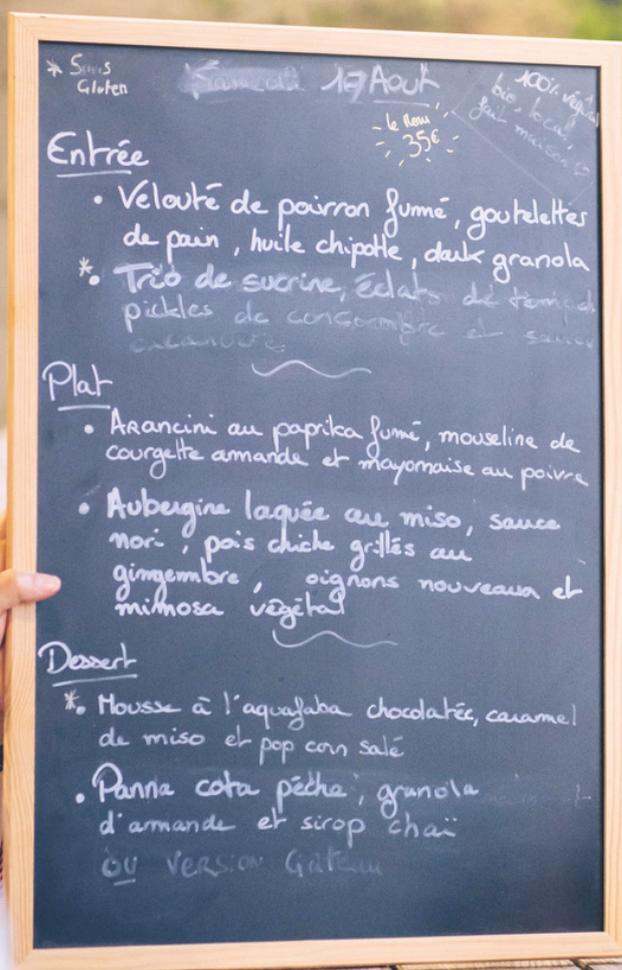


PRESTATIONS À EMPORTER & CHEFFE NOMADE

Pour vos escapades
gourmandes.



Chacun de nous peut faire
une différence.

Nous ne pouvons pas vivre
un seul jour sans influencer
le monde qui nous entoure
et nous avons le choix du
genre d'influence que nous
voulons avoir.

Jane Goodall



Sommaire

3- A PROPOS

5- ENGAGEMENTS

6- FORMULES LUNCH & DINNER BOX

10- FORMULE CHEFFE NOMADE

13- FORMULE ACCOMPAGNEMENT SÉJOUR





À propos



A Pâtons Rompus est bien plus qu'un simple projet culinaire, c'est une aventure qui a débuté en 2018 autour de **l'alimentation végétale, biologique et de saison**. Cheffe nomade et traiteur événementiel, j'ai eu l'honneur de sublimer des centaines d'événements.

Mon ambition ? Régaler les papilles tout en faisant découvrir une cuisine savoureuse, colorée, et respectueuse.

Chez À Pâtons Rompus, chaque bouchée est un acte engagé : une manière de participer, à ma petite échelle, à un monde plus juste, plus gourmand et plus respectueux du vivants.



Vous pensez encore que la cuisine végétale se résume à une salade verte sans saveur ? Laissez ces idées reçues de côté et préparez-vous à embarquer dans une véritable exploration culinaire !

Avec A Pâtons Rompus, je vous emmène dans un voyage gustatif où chaque plat, préparé avec soin, allie textures, couleurs et saveurs.





Engagements

Chez A Pâtons Rompus, je privilégie des **ingrédients bio, de saison et locaux**, avec une attention particulière à la réduction de l'empreinte carbone.

Tout est pensé pour limiter les déchets et tendre vers une démarche **zéro déchet**, des emballages écoresponsables à la gestion des ressources.

En choisissant mes services, vous faites le choix d'une cuisine durable et respectueuse de la planète.



Lunch et Dinner box

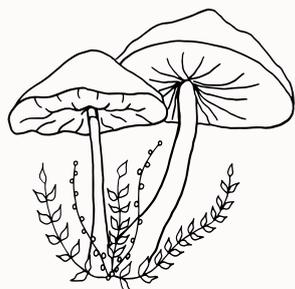
Pensées pour vos journées de travail ou de loisirs, les lunch et dinner box sont une solution pratique et conviviale pour rassembler et régaler tout le monde avec des repas équilibrés et savoureux, sans prise de tête.

Toujours composés de plats de saison, préparés principalement à partir d'ingrédients bio, et bien sûr, mettant la cuisine végétale à l'honneur.



Lunch & Dinner box

Les Lunch et Dinner Box sont idéales pour des repas équilibrés, pratiques et savoureux, que ce soit au bureau, lors d'un événement ou simplement pour un déjeuner sur le pouce.



Les formules

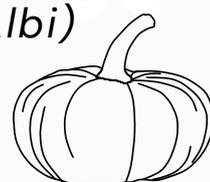
o **Lunch ou Dinner box** :
12,50€/personne, un repas complet composé de plusieurs éléments pour un déjeuner ou dîner équilibré.

