



BRUNCH LUNCH SOUPER
ALL DAY

Tendresse

ENTRÉES

Satay 9

Brochettes de tofu grillé, sauce à l'arachide, oignons verts & concassé de pinotte.

Salade de papaye 8

Papaye verte, carottes en juliennes, oignon, gingembre, coriandre, arachides.

Bok choy 8

Ail, gingembre, sésame, tamari.

Brocolis bang-bang 9

Fleurons de brocolis frits(6), sauce au chili & sirop d'agave.

Chili à partager 13

Haricots noirs, salsa de maïs & tomate, céleri, lime, émiété de soya, coriandre, chips maison

BRUNCH

ALL DAY

Parfait 11

Smoothie de saison, lait d'amande, chia, chanvre, granola de popcorn, caramel salé, servi avec biscotti aux amandes.

Classique 16

Embêté de tofu, pamplemousse & raisin, cretonnade, coeur de patate, miche campagnarde, moutarde baseball.

Pancakes aux carottes 14

Noix de Grenoble torréfiée, sirop d'érable, coco fouetté, carottes confites aux 6 épices.

TLC 16

Tomates, laitue, coco, multigrains, humus d'edamame, mayo, servi avec salade de chou rouge & chips de patate douce. No scrubs.



ASSIETTES

Couscous israélien 15

Chou-fleurs rôtis, raisin rouge, roquette, emietté de soya, herbes fraîches, vinaigrette aux agrumes.

Burrito 15

Tortilla de blé, haricots noirs, bok choy sauté, salsa de maïs & tomates, poivrons rouges, mayo cajun, servi avec petite verte & chips de patate douce.

Jackfruit burger 16

Fruit du jacquier, salade de chou rouge, chips de patate douce, , oignon rouge, sauce aigre-douce bbq, mayo cajun servi avec petite verte.

Tacos 15

Tacos au tofu frit, sauce crémeuse au concombre, salsa de maïs, coriandre, tomate, servi avec salade de chou rouge.

McTendresse 15

Galette de pois chiche, laitue, tomate, échalottes françaises marinées, ranch maison, servi avec salade de chou et chips de patate douce.

Tao 18

Tofu général tao, sésame rôti, riz calrose, bok choy grillé.

Gaufre aux champignons 17

Tombée de champignons, huile de truffe, rémoulade de radis-concombre-poivron, aneth, menthe, coriandre, persil, mayo érable et réduction balsamique.

À CÔTÉ

Chips de patate douce 4 Ordre de toasts 2

Coeur de patate (2) 6 Petite verte 6

Cretonnade 4 Riz calrose 4

DESSERTS

Biscottis aux amandes & canneberges	2.50
Biscuit chocolat noir & noisettes	3
Brownie chocolat noir, avocat & coco - SANS GLUTEN	8
Snickers aux dates & riz soufflé - SANS GLUTEN	8
Gâteau aux carottes & crème - SANS GLUTEN	8

CAFÉS

LAIT VÉGÉTAL MAISON

	Simple	Double
Espresso	3	4
Allongé	3	4
Cappuccino	4	5
Latté	4	5
Américano	3	4
Choco-Cayenne	4	5
MushUp CAFÉ AUX CHAMPIGNONS MÉDICINAUX	+1	+2
Filtre		2.50

	Petit	Grand
Orange pressée	4	7
Kombucha	4	7

THÉS

Tendresse melon d'eau & citron 10 minutes	3
Earl grey 4 minutes	3
Vert 3 minutes	3
Cerise & rose 5 minutes	3
Tisane à la menthe 4 minutes	3

	Petit	Grand
Matcha latté	4	5
Bette pompette Rhum brun, baileys d'amande, betterave, vanille, coco, avoine	7	14
