

entourés d'une équipe de cuisiniers et de bénévoles, vous préparent des plats savoureux inspirés des valeurs communautaires et humanistes qui nous animent.

## SOUPES, ENTRÉES PETITES FAIMS

**Incontournable Dahl TASSE** 3,25 **BOL** 4,50  
Lentilles rouges aux parfums indiens  
Crème, huiles lime et paprika, coriandre  
**V VL sans crème SG**

**Soupe du jour TASSE** 3,50 **BOL** 4,50  
Votre serveur bénévole devrait le savoir !

**Soupe à l'oignon gratinée aux 3 fromages**  
Cheddar, parmesan et gruyère 10,00

**Bouillons maison**  
Poulet ou Légumes **VL SG TASSE** 3,25  
ou Lait de coco curry **Piquant VL SG TASSE** 3,75

**Petit tartare de saumon** 10,25  
**SG** demandez sans croûton

**Frites de polenta** 9,00 **V SG**  
Olives noires, parmesan

**Salade de roquette** 8,50 **V**  
Amandes effilées grillées, parmesan,  
Vinaigrette deux moutardes

**Salade mesclun** 5,25 **V**

**Salade César entrée** 7,25  
Romaine, câpres, croûtons, lardons, citron confit au sel,  
parmesan. Vinaigrette César citronnée

**Betteraves au chèvre** 9,75 **V**  
Beurre au thym et noisettes

**Okonomiyaki** 8,00 **Piquant V**  
Omelette japonaise, œuf, farine, légumes,  
mayo et sauce sriracha  
**Demandez sans sriracha si vous n'aimez pas manger épicé**

**Lentilles assaisonnées** 6,50 **VL SG**  
Épices berbères

**Frites de patates maison** 5,25 **V**

**Mini poutine** 6,75  
Frites et sauce maison, fromage en grains  
**Extra bacon** 2,50

## EXTRAS

**Fromage** 2,50  
De chèvre, cheddar ou gruyère  
Faites gratiner votre plat, au prix du fromage!

**Tranche de bacon fumé sur place** 2,50 **SG**

## CLASSIQUES

**Bavette de boeuf AAA** 26,75  
Sauce Chimichurri, salade, frites et mayonnaise  
Pour apprécier pleinement votre bavette,  
nous vous recommandons une cuisson saignante  
ou medium-saignante

**Grand tartare de saumon** 19,75  
Salade, frites et mayonnaise maison

**Pasta à la carbonara** 16,75  
Lardons fumés en cuisine, jaune d'œuf et parmesan

**Mujadara** 16,00 **VL SG**  
Lentilles assaisonnées aux épices berbères,  
riz brun, légumes de saison rôtis et oignons frits

**Cheeseburger de boeuf AAA** 17,50  
**Cheeseburger de tempeh Bio** 16,00

Salade, frites. Pain, tomates, cornichons, mayo  
Choix de fromages: cheddar, Suisse, chèvre

**Extra mini poutine** 3,50

**Cheeseburger seul** 12,50

**Cheeseburger tempeh seul** 11,00

**Extra bacon** 2,50

**Poutine** 11,00  
Frites et sauce maison, fromage en grains  
**Extra bacon** fumé sur place 2,50

## NOUS, ON ♥ PARTAGER !

MENUS DÉCOUVERTES, FORMAT FAMILIAL  
pour 2 personnes ou 4 ou 6 ou 8...

**LE VIKING** 65,00 pour 2 **SG**

### Entrée

Frites de polenta, olives noires et parmesan

### Assiette familiale

Salade roquette, amandes grillées et parmesan

Pavé de saumon grillé

Pieuvre confite grillée

Purée de pommes de terre, haricots verts,

betteraves et légumes de saison rôtis,

cuits au four, beurre au thym et échalotes

Cuisse de canard confit

**LE SAMOURAÏ** 62,00 pour 2

### Entrée

Bouillon coco et curry, légèrement piquant

### Assiette familiale

Pieuvre confite grillée

Tofu mariné grillé

Okonomiyaki

Salade asiatique

Riz brun aux champignons shiitake

Nouilles de riz, sauce thaï légèrement piquante

brocolis vapeur et brocolis chinois, fèves edamame

## CHOISISSEZ VOTRE TOFU VIANDE, POISSON ET TEMPEH

### J' ♥ MON ASSIETTE

#### LA RIVIÈRE 12,50 **VL**

Nouilles de riz, sauce thaï légèrement épicée, brocolis vapeur et brocolis chinois, fèves edamame

