



### Brasserie française

#### Les généreux



##### Les entrées

**Charcuteries grasses** (coppa, saucisson à l'ail, saucissons secs, jambon fumé avec couenne, rillettes, pâtés, foie gras, andouillettes, boudins)  
**Fromages** (en grosse quantité)  
**Feuilletés, panés, croques monsieur/madame**  
**Entrées types tarama, tapenades, guacamole...**



##### Les plats :

**Plats à base de sauces grasses** (crèmes, sauces aux fromages)  
**Plats à base de viandes grasses et/ou fromages** (en grosse quantité)  
**Fritures**  
**Quiches et tartes** (à base de fromages, crème)  
**Feuilletés, panés, croques monsieur/madame**



##### Les desserts :

**Cupcakes, cheesecakes**  
**Desserts à base de pâte feuilletée** (tartes, feuilletés, ...)  
**Desserts à base de poudre d'amande, noix, noisettes**  
**Desserts à base de chocolat** (gâteaux, moelleux, fondants, brownies)  
**Desserts à base de crèmes glacées / chantilly**

#### Les légers



##### Les entrées

**Crudités** (fruits et légumes crus) :  
**Salades** à base de légumes et/ou féculents, viandes peu grasses, fromage (en petite quantité)  
**Soupes chaudes et froides** (gaspacho, potages de légumes)  
**Fruits de mers sans sauce** (crevettes, bulots, huîtres, ...)



##### Les plats

**Plats à base de sauces légères** (bouillons, fromage blanc, yaourt, fromage frais) **ou sans sauce**  
**Plats à base de viandes et poissons grillés**  
**Papillotes de poissons / Poissons vapeurs**  
**Accompagnements de légumes et /ou féculents** (matières grasses en quantité modérée)



##### Les desserts

**Fromages blancs, yaourts**  
**Fruits** (crus, cuits, en salade, en soupe)  
**Sorbets**

## Restaurant chinois



### Entrées

*Rouleau de printemps*  
(galette de riz garnie de soja, crevettes, menthe, accompagnée d'une sauce au soja)

*Ravioli vapeur*  
(galette de riz garnie de crevettes, crabes, petits légumes, cuite à la vapeur)



### Plats

*Crevettes sauce piquante*  
(Crevettes cuisinées aux oignons, aux poivrons et à la sauce pimentée)

*Boeuf champignons noirs*  
(Lamelles de boeuf cuisinées aux champignons noirs, sauce soja et gingembre)

*Chop suey + riz blanc*  
(mélanges de fèves et de légumes cuisinés à la sauce soja)



### Desserts

*Salade de fruits frais*  
*Sorbets*

## Restaurant italien



### Entrées

*Légumes grillés*  
(Légumes du soleil grillés au four, filet d'huile d'olive et d'herbes aromatiques)

*Caprese*  
(Salade de tomates et tranches de mozzarella, assaisonnée d'huile d'olive et de vinaigre balsamique)



### Plats

*Pâtes Pomodoro*  
(Pâtes servies avec de la sauce tomate aux oignons et au basilic)

*Pâtes au poulet asperges et pleurotes*  
(Pâtes au poulet servies avec des asperges et des pleurotes, arrosées d'un filet d'huile d'olive et du basilic)

*Pâtes Alla norma*  
(Pâtes aux aubergines, tomates et ricotta fraîche)

*Pâtes Bolognese*  
(Pâtes à la viande hachée, sauce tomate, oignons, carottes, basilic)



### Desserts

*Salade de fruits frais*  
*Panna cotta*  
(Crème dessert servie avec un coulis de fruits rouges ou du miel)

## Restaurant japonais



### Entrées

#### *Soupe miso*

(Bouillon de légumes aux algues, aux champignons et autofu)

#### *Ravioli crevette vapeur*

(galette de riz garnie de crevettes, crabes, petits légumes, cuite à la vapeur)

#### *Salade wakame*

(salade d'algues séchées au piments, au sésame et à la sauce soja)



### Plats

#### *Sashimi + riz blanc*

(Tranches de poissons crus)

#### *California rolls*

(Poisson cru et avocat entourés d'algues séchées et de riz blanc)

#### *Sushi*

(Tranches de poissons crus disposées sur une portion de riz blanc)

#### *Maki*

(Poisson cru et avocat entourés d'algues séchées)



### Desserts

#### *Salade de fruits frais*

#### *Sorbets*

## Restaurant oriental



### Plats

#### *Tagine citron, poulet, olive*

(Pâtes servies avec de la sauce tomate aux oignons et au basilic)

#### *Couscous poulet*

(Semoule servie avec du poulet, des légumes, des pois chiche, et un bouillon de légumes sucré et épicé)



### Desserts

#### *Salade de fruits frais*

#### *Sorbets*

## Restaurant thaïlandais



### Entrées

*Rouleau de printemps*  
(galette de riz garnie de soja, crevettes, menthe, accompagnée d'une sauce au soja)

*Ravioli crevette vapeur*  
(galette de riz garnie de crevettes, crabes, petits légumes, cuite à la vapeur)