Formule éco : 10€/personne

o **Ajout dessert ou entrée** :
+2€/personne.

Minimum 12 personnes.

*À récupérer ou en livraison
(0,65€/km A/R depuis Albi)*



MENU

LUNCH ET DINNER BOX

Des plats élaborés aux saveurs de saison, avec des associations travaillées, différentes saveurs, textures et topping et un menu toujours adaptable à votre évènement.

ENTRÉES

- Labneh au zaatar, olives kalamata et pickles d'oignon rouge
- Carpaccio de tomates à l'ail noir et poivre et aneth

PLATS

- Salade thaï, quinoa, choux rouge, blanc et carotte râpées, crème de cacahuète et sriracha
- Conchiglioni farcis à la ricotta épinards et herbes, crème de tomates séchées et crudités
- Assiette provençale : galette de pomme de terre, ratatouille, aïoli et croutons

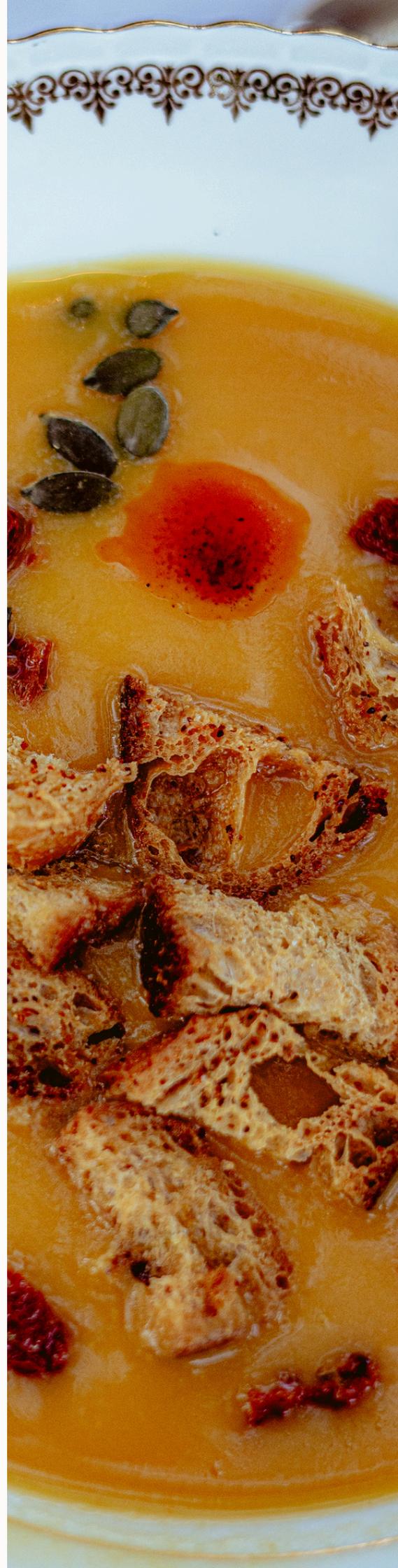
DESSERTS

- Mousse au chocolat, caramel de miso et popcorn
- Cake fondant au citron et pavot
- Cookies pistache rose et crème d'halva

1 entrée + 1 plat + 1 dessert au choix

Possibilité d'adapter les plats pour réchauffer sur place

Ce menu est donné à titre d'exemple et peut être modifié selon votre évènement et vos goûts



MENU

LUNCH ET DINNER BOX

Des repas tout aussi savoureux, sains et gourmands, mais avec une présentation simplifiée : des plats en sauce accompagnés de céréales, toujours équilibrés et riches en protéines.

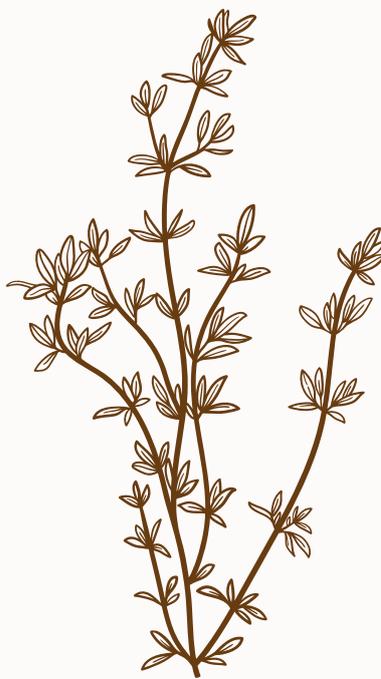
Formule éco

10.50€/personne

PLATS

- Chili sin carne et trio de quinoa
- Curry de légumes de saison, pois chiche grillés et riz basmati
- Tajine de légumes de saison et semoule de blé

Ce menu est donné à titre d'exemple et peut être modifié selon votre événement et vos goûts



Cheffe nomade

Avec la formule Cheffe Nomade, vivez une **expérience culinaire unique** directement chez vous ou sur le lieu de votre événement.

Chaque assiette est créée sur place, avec soin pour un repas sur mesure, pensé selon vos envies.

