



BEN & ALEX

Menu Été 2018  
Gourmet, Frais & Responsable



### Sucré

---

**Mini Viennoiserie (2 pp)**  
Pain au Chocolat, Croissant, Torsade au Raisin

**Mini Beignet (1 pp)**  
Choco-Noisette, Fruits Rouges, Caramel

**Gauffre de Bruxelles (1 pp)**  
Sirop d'érable, Confiture, Nutella

**Mini Muffin (2pp)**  
Pomme Cannelle, Caramel au beurre salé

**Fondant au Chocolat (1pp)**  
Chocolat, Beurre, Farine

**Fruits**  
Fruits du Jour

**Tartines (2pp)**  
Pain, Confiture, Nutella, Beurre

**Assortiment de Yogourt Oikos (1 pp)**  
Vanille, Cerise, Bleuet, Fraise



### Salé

---

**Mini Quiche du Jour (1)**  
Œuf, Crème, Farine

**BLT sur sandwich croissant (1)**  
Bacon, Laitue, Tomate, Mayonnaise

**Bagel gravlax de saumon (1)**  
Saumon, fromage à la crème, capres et oignons rouges

### Boissons

---

**Jus (1)**  
Pomme, Orange, Raisin, Eau

**Boissons chaudes (1)**  
Café, Thé

### Liste de prix

---

3 choix - une boisson comprise	11.99\$
5 choix - une boisson comprise	13.99\$



**Ragoût de boeuf**



**Portobello chimichurri**



**Salade poulet et fraises**



**Bol de riz au saumon**



**Chou-fleur grillé BBQ**



**Porc BBQ effiloché**

L'inspiration du chef change à chaque semaine, contactez-nous pour découvrir les choix des prochaines semaines

### Liste de prix

Boîte seule	13.49\$
-------------	---------

### Extras

Ajout d'un biscuit	0.99\$
Ajout d'un breuvage	1.49\$
Ajout d'un biscuit et breuvage	1.99\$

Minimum 1 choix de sandwich / 10 personnes



### L'Incontournable

Sandwich au poulet rôti du Québec et oignons marinés sur un pain croissant avec laitue, mayonnaise et moutarde.

### L'Exotique

Sandwich style banh-mi à la salade de thon servi sur pain bretzel avec concombre, carotte, coriandre et une mayonnaise épicée au sriracha.



### L'Italien

Sandwich au prosciutto, soppressata et salami de genoa servi sur pain bretzel avec laitue, mayonnaise et moutarde.



### Le Végétarien

Sandwich aux légumes grillés de saison servi sur pain croissant avec laitue, pesto et fromage de chèvre.

### Salades d'accompagnement

Salade de pommes de terres grelots multi-couleur à l'aneth avec haricots verts, mayonnaise, échalote et céleri.

Salade jardinière avec tomate, concombre, carotte et radis. Servie avec une vinaigrette balsamique.

Tabouleh oriental avec couscous, concombre, tomate, olives kalamatas, feta, menthe, persil et enrobé d'huile d'olive extra vierge et de jus de citron.

Salade de pois chiches avec poivron, concombre, tomate, menthe, persil et notre mélange d'épices za'atar.

Minimum 1 choix de salade / 10 personnes

### Liste de prix

Sandwich et salade d'accompagnement 13.49\$

### Extras

Ajout d'un biscuit	0.99\$
Ajout d'un breuvage	1.49\$
Ajout d'un biscuit et breuvage	1.99\$





### Salade jardinière au poulet

Salade verte avec notre poulet du Québec rôti aux herbes servie avec tomate, concombre, carotte, oignons marinés et une vinaigrette balsamique citronnée.



### Salade de saumon grillé à l'aneth et citron

Un filet de saumon Atlantique grillé à l'aneth et au citron sur laitue mesclun avec poivron grillé, tomate, concombre et radis servi avec notre vinaigrette aux agrumes.



### Salade niçoise au thon

Un classique français servi sur laitue avec olives kalamatas, câpres, haricots verts, tomate, pomme de terre grelots et un œuf avec notre vinaigrette à l'aneth et aux câpres.



### Salade de falafels

Trois falafels maison servis avec carotte, concombre, tomate et chou mariné sur salade avec notre vinaigrette aux agrumes.

### Liste de prix

Salade seule	13.49\$
--------------	---------

### Extras

Ajout d'un biscuit	0.99\$
Ajout d'un breuvage	1.49\$
Ajout d'un biscuit et breuvage	1.99\$

Petit format  
pour 8-10 invités

Moyen format  
Pour 15-20 invités

Grand format  
Pour 25-30 invités



### Plateau de fromages

Petit	Moyen	Grand
<b>50\$</b>	<b>80\$</b>	<b>130\$</b>



### Plateau de charcuteries

Petit	Moyen	Grand
<b>40\$</b>	<b>70\$</b>	<b>120\$</b>

### Plateau de crudités

Petit	Moyen	Grand
<b>25\$</b>	<b>45\$</b>	<b>80\$</b>

### Plateau de fruits

Petit	Moyen	Grand
<b>25\$</b>	<b>45\$</b>	<b>80\$</b>

### Plateau de biscuits

Petit	Moyen	Grand
<b>15\$</b>	<b>25\$</b>	<b>50\$</b>

### Sélection de breuvages

Petit	Moyen	Grand
<b>20\$</b>	<b>35\$</b>	<b>60\$</b>



### Terre

---

Mini Burger au Porc Effiloché  
Boulettes de Boeuf avec Sauce Feta & Poivrons Rôtis  
Bagel au Rilette de Canard & aux Oignons Caramelisés  
Melon & Prosciutto

### Mer

---

Crevettes Nordiques Aguachile  
Gravlax & Crème Fraiche  
Croquettes Saumon & Pomme de Terre  
Crabcakes à l'Aneth



### Jardin

---

Rouleaux Concombre, Pêche & Menthe  
Mini Empanadas épinard & Feta  
Feta & Melon d'Eau  
Bouchées Alla Caprese  
Tartare de Bettrave avec Cheddar & Miel  
Figues Fraîches & Fromage de Chevre  
Cake Salé au Fromage de Chevre et aux Olives Kalamata  
Mini Falafel avec Yogourt à la Menthe

### Dessert

---

Fondant au Chocolat Maya

### Liste de prix

---

\$13.99	6 bouchés
\$17.99	9 bouchés
\$20.99	12 bouchés

### Extras

---

\$25 / h	Serveur
\$50 / h	Chef sur place



## Livraison

Nous livrons sur toute l'île de Montréal, contactez-nous pour un estimé plus exact ou consultez les prix ci-dessous à titre indicatif.

### Tarifs de livraison

Vieux-Port	25 \$
Centre-Ville, Côtes-des-neiges	20 \$
Rosemont, Plateau, Anjou	15 \$
St-Michel, Petite Italie	10 \$
Ahuntsic, Villeray	5 \$

## Minimum

Un minimum de 125\$ (avant frais de livraison) est exigé pour toute commande.