



LA BARAQUE GOURMANDE

CHOISISSEZ L'UNE DE NOS FORMULES POUR ACCOMPAGNER VOTRE
PLAT SELON VOS ENVIES ET VOTRE APPÉTIT !

FORMULES

COMBO

Salade et
chips
+3\$

TRIO

Salade, chips
et breuvage
+4\$

TABLE GOURMANDE

Salade, chips,
dessert et breuvage
+8\$

PLATS DU MOMENT

Salades repas et plats de pâtes selon la saison et notre
inspiration du moment. Prix du marché
Nos plats du moment sont affichés au restaurant
Vous pouvez aussi les retrouver sur nos réseaux sociaux

SANDWICHS GRILLÉS

LE POULET TANDOORI **13.5\$ (DEMI SANDWICH 7.5\$)**
Poulet mariné aux épices tandoori, fromage à la crème aux fines herbes, épinards, tomates, oignons à l'érable et chutney à la mangue dans une demie baguette

LE BARAQUÉ **8.75\$**
Aubergines et zucchinis marinés, oignons à l'érable, poivrons grillés, champignons sautés, tomates, luzerne et mayo végane aux fines herbes dans un pain ciabatta tomates et basilic

LE CLASSIQUE **8.90\$**
Beurre, laitue, dinde et fromage dans une demie baguette

LE GRILLED CHEESE **À PARTIR DE 9.90\$**
Base de pain au fromage, épinards et double fromage
Accompagné de chips et salade
Ajoutez à votre guise des extra

Tomates

Poivrons grillés

Champignons sautés

Oignons à l'érable

Saumon fumé

Poulet tandoori

Poulet teriyaki

Tempeh grillé

WRAPS GOURMANDS

LE POULET BACON

10.90\$

Dans un tortilla, sauce savoureuse au fromage, laitue, poivrons, oignons à l'érable, poulet, bacon et fromage
Grillé au gril panini

WRAP AU THON

8.25\$

Dans un tortilla, laitue, poivrons grillés, oignons à l'érable, fromage et salade de thon (thon, oignons, poivrons, céleri, maïs en grains, petits pois verts, mayonnaise, épices)
Grillé au gril panini.

LE FRENCH TACOS DE LA BARAQUE

13.50\$

Dans un très grand tortilla, boeuf haché épicé, sauce au fromage, purée de patates douces, poivrons, oignons grillés, coriandre, fromage.

Grillé au gril panini et accompagné d'une guacamole style chili

SAVOUREUSES SALADES

POKE BOWL DE LA BARAQUE

13.90\$

À base de quinoa, laitue, légumes, noix, graines et fruits séchés.
Selon la saison et l'inspiration du moment.

Protéine au choix parmi :

Poulet tandoori Poulet teriyaki
Saumon fumé Tempeh grillé

PRINTANNIÈRE AU POULET TERIYAKI

14.50\$

Laitue, poulet mariné teriyaki, fromage Bocké, patate douce sautée, carotte, poivron, chou rouge, tomates cerises, concombre, graines de tournesol, canneberges séchées, abricots séchés, bâtonnets de soya et vinaigrette teriyaki

LA PADTHAI 2.0

REPAS 14.50\$ / SNACK 7.90\$

Laitue, spaghetti de zucchini, nouilles de riz, carottes, poivrons, chou rouge, sauce thai (à base d'amande, sésame, lime et érable) sriracha, cachous, amandes, graines de chanvre, graines de chia

Protéine au choix parmi :

Poulet tandoori Poulet teriyaki
Saumon fumé Tempeh grillé

SAVOUREUSES SALADES

LA ZUCCHINI PESTO 2.0

REPAS 13.50\$ / SNACK 7.50\$

Laitue, spaghettis de zucchini, pesto maison (à base de noix de Grenoble), patates douces sautées, tomates cerises, tomates séchées, parmesan, cacahuète, graines de chanvre, graines de chia.

Protéine au choix parmi :

Poulet tandoori	Poulet teriyaki
Saumon fumé	Tempeh grillé

LA GOURMANDE

Vous êtes le chef !

Créez votre propre salade gourmande avec les items de votre choix

Base de laitue 3\$

Légume +1\$	Noix +1\$	Fromage +1.50\$	Protéine +2.50\$
-------------	-----------	-----------------	------------------