



Menu traiteur LUNCH

Les prix sont pour 10 personnes et +, taxes en sus
Communiquez avec nous pour des événements de moins de 10 personnes, ou pour nos menus conçus sur mesure si vous avez autre chose en tête!

Louche – souple, délicieux et respectueux de l'environnement

SANDWICH

*Commande minimale de 10 personnes par choix
(1,5 sandwich par personne, tous les sandwiches des choix sont inclus)*

Choix #1 – Le Classique - 10,00 \$/personne

Salade d'œufs

- Œufs durs avec cornichons, oignons rouges et mayo sur un croissant.

Wrap au thon

- Thon, céleri, câpres, oignons verts, mozzarella râpée et mayo dans une tortilla.

Jambon forêt noire

- Jambon forêt noire tranché, fromage suisse tranché, laitue frisée, tomate et mayonnaise dijonnaise au miel sur ciabatta.

Roulé aux légumes

- Carottes et concombres râpés avec tomates cerises, germes de luzerne, jeunes épinards et houmous dans une tortilla.

Choix #2 – Le Déli - 13,00 \$/personne

Wrap à la salade de poulet

- Poitrine de poulet assaisonnée et coupée en dés, céleri, oignon vert, mayo, dijon, miel, pomme granny smith.

Charcuterie italienne

- Capicola, mortadelle, salami, tomate Roma, fromage provolone, fines tranches d'oignon rouge, mayo aux tomates séchées au soleil sur focaccia.

Rôti de bœuf

- Rôti de bœuf tranché, oignon caramélisé, roquette, cheddar blanc et mayo au raifort sur baguette au levain.

Roulé aux légumes grillés

- Légumes rôtis (poivrons, zuchinis, oignons), fromage de chèvre, laitue et réduction balsamique dans une tortilla. Pour version végane, sans fromage.

Choix #3 - Faites votre propre sandwich - 15,00\$/personne

- Salade d'œufs avec cornichons, salade de thon avec céleri et mozzarella, tranches de jambon, poitrine de poulet assaisonnée, végépaté, laitue, luzerne, tomate, oignons rouges tranchés, tranches de fromage, assortiment de pains, mayo, Dijon.

Contactez-nous au 514 966-8431 ou à info@louche.ca

SALADES

Commande minimale de 10 personnes par choix

Choix #1 - Salade maison 4,00 \$/pers.

- Légumes verts artisanaux, tomates cerises, concombres, germes, oignons verts et carottes râpées, servis avec une vinaigrette balsamique au miel.

Choix #2 - Salade grecque de quinoa 5,00 \$/pers.

- Quinoa biologique, olive kalamata, fromage feta, poivron, tomate cerise, concombre et oignon rouge, le tout servi dans une vinaigrette au vin rouge et aux agrumes.

Choix #3 - Salade d'épinards 5,00 \$/pers.

- Jeunes épinards, oignons rouges râpés, fromage de chèvre, pacanes grillées et quartiers de mandarines servis avec une vinaigrette au cidre de pomme.

Choix #4 - Salade Fattoush 6,00 \$/pers.

- Laitue romaine, tomate Roma, concombre anglais, oignon rouge, radis, feuilles de menthe, persil, oignons verts et croustilles de pita, servis avec une vinaigrette au sumac et au citron.

Choix #5 – Salade César 6,00 \$/pers.

- Laitue romaine, parmesan, bacon croustillant, croûtons au levain, quartier de citron et vinaigrette César maison.
- Ajouter poitrine de poulet grillée : 4,00\$/personne
- Ajouter crevettes géantes : 5,00\$/personne

Choix #6 - Faites votre propre salade 7,00 \$/personne

- Laitues vertes artisanales, épinards, tomates cerises, concombres, carottes en julienne, cœurs d'artichauts marinés, feta, raisins secs, noix de cachou grillées, germes, vinaigrette balsamique, vinaigrette ranch piquante.
- Ajouter tofu mariné : 3,00 \$/personne
- Ajouter poitrine de poulet grillée : 4,00 \$/personne
- Ajouter crevettes géantes : 5,00 \$/personne

PLATEAUX

Commande minimale de 10 personnes par item

Plateau de fruits 6,00 \$/pers.

- Une sélection de fruits et de baies de saison avec une trempette au yogourt à l'érable.

Plateau de légumes 6,00 \$/pers.

- Une sélection de légumes saisonniers du marché servis avec une trempette à l'aneth et au citron (ou houmous aux pois chiches, à votre choix).

Plateau de fromages 8,00 \$/pers.

- Une sélection de fromages locaux et importés accompagnés de craquelins et de pain.