L'occasion parfaite pour partager un moment gourmand et convivial entre amis, en famille ou entre collègues.



Informations

Pour des événements de **15 personnes ou plus**, un menu complet (entrée, plat, dessert) est proposé à **28€ par personne**, incluant 100g pain au levain/personne.

Un **plateau de fromages végétaux** peut être ajouté pour 3,50€/personne.

Frais de déplacement : 0,65€/km A/R depuis Albi.

MENU

CHEFFE À DOMICILE

ENTRÉES

- Velouté de melon, tomates séchées, croutons et huile légèrement pimenté au chipotle
- Houmous au cumin et citron confit, topping

PLATS

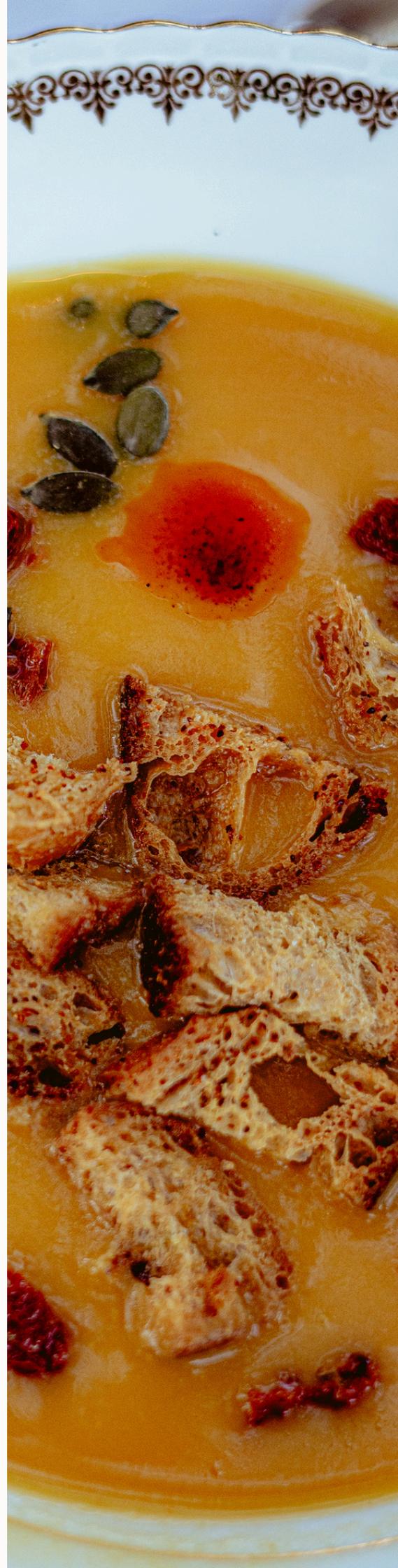
- Aubergine Borani, yaourt et quinoa aux herbes : yaourt citronné, aubergines fondantes avec de la tomates et condiments et pignons
- Assiette Maakouda : galette de pomme de terre au ras el hanout, poivronnade fondante, salsa de tomates et sauce harissa douce
- Arrancini au paprika fumé, crème de courgette, pickles de radis et mayonnaise au poivre blanc

DESSERTS

- Nectarines rôties, mascarpone d'amande et zeste de citron
- Mousse au chocolat, caramel miso et pop corn
- Panna cotta d'amande, crumble et fruit de saison

Cette prestation nécessite une cuisine équipée et un espace de dressage.

Ce menu est donné à titre d'exemple et peut être modifié selon votre évènement et vos goûts



Accompagnement séjour

Je propose également une formule d'accompagnement culinaire pour vos séjours et séminaires.

Que vous soyez en vacances, workshop, résidence d'artistes ou lors d'un séminaire professionnel, je prends en charge la préparation des repas.



Informations

Cette formule est disponible pour **une journée** ou **jusqu'à 7 jours**, et est **entièrement personnalisable**.

Je m'adapte au nombre de convives, à leurs préférences alimentaires, et propose des menus sur mesure.

Le service d'accompagnement est **réalisé sur devis**, afin de répondre parfaitement à vos besoins.

Accompagnement séjour

- Pour le petit déjeuner :

Buffet à volonté, composé avec (aux choix) : viennoiserie, chia pudding et divers topping type granola, noix etc, fruits de saison, tofouillade, bar à tartinades, pains, jus de fruit, thé et café.



- Pour le déjeuner et le dîner :

- Format à l'assiette, composé de plusieurs éléments et avec service à table
- Format banquet, chacun·e se sert dans des plats à partager autour d'une table conviviale
- format sandwich / à emporter



- Snacks / goûter :

À certains moments de la journée ou en libre service tout le long du séjour

- Apéritif dinatoire et gâteau d'anniversaire

Pour les événements spéciaux pendant votre séjour !



COORDONNÉES



Pour toute demande, devis ou information supplémentaire, contactez-moi.

- 📞 07 69 99 20 35
- ✉️ parlons@apatonsrompus.com
- 📍 27 rue Mozart, 81000 Albi
- 🌐 www.apatonsrompus.com
- 💬 @apatonsrompus



🔊 À PÂTONS ROMPUS 🔊