

# À composer soi-même



## Miam's

Chez nous, on les appelle des Miam's, il s'agit de wraps à base de farine de blé et c'est notre spécialité!

dès 10 chf



## Bowls

Quoi de mieux qu'une bon bowl (salade) composé de produits frais et sains pour un repas équilibré en choisissant la base\* de votre choix.

dès 10 chf



## Sandwichs

L'éternel classique, un pain frais du jour délicatement sélectionné pour ravir vos papilles!

dès 12 chf

---

## Base it !

2 maximum à choix

Seulement pour les bowls: batavia, roquette, lentille (+2 CHF), quinoa (+2 CHF), pâtes (+2 CHF), riz (+2 CHF)

---

## Protein it !

1 base supplémentaire maximum

- Veggie (artichaut, houmous ou avocat) +10 CHF
- Thon mayo +10 CHF
- Thon naturel +10 CHF
- Jambon cru +13 CHF
- Dinde +12 CHF
- Poulet (italien, curry ou citron) +14 CHF
- Pastrami +16 CHF
- Saumon fumé +16 CHF
- Base supplémentaire +5 CHF

---

## Top it ! Classics

5 inclus, puis 1 CHF par top it supplémentaire

- Copeaux de parmesan
- Oeufs
- Lentilles
- Olives noires
- Quinoa
- Concombre
- Haricots verts
- Champignons
- Fenouil
- Riz basmati
- Mozzarella fumée
- Maïs
- Oignons rouges
- Pepperoncini
- Pâtes
- Pickles
- Carottes rapées
- Tomates séchées
- Betterave
- Pommes de terre
- Mozzarella
- Roquette
- Tomates
- Tomates cubes & amandes
- Grenades
- Haricots rouges
- Mangue
- Oignons confits
- Poivrons grillés

## Top it ! Premium

- Coeurs d'artichaut +2 CHF
- Nouilles thaï +2 CHF
- Feta +2 CHF
- Caviar d'aubergines +3 CHF
- Avocat +2 CHF
- Burratina +5 CHF
- Houmous +2 CHF
- Mozzarella di Bufala +3 CHF

## Finish it !

1 inclus, puis 1 CHF par finish it supplémentaire

- Oignons frits
- Coriandre fraîche
- Mélange de graines
- Basilic frais
- Croûtons

## Dress it !

1 inclus

- Huile d'olive
- César dressing
- Olive & citron
- Soja, sésame & wasabi
- Vinaigrette italienne
- Mayo & paprika fumé

## Les miam's signatures

- **Wok' n Thaï** 14.-  
Poulet curry – nouilles Thaï – crudité - oignons frits – salade – coriandre - soja,sésame&wasabi
- **Samy-Samy** 14.-  
Thon mayo - lentilles – haricots rouges – avocat – oignons rouges – œuf - crudités - salade
- **Tex-Mex** 16.-  
Poulet à la mexicaine – mozzarella - avocat – poivrons grillés – maïs – haricots rouges – crudités - salade
- **Libanais** 16.-  
Poulet citron - houmous-aubergines grillées-poivrons grillés-oignons confits -crudités-salade
- **Brooklyn** 16.-  
Pastrami – mayo&paprikafumé – œuf – oignons confits – pickles – parmesan – sauce césar - crudité - salade
- **Chili-Chicken** 16.-  
Poulet italien – mozzarella fumée – mayo&paprika fumé – avocat - haricots rouges – oignons frits – crudités – salade
- **Veggie-Veggie** 14.-  
Houmous, aubergine, tomates, oignons rouges, concombre, crudité, salade, olive citron

## Les bowls signatures

- *Italian Bowl (V)* 14. -  
Penne, roquette, tomates séchées, olives, tomates, copeaux de parmesan, mozzarella di Bufala, huile d'olive basilic
- *Italian Chicken Bowl* 18. -  
Quinoa, roquette, poulet italien, tomates, olives, tomates séchées, copeaux de parmesan, artichaut, huile d'olive et basilic
- *Libanais Bowl* 18. -  
Quinoa, roquette, poulet au citron, crudité, aubergine, houmous, poivrons grillés - oignons confits
- *La Burrata* 18. -  
Rucola, tomates, burrata, artichaut, aubergines, olive, jambon cru, basilic
- *La Niçoise* 13.50. -  
Salade, thon nature, haricots verts, pommes de terre, olives, œuf, tomates et oignons rouges
- *La César* 14.50. -  
Salade, poulet italien, copeaux de parmesan, croûtons grillés, tomates, œufs, crème de balsamic
- *La Grecque* 14.50. -  
Salade, féta, concombre, tomates, olives noires, oignons rouges
- *La Quinoa Mango Bowl* 18. -  
Quinoa, rucola, crudités, écrevisses, avocats, mangue, grenade, sésame noir, émulsion wasabi
- *La Wok' n Thai* 16. -  
Salade, poulet curry, nouilles Thai, crudité, oignons frits, cacahuètes, coriandre, tomates, sésame noir
- *La Tex-Mex* 16. -  
Salade, Poulet à la mexicaine – avocat – poivrons grillés – maïs – haricots rouges – Nachos

