

Man-Riad

VEGGIE MENU

starters

Hummus 7€

*purée de pois chiches/chickpea
purée/puré de garbanzos/purea di ceci*

Veggie Mix 7€

*courgettes, poivrons et tomates grilles
grilled courgettes, peppers and tomatoes
calabacines, pimientos, tomates asados
zucchini, peperoni, pomodori grigliate*

Quinoa 7€

*avec lentilles, tomates et oignons
with lentils, tomatoes and onions
con lenticchie, pomodori e cipolle
con lentejas tomates y cebollas*

Crêpe de lentils/Lentil pancake/Frittella di lenticchie/Tortita de lentejas 7€

*avec tapenade d'olive/with olive tapenade/con tapenade di
olive/con tapenade de aceitunas*

dessert

Fruit salad 5€

*salade de fruits
macedonia
ensalada de fruta*

Orange and cinnamon 5€

*orange à la cannelle
arancia cannella
canela naranja*

Mahalabiya 6€

*pouding au lait d'avoine et fleur d'oranger
oat milk and orange blossom pudding
pudin de leche de avena y azahar
budino al latte d'avena e fiori d'arancio*

main course

Lasagna 10€

*lasagne avec carottes, courgettes, et poivrons,
lasagne with carrots, courgettes and peppers,
lasaña con zanahorias, calabacines y pimientos,
lasagne con carote, zucchini e peperoni*

Gluten-free couscous 10€

avec des légumes/with vegetables/con verdure /con vegetales

*aux raisins secs, miel, cannelle et oignons caramélisés
with raisins, honey, cinnamon and caramelised onions
con uvetta, miele, cannella e cipolle caramellate
con pasas, miel, canela y cebolla caramelizada*

Gluten-free Pasta 10€

*avec de l'ail, de l'huile d'olive et du piment
with garlic, olive oil and chilli
con ajo, aceite de oliva y guindilla
con aglio, olio e peperoncino*

*with basil, garlic, olive oil
avec basilic, ail, huile d'olive
con basilico, aglio, olio
con albahaca, ajo, aceite de oliva*

*with parmesan, butter, cream/ avec parmesan, beurre, crème
con parmigiano, burro, crema/ con parmigiano, mantequilla, nata*

Salade de riz/rice salad insalata di riso/ ensalada de arroz 10€

*salade de riz avec maïs, olive, thon et tomates/rice salad with corn, olive,
tuna and tomatoes/ensalada de arroz con maíz, aceitunas, atún y
tomates/insalata di riso con maïs, olive, tonno e pomodori*

tajine

Artichoke/Artichauts/Alcachofas/Carciofi 13€

*artichokes and peas/ artichauts et petits pois
carciofi e piselli/ alcachofas y guisantes*

Veggie 13€

*avec légumes de saison/with seasonal vegetables
con verdure di stagione/con verduras de temporada*