

LE MODERNI'THÉ CAFÉ

Brunch à la carte

Salé UNIQUEMENT en semaine 9.00 - 15.30

ŒUFS BROUILLÉS	5€
3 œufs brouillés et pain grillé	
^{new} NID D'OISEAU	8€
Houmous de betterave, avocat, œuf mollet, granola salé maison	
TARTINE AVOCAT ^{VL}	7€
Avocat, graines de courge, grenade	
TARTINE SAUMON	7.5€
Philadelphia, saumon fumé, aneth, grenade	
CLASSIC PANCAKES ^V	7.5€
2 pancakes, 2 œufs au plat, sirop d'érable	
EXTRAS : ½ Avocat +1.5€ ; Œuf mollet 2€ ; Saumon fumé +2.5€ Pain sans gluten +0.5€	

Sucré

BRIOCHE PERDUE	8€
Brioche maison poêlée, glace vanille et noisettes torréfiées	
^{new} GRANOLA	M 5€ XL 7€
Yaourt grec, granola maison, fruits frais	
AÇAÏ BOWL ^{VLG}	M 6€ XL 8€
Banane-Baies d'açaï, topping (courge, banane, amande)	
RED BOWL ^{VLG}	M 6€ XL 8€
Banane-Framboise, topping (chia, banane, coco)	
COOKIES	2.2€
Choco/Noisettes ou Chocolat blanc/Framboise	

Pancakes sucrés (par 2)

GARGANTUESQUE	10€
Yaourt grec, granola maison, fruits frais, érable	
PANOFFEE	8€
Confiture de lait - Banane - Crème fouettée maison	
ROYAL	8€
Banane - Erable - Noisettes	
FRUITS ROUGES	7€
CHOCO-NOISETTE	7€
Pâte à tartiner maison	
ÉRABLE	5€

Boissons fraîches

ORANGE PRESSÉE 20cl	3.8€
SMOOTHIE Banane-Citron-Spiruline 30cl ^{VL}	6€
CAFÉ GLACÉ / LATTE GLACÉ	3.5€
PERRIER	3€

Cafés

ESPRESSO / RISTRETTO	1.5€
DOUBLE ESPRESSO / AMERICANO	3€
ALLONGÉ	2€
NOISETTE [Espresso + Nuage de lait]	2€
AFFOGATO [Glace vanille + Espresso]	3€
LATTE [Lait + Espresso + Mousse de lait]	3.8€
CAPPUCCINO	3.8€
[Double espresso + Lait + Mousse de lait]	
^{new} CAFÉ CHOCO ^G	5.5€
[Double espresso + Sucette au chocolat noir 70% Barry]	
CASCARA	4€
[Infusion de pulpe de cerise de café]	

Thés

ALIZÉS	3.7€
Thé vert de Chine, pêche blanche, kiwi, pastèque	
FLEUR DE GEISHA	3.7€
Thé vert de Chine et fleurs de cerisiers	
BLUE OF LONDON	3.7€
Thé noir du Yunnan et bergamote	
CHAÏ LATTE	4.5€
Thé noir de Chine et épices	
JARDIN TROPICAL	4€
Infusion papaye, ananas, mangue, pêche, citronnelle	
DETOX SCANDINAVE ^{Bio}	4€
Infusion bouleau, argousier, cranberry, myrtille	

Chocolats chauds

CHOCOLAT CLASSIQUE ^G	4.5€
Sucette au chocolat noir 50% Barry	
CHOCOLAT BITTER ^G	5€
Sucette au chocolat noir 70% Barry	
CHOCOLAT CANNELLE ^G	5€
Sucette au chocolat noir 50% Barry et cannelle	
CHOCOLAT MARSHMALLOW ^G	5.5€
Sucette au chocolat noir 50% Barry et Marshmallow	

Lait végétal +0.5€
V = VEGAN **L** = SANS LACTOSE **G** = SANS GLUTEN
Prix nets service compris // Fin du service 15.30

LE SAVIEZ-VOUS ?

La baie d'açaï

L'açaï est un palmier qui peut mesurer jusqu'à 20 mètres. Le stipe est gris, très droit, avec un cône de racines aériennes partant de sa base. Il porte 8 à 14 palmes (ce qui est peu), constituées de nombreuses folioles pendantes. Les fruits, également nommés « açaï », sont d'un violet très foncé et ressemblent à la myrtille. Ils poussent en grappes le long du tronc du palmier. Leur goût rappelle le chocolat et les fruits rouges. Le fruit fait 1 à 2 centimètres de diamètre et est composé à plus de 90 % par son noyau. Sa chair est pulpeuse et fine, d'épaisseur inférieure à 1 millimètre. Très fragile, elle ne peut être consommée fraîche que dans les 48 heures suivant sa cueillette. La seule manière de la conserver sur une plus longue durée est de la congeler le plus rapidement après la cueillette ou de le sécher pour le réduire en poudre.

La récolte des baies d'açaï se fait à la main par les populations locales d'août à décembre. Les cueilleurs escaladent les arbres à la force de leurs jambes et à l'aide d'une corde végétale. Ils peuvent récolter entre 150 et 200 kg de fruits dans la journée. La récolte doit être effectuée le matin, le temps humide et pluvieux de l'après-midi rendant l'escalade dangereuse.

L'açaï est une très bonne source de minéraux et d'oligo-éléments, en particulier en manganèse (antioxydant) et en cuivre (renforce le système immunitaire) et contient très peu de glucides.

La spiruline

Algue microscopique, la spiruline est considérée comme l'un des premiers organismes vivants apparus à la surface de la Terre. Elle appartient au groupe des cyanophycées (algues bleues). Elle est pluricellulaire, sans noyau défini, dotée de mouvements oscillatoires. Elle ne développe ni fleurs, ni feuilles, ni racines, ni fruits, ni cellules sexuelles. Sa reproduction se fait par simple division.

La spiruline se caractérise par une richesse exceptionnelle en protéines (60 à 70% de son poids sec). Elle contient des sucres assimilables rares dans le règne végétal, mais aussi des polysaccharides favorisant les activités enzymatiques et la prolifération des bactéries lactiques. Autre composé présent: les phycocyanines qui stimulent le système immunitaire. Mais le plus étonnant est la présence de nombreuses vitamines A, B ou cobalamine (B12), C, E, K, bêta-carotène ou provitamine A, qui semblent avoir un effet synergique entre elles. Enfin n'oublions pas les oligo-éléments tels que le fer et les sels minéraux. Signalons encore que la spiruline est l'une des meilleures sources connues d'acide gamma-linoléique après le lait maternel et quelques huiles rares.

La cascara

La cascara a longtemps été considérée comme un résidu du café. Lors de la voie humide, caractérisée par le dépulpage, la peau des cerises arrivée à maturité est séparée du grain. Alors que le grain et une partie de la pulpe vont être fermentés, la cascara, elle, est séchée pour être servie en infusion chaude ou froide, contenant beaucoup d'antioxydants. Son goût sucré et ses notes d'hibiscus et de tamarin apporteront fraîcheur et douceur à vos moments de dégustation.