Planche à charcuterie « La totale » 12,00 \$ /pers.

- Une sélection de charcuteries (prosciutto, salami, capicola), de fromages (durs, crémeux, bleu), de trempettes (houmous, confiture), de produits marinés (cornichons, artichauts), de noix (pacanes, noix de Grenoble), de craquelins et de pains.

SOUPE

*Commande minimum de 5L par soupe, nous recommandons 500mL par personne
(Chaque litre de soupe vient avec 2 petits pains brioche)*

Soupes véganes et sans gluten – 13,00 \$/L

Soupe épicée aux carottes et lentilles rouges au sésame

- Cette soupe de carottes au sésame, épicée et consistante, contient des lentilles rouges et du tahini, des piments, des épices entières, de l'huile de sésame grillée et des oignons cuits lentement.

Crème de poivrons rouges grillés et tomates

- Des poivrons rouges grillés à la flamme réduits en purée avec des tomates à l'étuvée, des oignons, de l'ail, du basilic, le tout agrémenté d'une crème de soja.

Crème de brocoli

- Fleurons et tiges de brocoli cuits à la vapeur réduits en purée avec des oignons jaunes, du céleri et des pommes de terre Yukon Gold, puis aromatisés avec de l'aneth, de la moutarde de Dijon et du jus de citron.

Carottes et patates douces thaïlandaises

- Crème de carottes et de patates douces rôties avec des oignons blancs, assaisonnée d'ail, de gingembre, de coriandre, de lait de coco et de saveurs audacieuses d'inspiration thaïlandaise.

Lentilles et kale au curry

- Le classique original de Louche est de retour pour vous donner un regain d'énergie savoureux ! Des lentilles vertes pleines de protéines avec des oignons, des carottes, du céleri, des tomates et du chou frisé assaisonnés de curry et d'une touche dynamique de jus de citron.

Soupe à la courge musquée, aux pommes et au gingembre

- Courge musquée rôtie aux épices d'automne réduite en purée avec des pommes granny smith, des carottes, des oignons et des racines de gingembre. Soyons bien au chaud !

L'île d'Émeraude

- Cette purée célèbre l'exploration des soins personnels, l'amélioration de l'immunité et la revitalisation de la santé grâce à l'aide nutritionnelle du chou frisé, des jeunes épinards, des

asperges, des pois verts, du brocoli et des oignons. Aromatisé avec de l'ail, du gingembre, du poivre de Cayenne et une touche piquante de citron.

Miso crémeux et champignons

- Purée de champignons de Paris, de cremini, de portobello et de cèpe aromatisée avec des oignons, de l'ail et du miso blanc, puis finie avec de la crème de soja et du chi.

Chili végétalien

- Ragoût de tomates, oignons, haricots pinto, haricots blancs, piments forts (Habanero, jalapeño, chili), jus de lime et coriandre.

Soupes avec protéines – 16,00 \$/L

Cock-A-Leekie écossais

- Poitrine de poulet effilochée avec de l'orge perlé, des poireaux au beurre, des carottes, du céleri et des pruneaux dans un bouillon de poulet doré aromatisé à l'ail et aux herbes.

Soupe aux pois cassés jaunes et au jambon

- Ce classique québécois réconfortant fera chanter votre âme ! Jambon fumé tiré, pois cassés jaunes, carottes, oignons, céleri et thym.

Graupensuppe

- Saucisse Kielbasa rôtie avec du bacon croustillant, des poireaux, des carottes, du céleri, des pommes de terre grelots, des tomates à l'étuvée et de l'orge perlé.

Mariage italien

- Mini boulettes de viande de bœuf haché et de porc parfaitement assaisonnées avec des oignons, des carottes, du céleri, des épinards et des pâtes ditalini dans un bouillon de poulet aux herbes aromatiques.

Poulet et nouilles à l'ancienne

- Simple, savoureux et satisfaisant. Des miettes de poitrine de poulet avec des oignons, des carottes, du céleri, des pois verts, des nouilles et des herbes fraîches dans un bouillon de poulet doré.

Pâté au poulet

- Toutes les délicieuses saveurs de votre plat réconfortant classique préféré.... dans une soupe ! Des flocons de poitrine de poulet avec des carottes, des oignons, du céleri, des pommes de terre et des pois verts dans un bouillon de poulet crémeux avec du persil italien.

Dinde au citron et orzo

- Blanc de dinde parfaitement assaisonné, accompagné de carottes, d'oignons, de céleri, d'asperges, de blettes et de pâtes orzo dans un bouillon de dinde au citron et à l'ail.