### Plats

*Kai pad king*  
(Émincé de poulet au gingembre sauté au wok)

*Neua pad pak*  
(Émincé de boeuf sauté au wok avec des légumes thai)

*Kapao kung*  
(Crevettes pimentées sautées au wok avec des feuilles de basilic thai)

+ *Khao niao* (Riz gluant)  
ou *Pad Pak roam*  
(Mélange de légumes sautés au wok)



### Desserts

*Salade de fruits frais*

*Sorbets*

## Restaurant pakistanais



### Entrées

*Raita*  
(Yaourt nature au concombre, aux oignons, au piment et au cumin)

*Nan nature ou à l'ail*  
(Pain indien)



### Plats

*Poulet tikka*  
(Blanc de poulet cuisiné au yaourt, au citron et aux épices)

*Murgh Biryani*  
(Blanc de poulet cuisiné au yaourt, aux tomates, aux épinards ou petits pois et aux épices)

+ *riz pulao*  
(Riz blanc aux légumes parfumé aux épices)

ou *riz blanc ou riz aux épices*



### Desserts

*Salade de fruits frais*

*Lassi*  
(Lait aux fruits mixés)

*Sorbets*

## Restaurant mexicain



### Entrées



### Plats

*Tacos*  
(Tortillas garnies de boeuf haché, de légumes et de haricots rouges)

*Chili con carne*  
(Boeuf haché cuisiné aux haricots rouges, au piment, et aux tomates, servi avec du riz blanc)

*Fajitas*  
(Tortillas garnies de poulet mariné aux épices, poivrons, haricots)



### Desserts

*Carpaccio d'ananas*  
*Salade de fruits exotiques*

*Sorbet*

## Restaurant libanais



### Entrées

*Tabouli*  
(Menthe fraîche, persil, tomates, oignons et boulghour assaisonnés d'huile d'olive)

*Laban concombre*  
(Yaourt nature au concombre, à la menthe et à l'ail)



### Plats

*Feuilles de vigne*  
(Feuilles de vignes garnies de riz cuisiné aux oignons, au citron, aux pignons de pins, et au bouillon de volaille, assaisonnée d'un filet

d'ail et d'huile d'olive, servis avec du riz blanc)



### Desserts

*Fawakeh*  
(Plateau de fruits frais)

## Restaurant coréen



### Entrées

#### *Salade de radis blancs*

(radis blanc en lamelles, assaisonné de sauce au soja, huile de sésame et graines de sésame)

#### *Salade de calamar*

(mélange de calamar et de légumes assaisonné de sauce au soja, de piment, d'huile de sésame et de graines de sésame)



### Plats

#### *Bulgogi*

(Boeuf aux légumes marinés à la sauce soja et à l'huile de sésame, servi avec du riz blanc)

#### *Vermicelles de riz sautés aux légumes et boeuf*

(vermicelles de riz, légumes, et boeuf à la sauce soja et à l'huile de sésame)

#### *Bibimbap*

(Riz blanc aux légumes, au boeuf mariné au soja et au miel, et à l'oeuf)

#### *Barbecue coréen*

(Poitrine de porc ou boeuf mariné à la sauce soja cuit sur grill, accompagné de riz blanc et de kimchi (chou coréen mariné))



### Desserts

#### *2 boules de glaces thé matcha*

(glace au lait, à l'oeuf et au thé vert)

#### *Sorbets*



### Entrées

#### *Ceviche*

(Cabillaud cuit au citron, servi avec des légumes, de la menthe et de l'huile d'olive)

#### *Chichorronnes*

(Porc mariné au citron et aux épices)



### Plats

#### *Gambas à la plancha*

(Gambas cuites à la plancha, servies avec un filet d'huile d'olive, des légumes et du riz)

#### *Picadollo*

(Boeuf haché cuisiné aux tomates, aux oignons, au citron, aux épices et au piment, servi avec du riz blanc)



### Desserts

#### *Salade de fruits frais*

#### *Sorbets*

## Restaurant créole



### Plats

*Carry gambas*  
(gambas cuisinées aux tomates, aux oignons, au piment et aux épices, servi avec du riz blanc)

*Fricassé de chatrous*  
(Tentacules de chatrous cuisinés aux oignons, au piment, au citron et aux épices, servi avec du riz blanc)

*Colombo de poulet*  
(Ragoût de poulet pimenté, aux légumes et aux pommes de terre, servi avec du riz blanc)

*Cabri massalé*  
(Cabri cuisiné aux tomates, aux oignons, aux poivres et autres épices, servi avec du riz blanc)



### Desserts

*Carpaccio d'ananas*

*Salade de fruits exotiques*

*Sorbets*

## Restaurant malaisien



### Plats

*Nouilles au soja, aux légumes et à l'oeuf*  
(Nouilles cuisinées à la sauce soja, aux légumes croquants et à l'oeuf)

*Laksa malaise*  
(Nouilles cuisinées au cabillaud, aux crevettes, aux haricots rouges, au citron vert, au lait de coco et au curry)



### Desserts

*Salade de fruits frais*

*Sorbets*