



MENU

CRÉE TON PROPRE POKE

-  Moyen - 1 base, 1 protéine, 3 toppings, 2 touches finales, 2 sauces \$190
 Grand - 2 bases, 2 protéines, 4 toppings, 3 touches finales, 2 sauces \$230

BASES



riz blanc
riz complet
riz à sushi
quinoa +5
nouilles de courgette (K)
riz de chou fleur +5
nouilles japonnaises +5 (K)

PROTÉINES



thon
thon spicy
saumon +15
saumon spicy +15
crevettes
crevettes panées
poulet
poulet pané
tofu mariné (V)
boeuf

Protéine cuite:
\$10 pesos

Extra: \$50 pesos

TOPPINGS



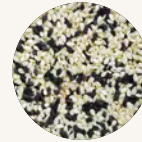
avocat
concombre
oignons frites
pois chiches sauce soja
tomates cerise
algue wakame
edamames
carotte
maïs
courgette
germe de soja
ananas
mangue*

fromage Philadelphia
salade de crabe
chou rouge
algue seaweed +15

Extra: \$15 pesos

Bol chaud /
protéine cuite
+\$10

TOUCHES FINALES



sésame
ciboulette
gingembre
cacahouètes
graines de tournesol
piment serrano
coriandre
furikake
algue nori
peau de saumon crispy
graines de courge
chips de manioc
pâte à wonton croustillante

Extra: \$5 pesos

SAUCES



sauce soja
sauce soja-citron
sauce soja pimentée
teriyaki
sauce soja sucrée
mayo chipotle
mayo wasabi
sauce cacahouète
tamarin épicé
salsa macha (V)
avocat-piment (V)

Extra: \$10 pesos



*en saison

vegan (V)

keto (K)

MENU

POKE BOWLS



EL CONSENTIDO
Riz blanc, saumon, avocat, mangue*,
concombre, salade de crabe, sésame,
ciboulette
🥄 sauce soja-citron, mayo chipotle

 
Moyen | Grand

\$200 | \$240



EL TROPICOSO 🌶️
Riz blanc, thon spicy, avocat, concombre,
edamames, ananas, graines de tournesol,
ciboulette
🥄 sauce soja-citron, tamarin épicé

\$180 | \$220



EL ATREVIDO 🌶️
Riz blanc, boeuf, avocat, fromage
Philadelphia, oignons frits, maïs,
piment serrano, coriandre
🥄 sauce soja, avocat-piment

\$170 | \$210



EL SUAVECITO
Riz blanc, crevettes panées, avocat,
tomates cerise, edamames, fromage
Philadelphia, cacahouètes, sésame
🥄 teriyaki

\$190 | \$230



EL PECHUGÓN 🌶️
Riz blanc, poulet, avocat, fromage
Philadelphia, carotte, oignons frits,
piments serrano, sésame
🥄 teriyaki

\$170 | \$210



EL POKETO (K)
Riz de chou fleur, thon, avocat, germe de soja,
tomates cerise, fromage Philadelphia,
graines de tournesol, sésame
🥄 sauce soja, salsa macha

\$200 | \$240

SMOOTHIES 🌱

\$90

-  **EL FRESABROSO**
mangue & fraise
-  **EL MANÍ-FICO**
beurre de cacahuète, banane & avoine
-  **EL SÚPER CHOCO**
fraise, cacao & beurre de cacahuète
-  **EL TROPICAL**
mangue & ananas
-  **EL EXÓTICO**
avocat, ananas & vanille
-  **EL BERRY MUCHO**
fruits rouges & banane

CHOISIS LA BASE: lait d'amande, lait
de coco, lait sans lactose, eau

SUPPLÉMENT PROTÉINE: +\$30

ENTRÉES

SASHIMI DE THON	\$100
SASHIMI DE SAUMON	\$120
EDAMAMES	\$80
CREVETTES PANÉES	\$90
POULET PANÉ	\$80
SALADE DE CRABE	\$70
BABY POKE	\$100

BOISSONS

AGUA DEL DÍA - eau avec des fruits. Avec ou sans sucre	\$30
EAU PLATE EAU GAZEUSE	\$30
COCA COLA - original et light	\$35
SODA AUX FRUITS - litchi, citron-concombre, fruit de la passion	\$60
EAU DE COCO	\$55
KOMBUCHA	\$90
KUNKO YERBA MATE - thé glacé énergisant	\$60
EXPRESSO	\$40
ALLONGÉ	\$45
LAIT	\$10

