



Le buffet zéro déchet

L'Instant Salé

Les Verrines

Les végétariennes :

Cappuccino de carottes aux épices douces
Salade de lentilles corail sauce miel, citron et curry
Taboulé de chou-fleur à la menthe
Millefeuille d'œufs mimosa et mayonnaise maison
Velouté de panais à la poire
Velouté de potimarron au lait de coco
Velouté de potimarron à la châtaigne
Pana cotta de chèvre, brunoise de poire et noix
Tiramisu de betteraves, crumble de parmesan

Les poissons :

Saumon fumé, billes de pâtes et crème fouettée
Taboulé de la mer, crevettes pesto, pommes, citron
Salade orientale, pois chiche, thon, poivron, cumin, ciboulette
Dame St Jacques en tartare sur lit de mangue à la coriandre

Les viandes :

La pomme, mousse de chèvre frais, magret fumé
La parmentier de canard
Salade thaï au poulet caramélisé, carotte, soja, coriandre et menthe
Boudin noir, brunoise de pomme et purée de pomme de terre

Les bouchées :

Cake poireau et chèvre et graines de courge (VG)

Flan de carottes, cumin et persil (VG)

Mini brochette brie, oignons frits et fruit/légume du moment (VG)

Mini bouchon de chèvre fermier aromatisé et fruit/légume du moment (VG)

Champignon farcis au chèvre, miel et herbes de Provence (VG)

Burger Italien : tomate séchée, mozzarella, pesto et salade (VG, SG)

Crostini au gorgonzola, poire et noix (VG)

Accras de morue sauce aigre douce

Mini brochette de crevette et chorizo

Mini brochette de crevette et ananas

Burger de saumon fumée et fromage frais

Wrap de thon et crudité façon bagnat

Club sandwich thon, salade et mayonnaise

Pain de thon aux olives vertes

Madeleine saumon fumée, ciboulette

Roulé de jambon ail et fines herbes

Mini brochette de poulet pané au paprika

Wrap de poulet et crudité

Club sandwich jambon fromage

Bouchées lardon fumé et comté

Brochette magret fumé/poire

Roulé de lard fumé et pruneau

Burger de foie gras et oignon confit



Dîps :

Tapenade d'olives vertes au basilic
Tapenade d'olives noires
Rillettes de thon à la ciboulette
Houmous de pois chiche
Mousse de betterave au chèvre frais
Mousse de chorizo et ciboulette ciselée
Mousse de chèvre frais, tomates séchées et fruits secs
Caviar d'aubergines
Mayonnaise maison
Aïoli maison

Les trempettes :

Bocal à partager 580ml Bâtonnets de carottes
Bocal à partager 580ml Radis
Bocal à partager 580ml Champignons de Paris
Bocal à partager 580ml Chou-fleur
Croûtons de pain

Les plateaux :

Plateau de charcuterie : jambon, rosette, pâté, chorizo et
mousse de canard

Plateau de fromage : brebis, vache, chèvre
Tous nos plateaux sont accompagnés de bar à pains



L'Instant Sucré

Les verrines :

Mousse mascarpone citron, sablé breton maison

Mousse au chocolat noir, amandes effilées

Tiramisu fruits rouges et spéculoos

Tiramisu caramel beurre salé et biscuit cuillère

Pana cotta vanillée aux fruits rouges

Crème chocolat à l'ancienne et amandes caramélisées

Crème aux œufs, caramel beurre salé

Crumble de pommes

Le délice : compote de pomme, fromage blanc, caramel, muesli

Banoffee : banane, confiture de lait, chantilly et spéculoos

Salade de fruits de saison

Soupe d'agrumes à l'estragon ou à la menthe

Les bouchées :

Financiers aux pommes

Crinkles chocolat

Crinkles citron

Cookies aux cranberries et chocolat blanc

Cookies chocolat et noix

Moelleux chocolat

Moelleux citron et pavot

Mini-muffins bananes : bananes, caramel beurre salé, noisette

Mini-canelés

Madeleine





www.instant-bocal.com

06 78 65 99 22

contact@instant-bocal.com

