



C'est nouveau chez JOUR et c'est arrivé le 12 octobre dans tous les restaurants de l'enseigne : des plats chauds pour manger sainement et gourmand, même quand les températures baissent !

## 4 NOUVELLES RECETTES CHAUDES



### **FROM'ALPES**

Pommes de terre grenaille, oignons caramélisés, champignons rôtis, jambon blanc sans nitrite, Meule des Alpes, ciboulette et sauce légère.

### **CHAMP'OULET**

Trio de riz de Camargue bio, oignons caramélisés, champignons rôtis, poulet aux herbes de Provence, ciboulette et sauce crème légère.

### **GRAN'TOMATO**

Pâtes, tomates cerises, mix de poivrons grillés, Grana Padano AOP, ciboulette et sauce tomate touche piment d'Espelette.

### **VEGE'TO FU**

**Gluten free, protéines**

Quinoa d'Anjou, lentilles marinées, courgettes poêlées, patate douce rôtie, tofu fumé bio, coriandre et sauce tahini.

# SOUPES

## 5 RECETTES À DÉCOUVRIR TOUT AU LONG DE LA SAISON



### **Soupe lentilles corail curry lait de coco VEGAN**

D'inspiration Indienne, elle est composée de lentilles corail, lait de coco, mélange d'épices et curry. Elle constitue une bonne source de protéines, idéale pour les végétariens.

### **Soupe butternut gingembre et lait de coco VEGAN**

Aux inspirations Thaï, elle est composée de courge butternut, lait de coco, pomme de terre, citronnelle et gingembre.

### **Soupe courgette cream cheese**

Soupe à la courgette, crémeuse grâce à sa touche de cream cheese (fromage frais nature).

### **Soupe petit pois menthe**

Composée de petit pois, pomme de terre, courgette, poireaux et d'une pointe de crème, avec des notes fraîches de menthe.

### **Soupe potiron parmesan**

Délicieuse soupe fromagère avec du parmesan et du cheddar mélangé avec du potiron et des carottes.

## DESSERTS NOUVEAUTÉS



### **COOKIE AUX ÉCLATS DE CAMEL BEURRE SALÉ D'ISIGNY**

Une touche de gourmandise avec des éclats de caramel au beurre d'Isigny et au sel de guérande (farine, beurre, crème et sucre d'origine France). *Pâtisserie sans conservateurs*

### **COMPOTE POMME VANILLE ET SPÉCULOOS**

Ce dessert associe la douceur de la pomme et de la vanille avec le croquant du spéculoos.

### **SHAKER KIWI MYRTILLES**

Mélange de fruits frais composé de kiwis et de myrtilles.

## 3 BOWLS SIGNATURES DE SAISON



### **CHICH'ENDIVES VEGAN**

Mesclun, boulgour complet bio, betterave crue râpée, champignons de Paris, endives, houmous extra, falafels de pois chiches , mix de graines & fruits secs et huile d'olive & quartier de citron.

### **SAU'MON CHOU**

Pousses d'épinard, trio de riz de Camargue bio, carottes rapées, edamame , chou rouge mariné, saumon cru , avocat, ciboulette et sauce miso.

### **MOZZA'BELLA**

Mâche, pâtes, tomates cerises, champignons de Paris, kale mariné, tomates confites, Mozzarella di Bufala AOP, coppa, oignons frits et sauce pesto.

**A propos de JOUR :**

JOUR est né en 2003 avec pour ambition d'offrir une véritable alternative à la restauration rapide traditionnelle du midi, pour permettre à tous de ne plus faire le choix entre manger rapidement et sainement, tout en se faisant plaisir ! En ouvrant le premier "Salad Bar" en France et avec plus de 30 restaurants aujourd'hui dont 16 franchisés, JOUR garantit l'originalité et l'authenticité de ses recettes, en phase avec les attentes de ses clients et dans les tendances culinaires du moment. Des salades copieuses et gourmandes à composer ou des recettes signatures sont élaborées tous les jours pour répondre aux exigences de chacun : végétariens, végétaliens, intolérants au gluten ou au lactose.