# Les pâtes

À choix : penne, linguine ou gnocchi (+ 2 CHF)

- *All' Arriabata* 10.-  
Sauce napolitaine, crème de piment à l'ail et parmesan
- *Al Pesto* 12.-  
Crème de pesto maison, mozzarella di Buffalo et parmesan
- *Alla Genovese* 14.-  
Crème de pesto maison, mozzarella di Buffalo, jambon cru et parmesan
- *Alla Sorentina* 14.-  
Sauce napolitaine, mozzarella di bufala et parmesan
- *Bolognese* 14.-  
Sauce bolognaise « maison » et parmesan
- *Alla Carbonara* 16.-  
Sauce crème, lardons grillés et parmesan
- *Al Tartufo* 19.-  
Sauce crème, réduction de vieux Porto, truffe râpée et parmesan
- *Faggotini al Tartufo* 24.-  
Pâtes farcies à la ricotta et truffe, sauce crème, réduction de vieux Porto, parmesan et huile de truffe

## Suppléments :

- Mozzarella di Buffalo + 3 CHF
- Burrata + 5 CHF
- Truffes + 5 CHF

## Option :

Couverts et serviette + 1 CHF

## Les sandwichs

- *Poulet curry* 16.-  
Provolone, poivron grillé, olive, oignon rouge, rucola, émulsion de wasabi
  - *Jambon cru classique* 15.-  
Mozzarella, tomate séchée, artichaut, sauce vierge, basilic, rucola
  - *Jambon cru* 18.-  
Bufala, tomate olivette, aubergine, basilic, rucola, huile de truffe
  - *Jambon traditionnel* 12.-  
Jambon blanc, cornichon, tomate, Grana Padano, rucola, moutarde
  - *Pastrami* 18.-  
Oeuf, pickles, oignon confit, Grana Padano, rucola, mayo paprika
  - *Thon bagna* 12.-  
Tomate, concombre, oeuf, olive, rucola, mayonnaise
  - *Thon avocat* 14.-  
Tomate, concombre, avocat, rucola, mayo, vinaigrette
  - *Saumon* 18.-  
Saumon fumé, cream cheese, câpre, oignon rouge, rucola
- 

## Soupes

- *La soupe « maison » du jour (3 dl)* 6.-

Option :

Couverts et serviette + 1 CHF

## Desserts « maison »

- *Muffin* 4.-
- *Cookie « Miami's »* 3.-
- *Compote de fruits & yaourt (lactose free) \** 6.-
- *Panna cotta fruits rouges* 6.-
- *Mousse choco \** 6.-
- *Salade de fruits* 6.-
- *Tiramisu* 6.-

\* éclat de noisettes, crumble de spéculos

## Fresh juices

	3 dl	5 dl
• <i>Oranges pressées</i>	6.-	10.-
• <i>Le plein de vitamines</i> Orange-ananas-citron-kiwi	7.50.-	10.50.-
• <i>Le wake-up</i> Orange-carotte-citron	7.50.-	10.50.-
• <i>After the party</i> Carotte-pomme-betterave-gingembre	7.50.-	10.50.-
• <i>Apple detox</i> Pomme-carotte-gingembre	7.50.-	10.50.-
• <i>Green detox</i> Pomme-epinard-concombre-celeri	7.50.-	10.50.-

---

## Drinks

	50 cl	50 cl
• <i>Coca/zéro, fanta, sprite</i>	4.-	• <i>Vitalay made in Geneva</i> 6.-
• <i>Valsen plate/gazeuse</i>	4.-	• <i>Thé marocain ou jasmin</i> 6.-
• <i>Fuse Tea pêche/citron</i>	4.-	• <i>Limonade</i> 6.-
• <i>Vitamin water pomme-framboise</i>	5.-	• <i>Kombucha orange-gingembre</i> 6.-
• <i>Vitamin water myrtille-lavande</i>	5.-	• <i>Kombucha pure passion</i> 6.-
• <i>Vitamin water goyave-citron</i>	5.-	• <i>Kombucha blueberry-vanilla</i> 6.-