

Le traiteur éco-responsable
qui donne priorité aux produits locaux



Carte été 2026



Laissez-vous séduire
par un buffet zéro déchet



Parlez-nous de vous

Avant de vous mettre en appétit, nous avons besoin de quelques informations pour vous établir un devis au plus juste.

- De quel événement s'agit-il ?
- Où aura lieu votre événement ?
- A quelle date ?
- Quel est le nombre d'invités ?
- Avez-vous besoin de service sur place ?
- Avez-vous besoin de pain ?
- Avez-vous besoin de boissons soft ?
- Avez-vous besoin de vin ?
- Avez-vous besoin de verres ?
- Avez-vous besoin d'assiettes* ?
- Avez-vous besoin de couverts* ?
- Avez-vous besoin de nappage ?
- Avez-vous besoin de café/thé ?

*Les couverts et assiettes ne sont proposés que lors du service d'un repas à table. Pour les formules cocktail, des cuillères apéritives sont fournies





Instant Salé

Les Verrines

Les végétariennes :



- Cappuccino de carottes aux épices douces
Salade de lentilles corail sauce miel, citron et curry
Taboulé fraîcheur à la menthe
Millefeuille d'œufs mimosa et mayonnaise maison
Tartare de tomate cœur de bœuf à la tapenade noire
Tomate mozzarella et pesto
Gaspacho de melon au basilic*
Gaspacho de courgette à la menthe
Velouté de poivron ail et fines herbes
La méditerranéenne, dés de melon, pastèque, pesto, feta
Tiramisu de betteraves, crumble de parmesan
Tartare de courgettes, feta, pignon, tomate séchée et basilic

Vos choix :

<input type="checkbox"/>

Les poissons :

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

<input type="checkbox"/>

Les viandes :

- Salade thaï : poulet, crudités, nouilles de riz, coriandre
La pomme, mousse de chèvre frais, magret fumé
La parmentier de canard*
Tartare de courgette, brousse, parmesan, chips de jambon
Pana cotta de chèvre, coulis de poivron, gressin

<input type="checkbox"/>

*Disponible uniquement si service sur place



Les Bouchées :

Les clubs :

Club sandwich thon, salade et mayonnaise

Club sandwich jambon et fromage

Club sandwich poulet, mayonnaise, salade

Les mini-brochettes :

Mini brochette de crevette et chorizo 

Mini brochette de crevette et ananas 

Mini brochette de poulet pané paprika et herbes de Provence

Mini brochette magret fumé/fruit du moment 

Mini brochette brie, oignons frits et tomate cerise*  

Mini brochette tomate cerise, mozzarella, pesto, salade  

Les wraps :

Wrap de thon et crudité façon bagnat

Wrap de poulet, crudité, poivron et sauce curry

Wrap de poulet, salade, sauce ciboulette et oignon frit

Wrap de saumon fumé, fromage frais et salade

Les mini-burgers :

Burger à l'italienne tomate séchée, pesto et mozzarella 

Burger de foie gras et oignon confit

Burger de saumon fumé et fromage frais

Les pains toastés :

Pan con tomate brunoise de concombre et poivronnade* 

Pan con tomate et jambon cru*

Les cakes / flans / muffins :

Cake courgette, chèvre et graines de courge 

Cake lardon fumé et comté

Flan de carottes, cumin et persil  

Pain de thon aux olives vertes

Muffin au saumon fumée et ciboulette

Les inclassables :

Champignon au chèvre, miel et herbes de Provence  

Sucette d'amour, tomate cerise caramélisée, sésame  

Bonbon feuilleté de saucisse de Toulouse et moutarde à l'ancienne

Roulé de lard fumé et pruneau 

Accras de morue sauce aigre douce

Canelé roquefort/noix ou comté/chorizo

 Sans gluten

 Végétarien

Vegan

*Disponible uniquement si service sur place

A partager :

Les dips :

- 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 
- Mayonnaise maison 
- Mousse de chorizo et ciboulette ciselée 
- Caviar d'aubergines 
- Mousse de chèvre frais, tomates séchées, fruits secs 
- Aïoli maison 

Les trempettes :

- Bocal à partager 580ml Tomates cerises 
- Bocal à partager 580ml Bâtonnets de concombre 
- Bocal à partager 580ml Bâtonnets de carottes 
- Bocal à partager 580ml Radis 
- Bocal à partager 580ml Champignons de Paris 
- Croûtons de pain grillés 

Les planches/plateaux :

- Plateau de charcuterie : jambon, pâté, mousse de canard ... 
- Plateau de fromage : brebis, vache, chèvre 
- Planche Mixte 
- Planche de Focaccia (au choix italienne, espagnole ou grecque) 
- Quiche lorraine ou végétarienne 

Tous nos plateaux sont accompagnés d'un bar à pains

*Disponible uniquement sur place



Les Animations :

- Plancha de viande

(au choix : magret et fruit du moment, poulet mariné thym/citron ou brochette de filet de canette)*

- Découpe de jambon cru*

Provenance Aveyron, 12 mois minimum, pièce entre 5 et 7kg

- Plancha d'encornets en persillade*

- Parcours de dégustation autour d'un thon Rouge de Méditerranée d'exception

Thon issus de la pêche durable Sétoise. Parcours de dégustation autour des différentes nuances de la longe : sashimi, tartare et tataki découpés et cuits devant les convives. Prestation pour 50 convives minimum.





Instant Sucré

Les Verrines :

- Mousse mascarpone citron, sablé breton maison
- Mousse au chocolat noir
- Tiramisu fruits rouges et croustillant noix/miel
- Tiramisu caramel beurre salé
- Pana cotta vanillée aux fruits rouges
- Crème chocolat à l'ancienne et amandes caramélisées
- Crème aux œufs, caramel beurre salé
- Pêches marinées, chantilly au mascarpone et sablé breton
- Abricots marinés, chantilly au mascarpone et sablé breton
- Crumble de pommes
- Banoffee : banane, confiture de lait, chantilly et spéculoos
- Salade de fruits de saison
- Soupe d'agrumes à la menthe
- Gaspacho de pêche au poivre du Sichouan

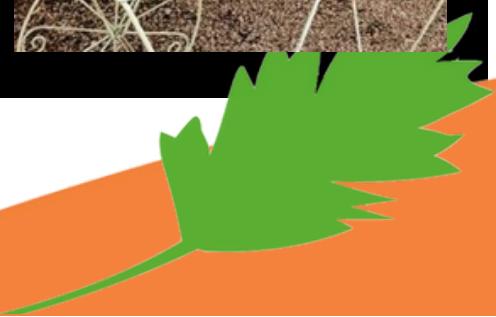
Les Bouchées :

- 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-muffins vanille framboise
- Mini-canelés
- Madeleine
- Brochette de fruits de saison
- Chou crème vanille (individuel)
- Financiers aux pommes ou framboises



Les extras

- **Le Chariot Vintage** : pour l'accueil de vos convives sur le lieu de réception
- **La Verrerie** : verres à vin, flûtes à Champagne, verres tube, Eco-cup.
- **Les Boissons** : jus de fruits locaux, tireuse à bière, vin, Champagne.





Comment nous contacter ?

06-78-65-99-22

contact@instant-bocal.com

www.instant-bocal.com

