

# BLACKBIRD



• PLATS VEGANS ET VÉGÉTARIENS • CAFÉ TORRÉFIÉ MAISON • PRODUITS LOCAUX • OEUFS ÉLEVÉS EN PLEIN AIR • SUPERFOODS •



## WEEKEND MENU



### BREAKFAST & BRUNCH

#### BACON SANDWICH – 9.90

Ketchup, Blackbird chutney, bacon ou saucisses  
Extras: oeufs brouillés, fromage  
- 2.90 par ingrédient

#### LOVELY PANCAKES & MAPLE SYRUP

Trois étages - 10.90  
Quatre étages - 12.50  
Extras: bacon, saucisse, œuf brouillé ou banane  
- 2.90 par ingrédient

#### LE FULL ENGLISH – 18.90

Œufs brouillés, bacon, saucisse anglaise,  
baked beans, galette rösti, toast

#### SPICY BREAKFAST BURRITO – 16.90

Œufs brouillés, chorizo, fromage, avocat, tomate,  
poivrons rôtis et sauce piquante  
- salade verte

#### VEGGIE BREAKFAST BURRITO (V) – 16.50

Œufs brouillés, fromage, avocat, tomate, épinards,  
poivrons rôtis, ketchup, sauce piquante  
- salade verte

#### BONDI BRUNCH (V) – 17.90

Avocat, fromage frais, tomates cerises  
et piment frais sur toast  
- œufs brouillés et salade verte

#### NORDIC BRUNCH – 18.90

Saumon fumé, fromage frais à l'aneth et citron sur toast  
- œufs brouillés et salade verte

### TASTY BLACKBIRD SANDWICHES

servi avec chips, salade verte et Blackbird coleslaw

#### CHIPOTLE AVOCADO CHICKEN – 18.50

Poitrine de poulet, avocat, sauce chipotle fumée et épicée,  
mayo aux herbes, roquette et salade

#### CHICKEN SUPER CLUB – 18.90

Poitrine de poulet, fromage, bacon, tomate, sauce BBQ,  
moutarde, mayo aux herbes, roquette et salade

#### BLACKBIRD BLT – 17.90

Bacon, batavia, tomate, ketchup, mayo aux herbes,  
Blackbird chutney  
Extras: avocat ou fromage  
-2.90.- par ingrédient

#### GREEN MAN (V) - 16.50

Avocat, grana padano, épinards, pousses d'oignon,  
tomates, batavia, roquette, chutney et mayo aux herbes

Provenance des viandes - Suisse

### BLACKBIRD SALADS

#### BLACKBIRD SALAD – 16.90

Tomates, bacon, menthe, avocat, grana padano,  
pousses d'oignons, graines de courges, épinards,  
batavia et roquette, Blackbird dressing moutarde-sirop d'érable  
Extra Poulet 3.00

#### SUPERFOOD SALAD (VEGAN) – 16.90

Quinoa et wheatberry, salsa d'avocats, pousses d'épinard,  
grenade, roquette et pignons grillés,  
Blackbird dressing moutarde-sirop d'érable  
Extra Poulet 3.00

#### SWEET CHILLI CHICKEN SALAD – 19.90

Quinoa et wheatberry, poulet sweet chili, germes de soja,  
oignons de printemps, carottes, coriandre, piment frais,  
cacahuètes concassées, batavia, roquettes, épinards

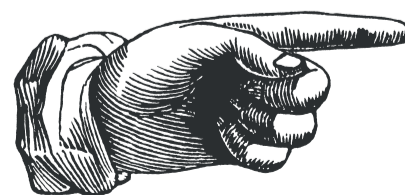
#### LEMON CHICKEN, FETA & LENTIL TABBULEH SALAD – 19.90

Lentilles marinées, poulet citronné, tzatziki à la menthe  
tomates cerises, feta, olives, oignons de printemps,  
batavia, roquette, épinards

### SUPERFOODS

Nous avons minutieusement créé nos menus afin de conjuguer des saveurs surprenantes et un large panel d'ingrédients suisses ayant une haute valeur nutritive. Dans chacun de nos repas, vous trouverez au moins un aliment que l'on peut qualifier de "superfood", en commençant par le petit-déjeuner. Nos oeufs proviennent d'un élevage local en plein air et sont une grande source de protéine. Nous vous les préparons avec notre délicieux saumon Nord-Atlantique, riche en acides gras oméga 3 essentiels pour le bon fonctionnement de votre organisme et de votre coeur. Nos birchers et notre mix quinoa-wheatberry sont riches en protéine, en fibres et en amino-acides. Nous vous proposons des mets à base d'avocats, épinards et autres légumes verts, tous remplis d'antioxydants, de vitamines et de minéraux. N'oubliez également jamais les bénéfices d'une quantité modérée de viande de qualité, vous fournissant des protéines et des vitamines de qualité afin de renforcer vos dents, vos os et votre peau.

No stress - Bon appetit!



### BOISSONS