#### LA MONTAGNE 12,50 **V SG**

Purée de pommes de terre, haricots verts, betteraves, légumes de saison rôtis, cuits au four, beurre au thym et échalotes

#### LA PLAGE 12,50 **VL SG froid**

Riz brun aux champignons shiitake, légumes croquants en juliennes marinés, carottes, daïkon et betteraves, fèves edamame, vinaigrette pommes et noix

#### AJOUTEZ-Y

**Pavé de saumon grillé** 9,75 **SG**

**Canard confit** 12,25 **SG**

**Pieuvre confite grillée** 13,00 **SG**

**Poulet de grains** 8,25 **SG**

**Tempeh BBQ Bio maison** 7,50 **VL**

**Tofu mariné grillé** 6,25 **VL**

Marinade érable, soya, gingembre et ail

**Saumon fumé à chaud** 8,25 **SG**

### SALADES

#### L'ASIATIQUE 12,50 **VL**

Roquette, juliennes de carottes et daïkon, haricots verts, edamame, échalotes vertes, sésame grillé, vinaigrette soya  
**SG** demandez sans vinaigrette

#### L'AGRUMES 12,50 **VL**

Bébés épinards, suprêmes d'oranges et de pamplemousses, fenouil mariné, amandes effilées et grillées  
Vinaigrette pomme et Dijon  
**SG** demandez sans vinaigrette

#### LA CÉSAR 12,50

Romaine, câpres, croûtons, lardons, citron confit au sel, parmesan. Vinaigrette César citronnée  
**SG** demandez sans croûton

#### AJOUTEZ-Y

**Pavé de saumon grillé** 9,75 **SG**

**Canard confit** 12,25 **SG**

**Pieuvre confite grillée** 13,00 **SG**

**Poulet de grains** 8,25 **SG**

**Tempeh BBQ Bio maison** 7,50 **VL**

**Tofu mariné grillé** 6,25 **VL**

Marinade érable, soya, gingembre et ail

**Saumon fumé à chaud** 8,25 **SG**

**Okonomiyaki** 8,00 **V**

### J' ♥ LES SOUPES REPAS

LES SOUPES REPAS SONT TOUTES GARNIES DE NOUILLES SOBA OU DE NOUILLES DE RIZ, BROCOLIS ET BÉBÉS ÉPINARDS

**SG** demandez avec nouilles de riz

#### CHOISISSEZ VOTRE BOUILLON

Poulet 12

Légumes 12 **VL SG**

Lait de coco curry 14 **Piquant VL SG**

#### AJOUTEZ-Y

**Tempeh BBQ Bio maison** 7,50 **VL**

**Poulet de grains** 8,25 **SG**

**Canard confit** 12,25 **SG**

**Pavé de saumon grillé** 9,75 **SG**

**Tofu mariné grillé** 6,25 **VL**

Marinade érable, soya, gingembre et ail

**Pieuvre confite grillée** 13,00 **SG**

### SANDWICHES SUR PAIN MAISON

Salade, frites et mayonnaise

#### LE BOLLYWOOD

Mayo au curry, carottes au cumin, laitue, pommes et coriandre

#### LE ROBIN

Mayo maison, roquette, fenouil mariné, concombre, oignons verts

#### LE NORDIQUE

Crème sure, citron confit au sel, aneth, laitue

**Tempeh BBQ Bio maison** 16,25 **V**

**Poulet de grains** 16,50 **SG**

**Canard confit** 17,75 **SG**

**Saumon fumé à chaud** 16,50 **SG**

**Tofu mariné grillé** 15,00 **V**

Marinade érable, soya, gingembre et ail

**Sans frites ni salade pour 5\$ de moins**

#### FORMULE TABLE D'HÔTE DISPONIBLE.

Avec tout achat d'un plat à 12\$ +  
ajoutez 3\$  
soupe Dahl / soupe du jour et café filtre, thé / tisane

**2 CHOIX DE VERRE DE VIN À 5\$ JUSQU'À 15H**

**DEVENEZ BÉNÉVOLE,  
EN SALLE OU EN CUISINE,  
C'EST AMUSANT  
DE JOUER AU RESTAURANT POUR DE VRAI !  
PARTIPEZ, SAVOUREZ, REDONNEZ.**

BONNE BOUFFE • BONNE CAUSE • BON APPÉTIT

**ROBIN  
DES  
BOIS**

**SG sans gluten** **V végétarien** **VL végétalien**