

## Fajitas

### Veggie

10,90€

Nuggets veggie (Happy Vore)  
à base de pois chiche.

### Echine de Porc *Un must !*

10,90€

Effiloché d'échine de porc (Origine France),  
riz et fromage.

### Poulet *Le Classique !*

10,90€

Effiloché de poulet fermier (Label Rouge), riz et fromage.

## Mamasol

### Veggie

12,50€

Galette de blé, épinards, Graines de sésame,  
Riz + Légumes

### Echine de Porc

12,50€

Effiloché d'échine de porc (Origine France),  
cuisson basse température. Riz + Légumes

### Poulet

12,50€

Effiloché de poulet fermier (Label Rouge),   
Riz + Légumes

### Poisson *(selon Marée)*

12,50€

Poisson à la vapeur avec sauce Mamasol.  
Riz + Légumes

## Plats Tradi

**Aji de Gallina** *Un must !* **14,00€**

Blanc de poulet émincé dans une sauce à base de fromage et piment parfumé, pomme de terre. Pérou

**Carnitas** *Un Classique !* **14,00€**

Viande de boeuf sauté, poivrons, herbes fraîches riz et pomme de terre au four. Pérou

**Saumon Coco Curry** **14,00€**

Pavé de saumon avec une sauce Coco-Curry, riz et légumes.

**La Purée Andine** **14,00€**

Quinoa avec du fromage fondu, des herbes fraîches, pommes de terre et Boudin noir. (Possibilité en Végétarien ou poulet). Andes

**Aguaditos** **15,00€**

Soupe de légumes maison avec Riz ou Quinoa, Légumes, pommes de terre, Végétarien, Poulet ou Porc. Grand bol

**Aguaditos Poisson** **(selon Marée)** **16,50€**

Soupe de légumes maison avec Riz ou Quinoa, Légumes, pommes de terre, Poisson et crevettes. Grand bol. (demander si disponible)

Chaque jour, notre cuisine vous réserve une surprise savoureuse et traditionnelle avec une variété de plats qui célèbrent la richesse des saveurs latino américaines.

Chaque matin, nous dévoilons le plat du jour sur notre compte Instagram.

## Desserts Classiques

<b>Fromage Frais</b>	<b>3,50€</b>
Coulis de Mangue ou fruits rouges ou autres + Speculos	
<b>Salade de Fruits</b>	<b>3,50€</b>
Ananas, kiwi, mangue, sans sucre ajouté.	
<b>Gateau Banane Chocolat</b>	<b>3,50€</b>
Banane Bio, chocolat, noisettes	
<b>Gateau Poire Amandes</b>	<b>3,50€</b>
Pouires, Amandes, cannelle	

inclus dans une formule

## Desserts Plus

<b>Cheese Cake Classique</b>	<b>4,20€</b>
Coulis de fruits et fruits frais on top.	
<b>Tiramisu</b>	<b>4,20€</b>
Au café bio (vendu sur place aussi ; )	
<b>Quesillo Canario</b>	<b>4,20€</b>
Flan Caramel des îles canaries	

+1€ dans une formule

## Jus de Fruits Frais

	25cl	55cl
<b>Vitaminé</b> Pommes, Oranges, Carottes, Gingembre Bio	3,50€	5,50€
<b>Energisant</b> Citron, Pommes, Carottes, Gingembre Bio	3,50€	5,50€
<b>POP</b> Pommes, Oranges, Poires	3,50€	5,50€
<b>Detox 1</b> Concombre, Pommes, Celeri	3,50€	5,50€
<b>Detox 2</b> Betteraves, Carottes, Persil	3,50€	5,50€

## Formule Fajitas

Fajita + Boisson **ou** Dessert 13,00€

Inclus une salade et notre fameuse vinaigrette

Fajita + Boisson + Dessert 14,50€

Inclus une salade et notre fameuse vinaigrette

+1€ avec un Dessert Plus

## Formule Mamasol

Mamasol + Boisson **ou** Dessert 14,50€

Mamasol + Boisson + Dessert 16,00€

+1€ avec un Dessert Plus

## Formule Plats Traditionnels

Tradi + Boisson **ou** Dessert 16,00€

Tradi + Boisson + Dessert 17,50€

## Boissons Soda

Coca / Coca Zéro 33cl	3,50€
Rooibos Thés	3,50€
Eau Minérale 25 cl	2,00€
Badoit 33cl	2,50€
Ginger Ale, Vita Coco	3,50€

Inclus dans un Menu

## Boissons Plus

JOMOs	3,70€
Cola CBD	3,95€

## Boissons Latino

Inca Kola 33 cl, Peru	3,80€
Guarana, Brésil, 33cl	3,80€
Frescolita, Venezuela, 33cl	3,80€
Ginger Beer, Jamaica, 33cl	3,80€
Pony Malta, Colombia, 25cl	3,50€

## Cafés & thés

Espresso Bio	(En vente en grain au magasin)	1,60€
Double Espresso Bio		3,00€
Latte		3,50€
Americano		3,20€
Noisette		2,00€
Café Bonbon from Spain		3,50€
Maté Playadito from Argentina		2,30€
Supplément lait d'avoine		0,50€

## Bières

Bière Bio 25cl	3,10€
Corona from Mexico, 33cl	3,10€
San Miguel from Spain, 33cl	3,60€
Cusqueña Blonde from Peru, 33cl	4,00€
Cusqueña Brune from Peru	4,80€
Coronoa Sunset 33Cl / 5,9°	5,90€

## La Robe du Vin – 250ml

Blanc - Sauvignon - AOP	4,20€
Rosé - Merlot Muscat - IGP	4,20€
Rouge - Grenache - IGP	4,20€

+2€ avec un plat au choix

Service inclus, prix TTC



# Mamasol

VANVES CITY | EST. 2022

## Epicerie

Café en grain 250gr - 100% Arabica Bio	5,25€
Café en grain 500gr - 100% Arabica Bio	10€
Maté Playadito 20 x Sachets	7,70€
Mangue Séchée Bio Cote d'Ivoire	2,10€
Huile de pépins de Courges de Styrie (IGP) /100ML	9,00€

## CBD

DANS UN  
MENU

10ml de huile de CBD Premium à 10%	28€	
10ml de huile de CBD Premium à 30%	72€	
Cola CBD	+1,80€	3,95€
Cookie CBD Maison	+3,00€	5,10€

Notre huile de CBD est directement importée de Suisse.  
Bio, non traitée, non diluée pour une qualité Premium. Toujours de la  
qualité il faut pour un résultat optimum.

"Merci...je revis grâce à vous..." (client)

N'hésitez pas à nous demander renseignements, nous serons ravis de vous  
aiguiller et conseiller. Soyez vigilant avec la qualité que vous achetez ;)

## Bienvenue chez MAMASOL