



MENU GREENZ BIOBAR Hiver 2019

Tarif pour le Take Away

On entend de plus en plus parler de « fast good » aujourd'hui. En 2009, à Uccle, le Greenz Bio Bar se lançait dans l'aventure et était pionnier de cette nouvelle approche de la restauration. A mi-chemin entre le fast food santé et le restaurant végétarien alternatif, le Greenz consolide son succès et sa réputation depuis 9 ans déjà ! L'atmosphère y est joyeuse et délicieuse. La cuisine travaille en conscience et propose une offre bio, locale et de saison. A découvrir absolument 😊

SOUPE FRAICHE

2 soupes fraîches réalisées chaque matin

Contactez-nous pour connaître les saveurs du jour

30 cl 3,10 €

45 cl 4,10 €

70 cl 5,50 €

Petit pain à soupe + beurre
0,50 €

*Recettes 100% bio
Naturellement sans gluten
Végétarien, souvent vegan*

SALADES VERTES

Salade Say Cheese 7,50 €

Gouda aux herbes italiennes, mix de noix toastées, pomme, graines germées, crudité de saison et salade verte d'hiver.

Vinaigrette au choix : curcuma, balsamique greenz César ou miso

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten
Végétarien*

Salade Cesar Pasta 7,90 €

Poulet grillé, parmesan, oignons bio caramélisés, cacahuètes grillées bio, pâtes bio au pesto bio de saison,

carottes râpées bio et autres crudités bio de saison. Vinaigrette au choix : curcuma, balsamique, greenz César ou miso

Recette 100% bio

ROULEAUX DE PRINTEMPS

Saumon fumé 5,90 €

Rouleau de printemps au saumon fumé, nouilles, cacahuètes, chou rouge en pickels, menthe, coriandre, carotte râpée et épinards.

*Recette bio (sauf menthe et coriandre)
Naturellement sans gluten*

Au tofu fumé 5,20 €

Rouleau de printemps au tofu fumé, nouilles, cacahuètes, chou en pickels, menthe, coriandre, carotte râpée et épinards.

*Recette bio (sauf menthe et coriandre)
Naturellement sans gluten
Vegan*

SALADES DE CEREALES

Rainbow Quinoa 7,90 €

Quinoa tricolore et lentilles, saumon fumé irlandais, nut mix croquant, grenade et crudité de saison. Vinaigrette au curcuma.

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten*

Indie Vibes 7,50 €

Dalh de lentilles corail au lait de coco et yaourt de soja, avec légumes verts vapeur et riz sauvage.

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten
Végétarien*

Tokyo Energy 6,40 €

Duo de riz sauvage et nouilles de riz complet au tofu frit. Avec pickels de légumes, huile de sésame et miso brun.

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten
Végétarien*

Bahn Mi au poulet 7,90 €

Salade de nouilles de riz d'inspiration vietnamienne, saveur gingembre, cacahuète et citron vert. Avec pain de viande de volaille.

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten*

Mezze du Chef 8,40 €

Taboulé de quinoa, boulettes falafel, houmous, légumes de saison en raïta et caviar de légume.

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten
Vegan*

PETITES SALADES

Roots Power 2,90 €

Légumes racines râpés (dont carotte, betterave, navet, celeri rave, ..) et épicés à l'orientale.

*Recette 100% bio
Naturellement sans gluten
Vegan*

Algues Wakame 3,50 €

Salade d'algues wakame aux piments et graines de sésame.

*Naturellement sans gluten
Végétarien*

WRAPS

Wrap Falafel 4,20 €

Boulettes de fallafel bio, houmous maison bio, carottes râpées et

crudités de saison dans une galette de blé.

Végétarien

Wrap Poulet César 4,20 €

Poulet grillé et sauce rémoulade bio, oignons caramélisés bio crudités de saison dans une galette de blé.

BAGUETTES **pain tradition blanc ou pain** **oméga multi-céréales**

Club Fallafel 4,50 €

Fallafel maison, gouda aux herbes italiennes, carottes râpées, sauce au curry doux et salade verte de saison µ

Recette 100% bio
Végétarien

Mozza Liza 4,50 €

Mozzarella, légumes de saison grillés, pesto frais et salade verte de saison

Recette 100% bio
Végétarien

Poulet César 4,50 €

Poulet grillé, parmesan, oignons bio caramélisés, sauce rémoulade bio et salade verte de saison bio.

Pur bœuf belge 4,50 €

Américain maison au pesto pomodoro et parmesan, tomates confites et salade verte de saison.

Recette 100% bio

Sandwich de la semaine 4,50 €

Consultez-nous pour connaître la saveur de la semaine

BURGER **pain bun artisanal aux** **graines de sésame**

Beef 7,70 €

Burger au délicieux « bœuf belge bio », avec fromage, bacon, cornichon, oignons caramélisés, crudités et sauce maison (sauce rémoulade aux herbes fraîches avec une pointe de ketchup)

Recette 100% bio

Veggie
7,30 €

Steak végétarien avec oignons caramélisés, caviar de légume de saison et crudités de saison.

Recette 100% bio
Végétarien

Burger du mois 8,50 €

Nous contacter pour connaître la recette

Accompagnement + 5 €

Méli-mélo de crudités de saison et vinaigrette du chef et féculent du moment

DESSERTS 100% BIO **en fonction du stock** **disponible**

Mousse au chocolat 3 €

Mousse au chocolat vegan 3,20 €

Tiramisu Spéculoos Sans gluten 3,50 €

Yaourt de soja à la mangue et granola
3,30 €

Moelleux au chocolat
(naturellement sans gluten)
3,20 €

Brownie aux noix 3,20 €

Banana cake 3 €

Crumble fruits rouges vegan
3,20 €