



# Food MENU

No fork  
No knife  
Just Pick and Eat



Notre concept PICK & EAT pour une dégustation libre et en toute décontraction



## PICK & EAT

Offrez à vos sens  
des expériences  
savoureuses, délicates  
et inoubliables



# ARDOISES SIGNATURES

Accordez-vous  
une pause avec nos ardoises  
EQUILIBREES (E),  
exclusives VEGGIES (V) ou  
TRADITIONNELLES (T)

## ARDOISES EQUILIBREES (E)

**GRECQUE (E)** 25.-  
Feta, Tsatsiki, Poulpe, Fruits de mer, Tartare de concombre & courgettes, Tomates cerises, Feuilles de vignes farcies, Olives verte & noires, Raisin

**SWISS (E)** 25.-  
Viande séchée, Saucisse sèche, Bâton aux noisettes, Gruyère, Tomme vaudoise, Crudités 3 sauces, Radis, Cornichons, Oignons

**NORDIQUE (E)** 28.-  
Saumon fumé, Saumon roulé fromage blanc aux fines herbes, Crevettes à l'aneth, Tartare de courgettes & concombres, Blinis

**IBERIQUE (E)** 27.-  
Jambon Serano, Chorizo, Poulpe, Fruits de mer, Anchois, Melon, Tartare concombre & tomates & courgettes & poivrons, Manchego, Olives vertes & noires

**SUD OUEST (E)** 26.-  
Magret de canard, Pâté Richelieu, Terrine de lapin, Tartare courgettes & melon, Sélection de fromages, Pêches, Raisins

**ITALIA (E)** 25.-  
Jambon parme, Salami italien, Bresaola, Pecorino, Mozzarella & légumes grillés à l'huile, Tartare courgettes & melon, Tomates cerises & Mozzarella, Fruits de mer



## ARDOISES VEGGIES (V)

**TARTARE (V)** 25.-  
VEGI MELON, DUO VERT, BETTERAVE GINGEMBRE, FRAICHEUR GRECQUE, DOLMAS

**TARTARE (V)** 25.-  
4 VEGIS, AVOCAT FRUITS, TOMATES MOZZARELLA, BETTERAVE GINGEMBRE



ARDOISES

## NOS ARDOISES EN BREF

**ARDOISE EQUILIBREE (E)**  
Recherche d'un meilleur équilibre entre les protéines animales, les légumes et fruits

**ARDOISE VEGGIES (V)**  
Composée essentiellement de légumes et fruits

**ARDOISE TRADITIONNELLE (T)**  
Sélection de charcuterie ou de fromages

## ARDOISE TRADITIONNELLE (T)

**CHARCUTERIE (T)** 20.-  
Viande séchée, Jambon Serano, Bresaola, Chorizo, Saucisse sèche, Salami italien, Bâton aux noisettes

**FROMAGES (T)** 19.-  
Gruyère, Tomme de Savoie, Buche de chèvre, Pecorino, Saint-Marcelin, Fromage de brebis





# SHORT BREAKS

Composez votre sélection selon vos goûts du moment et n'hésitez pas à revenir tester d'autres combinaisons

## VEGGIES Les envies



Équilibre des saveurs entre légumes et fruits

### TARTARES VEGGIES

- VEGI MELON (Avocat, Courgette, Melon, Basilic) 9.-
- 4 VEGIS (Concombre, Courgette, Tomates cerises, Poivrons, Olives, Piments) 9.-
- AVOCAT FRUITS (Avocat, Pomme, Nectarine, Basilic) 9.-
- DUO VERT (Concombre et Courgettes à l'aneth) 9.-
- BETTERAVE GINGEMBRE (Betterave, Radis, Gingembre, Citronnelle) 9.-

petite portion

### SALADES

- TOMATES MOZZARELLA 12.-
- FRAICHEUR GRECQUE (Concombre, Tomates cerises, Feta, Pastèque) 12.-
- ANTIPASTI & MOZZARELLA 19.-
- CRUDITES & 3 SAUCES 16.-

### SOUPES

- VELOUTE COURGE 6.-
- CREME DE BOLET 5.-
- SOUPE DU JOUR 5.-



## Le coin des PASTAS

- TORTELETTI EPINARD RICOTTA FETA 21.-
- RAVIOLI AUBERGINE 24.-
- FUSILLI SAUMON AVOCAT 23.-



Attention certaines préparations peuvent contenir des aliments allergènes. Veuillez vérifier préalablement auprès de nos collaborateurs

Service entre 12h00 et 14h00 puis entre 19h00 et 22h00

☀️ Plats végétariens



Composez votre sélection de brochettes selon vos envies qu'elles soient équilibrées, végétariennes ou non

# BROCHETTES PICK N EAT



TOUTES NOS BROCHETTES SONT SERVIES PAR 3

## LES BROCHETTES TERRE/MER

- AGNEAU AUX ABRICOTS 9.-
- BOEUF CHIMICHURRI 9.-
- KEFTA DE BOEUF A LA MENTHE 9.-
- POULET AU CITRON CONFIT 8.-
- SAUMON A L'ANETH 10.-
- CREVETTE A L'AIL 10.-

## LES BROCHETTES LEGUMES

- CAROTTES 7.-
- COURGETTES 7.-
- POIVRONS DE PADRON 8.-
- LEGUMES MIXTES 8.-

## LES BROCHETTES AUTRES

- POMMES GRENAILLES 7.-
- PATATE DOUCE TOFU SESAME 7.-
- POLENTA 6.-
- TOFU SESAME 7.-



Attention certaines préparations peuvent contenir des aliments allergènes. Veuillez vérifier préalablement auprès de nos collaborateurs  
PROVENANCE DE NOS VIANDES : SUISSE

Service entre 12h00 et 14h00 puis entre 19h00 et 22h00

Plats végétariens



## LES TAPAS SANS FRONTIERES

SAUCISSE SECHE	8.-
MELON SERANO	10.-
CHORIZO	8.-
HOUMOUS 	7.-
TSATSIKI 	7.-
ANCHOIS MARINES	9.-
CREVETTES À L'AIL	10.-
SALADE FRUITS MER	10.-
LEGUMES GRILLES A L'HUILE 	9.-
MANCHEGO & OLIVES 	8.-
DOLMAS 	8.-
FETA & OLIVES 	7.-
POMME GRENAILLE FROMAGE 	7.-
NACHOS SAUCE SALSA 	7.-



Il n'y a presque pas d'heure pour accompagner vos boissons et cocktails avec notre sélection de tapas sans frontières

Attention certaines préparations peuvent contenir des aliments allergènes.  
Veuillez vérifier préalablement auprès de nos collaborateurs  
PROVENANCE DE NOS VIANDES : Suisse-Italie-France-Espagne

# EAT N DRINK EASY

## JUST PICK AND EAT



Un mode de consommation original.  
Une manière unique de vivre le concept SLOW FOOD au quotidien.  
Prendre le temps d'apprécier la nourriture dans le calme et de faire de votre pause un véritable moment de détente.

Faites-vous plaisir en composant votre propre sélection parmi toutes les suggestions incluses dans notre menu PICK and EAT.

Nous avons imaginé pour vous un mode de consommation unique qui est l'identité du concept SHORTBREAKS PICK AND EAT.

Nos plats sont en effet proposés prêts à être dégustés individuellement en petites bouchées et en savourer pleinement à chaque fois les qualités gustatives des mets proposés.

## Equilibre

Comment composer une assiette équilibrée ?

Respecter l'équilibre suivant :

25% protéines

25% féculents

50% légumes et fruits