Cabane à Sucre

- Jambon piquenique cuit lentement, bacon fumé croustillant, fèves au lard, pommes de terre Yukon Gold et oignons jaunes caramélisés dans un bouillon de porc crémeux au sirop d'érable et à la dijonnaise.

Ragoûts & chaudrées – 19,00 \$/L

Chili Con Carne

- Bœuf haché assaisonné au chili avec oignons, poivrons, piments, tomates en dés, coriandre, jus de citron vert et une variété de haricots. Servi avec des accompagnements de crème sure, du fromage râpé et des oignons verts.

Bouillon écossais (Scotch broth)

- Gigot d'agneau de Nouvelle-Zélande, accompagné d'un assortiment de légumes-racines, d'orge perlé et de pois cassés verts dans un savoureux bouillon d'herbes et d'agneau.

Ragoût de bœuf à la Guinness

- Tendres morceaux de contre-filet de bœuf avec des lardons de bacon croustillants, des oignons, des carottes, du céleri, des navets et des pommes de terre grelots dans une sauce à la Guinness et aux herbes.

Ragoût de poulet au citron et au romarin

- Blanc de poulet mariné au romarin et au citron avec des morceaux de carottes, d'oignons, de céleri, de pommes de terre grelots et de courgettes dans un bouillon de poulet zesté d'ail et d'herbes.

Chaudrée de fruits de mer de la Nouvelle-Écosse

- Crevettes géantes, aiglefin, pétoncles de baie, palourdes et moules dans un bouillon crémeux de fruits de mer à l'ail avec oignons, carottes, céleri et pommes de terre. Sociable !

Chaudrée de fruits de mer de Manhattan

- Morue sauvage du Pacifique avec crevettes, pétoncles, palourdes, oignons, carottes, céleri, poivrons verts et pommes de terre en dés dans un bouillon de fruits de mer aux herbes et à la tomate.

Chaudrée de palourdes et de pétoncles de Nouvelle-Angleterre

- Palourdes, pétoncles de baie, pommes de terre rouges, carottes, oignons et céleri en dés dans un bouillon de fruits de mer crémeux agrémenté d'herbes fraîches et de poivre noir concassé.

Ragoût d'aiglefin et de crevettes du sud-est asiatique

- Tendres morceaux d'aiglefin et de crevettes avec du pak-choï, du céleri, des oignons, des tomates cerises, des pommes de terre et des tranches fines de poivrons rouges dans un bouillon crémeux à l'ail et au gingembre.

Ragoût de crevettes et de morue de Bombay

- Crevettes géantes et morue sauvage du Pacifique avec du chou-fleur rôti, des poivrons rouges, des oignons, des tranches de carottes et des jeunes épinards dans une sauce crémeuse au garam masala et à la tomate.

DESSERTS

Muffins au gâteau aux carottes

4,00 \$/unité (commande minimum de 10 muffins)

- Notre célèbre recette de gâteau aux carottes dans un muffin garni d'un glaçage au fromage à la crème.

Nos fameux gâteaux au fromage en petits pots *Mason*

Format régulier 250mL : 5,00\$ chacun (commande minimum de 10 par saveur)

Format MINI 125ml : 3,50\$ chacun (commande minimum de 10 par saveur)

Saveurs

- Bleuets & caramel salé : base de biscuits Graham, garniture de gâteau au fromage aux bleuets et caramel salé maison.
- Fraise, vanille & Oreo : base de biscuits Oreo, garniture de gâteau au fromage à la vanille et compote de fraises maison.
- Cerises & double chocolat : base de biscuits Oreo, garniture de gâteau au fromage au chocolat au lait et compote de cerises maison sur le dessus.
- Érable & pacanes : base de biscuits Graham et à la cannelle, garniture de gâteau au fromage à l'érable, caramel salé et noix de pacanes rôties.

Sous-total = TBD

Livraison, mise en place et ramassage après l'événement = TBD

Prêt de vaisselle (à déterminer selon les besoins) = TBD

SOUS-TOTAL = TBD

TPS 5% = TBD

TVQ 9,975% = TBD

TOTAL = TBD

Note : comme nous sommes une entreprise d'intention zéro déchet, le matériel fourni lors de votre événement est prêté (plats de service, ustensiles, bocaux, etc.). En cas d'articles manquants ou cassés, le montant correspondant sera ajouté à votre facture finale. Un document détaillé avec les prix de chaque pièce vous sera fourni lors de notre venue pour votre événement.

Merci de faire confiance à Louche ! Ensemble, nous contribuons à la préservation de la planète !

Contactez-nous au 514 966-8431 ou à info@louche.ca