terrine de campagne, bœuf séché, saucisson	5,00€ /LF
Margeriaz, tome des Bauges, chèvre frais enrobé, bûche de brebis	5,00€ /LF

Buffet sucré :

Cake choco-noisette / citron-chocolat blanc / amandes-framboises (la part)	1,50€ /LF
Mini muffin noisette tonka / citron glaçage citron	1,50€ /LF
Carré fondant au chocolat patate douce à l'arachide	1,50€ /LF
Verrine 15cl (Compote et pralin de noisettes / Crème coco cardamome éclats de pistache)	3,00€ /LF

* LF : c'est la monnaie locale ELEF disponible sous forme de billets papier ou numérique. Adhésion nécessaire à l'association « La Monnaie Autrement ». Pour soutenir cette initiative et le réseau associé d'acteurs locaux dont je fais partie, je peux vous aider à faciliter les démarches !