

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 12 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 12 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) +12 CHF
- Thon mayo +13 CHF
- Jambon cru +14 CHF
- Poulet (italien, curry ou citron) +16 CHF
- Pastrami +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 +6 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** 16.-
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 – grana padano– 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)* 16. -
Penne, roquette, tomates séchées, olives, tomates, copeaux de grana padano, mozzarella di Bufala, huile d'olive basilic
- *Italian Chicken Bowl* 19. -
Quinoa, roquette, poulet italien, tomates, olives, tomates séchées, copeaux de grana padano, artichaut, huile d'olive et basilic
- *Libanais Bowl* 19. -
Quinoa, roquette, poulet au citron, crudité, aubergine, houmous, poivrons grillés - oignons confits
- *La Burrata* 20. -
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* 15.50. -
Salade, poulet italien, copeaux de grana padano, 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* 17. -
Salade, Poulet à la mexicaine – avocat – poivrons grillés – maïs – haricots rouges – Nachos

Les pâtes

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

- *All' Arriabata* 12.-
Sauce napolitaine, crème de piment à l'ail et parmesan
- *Al Pesto* 14.-
Crème de pesto maison, mozzarella di Buffalo et parmesan
- *Alla Genovese* 18.-
Crème de pesto maison, mozzarella di Buffalo, jambon cru et parmesan
- *Alla Sorentina* 16.-
Sauce napolitaine, mozzarella di bufala et parmesan
- *Bolognese* 16.-
Sauce bolognaise « maison » et parmesan
- *Alla Carbonara* 16.-
Sauce crème, lardons grillés et parmesan

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. -
• <i>Limonade «Maison»</i>	4.50. -	6. -
• <i>Thé glaçé «Maison»</i>	4.50. -	6. -

Drinks

	50 cl	50 cl
• <i>Coca/zéro, fanta, sprite</i>	4. -	• <i>Vitamin water goyave-citron</i> 5. -
• <i>Valser plate/gazeuse</i>	4. -	• <i>Kombucha orange-gingembre</i> 6. -
• <i>Fuse Tea pêche/citron</i>	4. -	• <i>Kombucha pure passion</i> 6. -
• <i>Vitamin water pomme-framboise</i>	5. -	• <i>Kombucha blueberry-vanilla</i> 6. -
• <i>Vitamin water myrtille-lavande</i>	5. -	