



100% PLANTES ET SANS GLUTEN  
SANS HUILE NI SUCRE RAFFINÉS  
INGRÉDIENTS LE PLUS BIO ET LOCAL POSSIBLE

819 769-8799 • @om.plante  
456 Rue Principale Ouest, Magog-QC  
om@om-plante.com

WWW.OM-PLANTE.COM

# Om PLANTE

## Jus pressés à froid

\$11.00

*Jus frais pressés à froid sur place dans une presse Pure Juicer*

### La Plante Verte

Pomme, concombre, céleri, épinard,  
chou frisé, citron vert, gingembre

### La Plante Dorée

Pomme, citron, curcuma

### La Plante Rouge

Ananas, orange, betterave, chou rouge,  
chou frisé rouge, betterave à carde rouge

### Melomm

Melon d'eau, fraise, basilic

### Ommrange

Carotte, orange, pomme, concombre, fenouil

### Jus surprise

Demandez-nous!

Retournez vos bouteilles en verre et gagnez  
des primes pour avoir des jus gratuits!



## Smoothies

\$12.80

*Faits avec des laits végétaux maison et des super-aliments*

### Super Omm Plante

Lait de sésame, mangue, fruit de la passion, banane, mûres blanches, chou frisé,  
pousse de tournesol, chlorella, moringa

### Chocommaca

Lait de sésame, banane, datte, cacao cru 100%, beurre d'amandes  
cruées et activées, vanille, zeste d'orange, maca

### Blue Piña Commlada

Lait de coco, ananas, citron vert, sirop d'érable, spiruline bleue

### Charbomm Café

Lait de sésame, banane, datte, tahini noir, café, charbon activé

### Omm Shanti

Lait de coco, mangue, gingembre, curcuma, cannelle, cardamome,  
sirop d'érable, raisin doré, mesquite

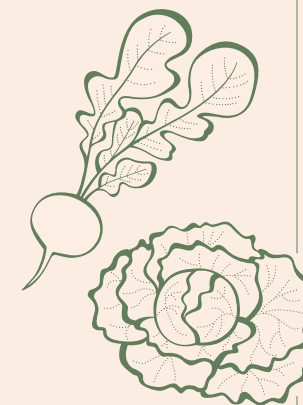
### Amazomm Forest

Lait de coco, banane, raisin doré, beurre de noix du Brésil maison, zeste de lime,  
cupuaçu, corossol, açai, camu camu

### Forest Smoothie®

Lait de graines de citrouille, fraise, framboise, bleuets, mûre, canneberge sucrée au  
jus de pomme, betterave, sirop d'érable, baie de maqui

“Chaque Forest Smoothie® plante un arbre ou protège une forêt @forestsmoothie”



## Bols Brésil - Québec

\$16.40

Garnis avec notre granommla maison et des fruits frais

### Ommmçaí Bleu

Açaí, bleuets, banane, datte, crème de chia ou de lin maison

### Ommûre Corossol

Corossol, mûre, banane, datte, crème de chia ou de lin maison

### Commpuaçu Fraise

Cupuaçu, fraise, banane, datte, crème de chia ou de lin maison

### Frambomm Goyave

Goyave, framboise, banane, datte, crème de chia ou de lin maison

Granommla extra \$1.25



## Crêpes de Tapioca Brésil

Naturellement sans gluten, faites sur place à partir de l'amidon naturel de la racine de manioc

### SALÉES

\$12.80

### SUCRÉES

\$11.00

#### Caprese Pestommm

Pesto, tomate cerise déshydraté avec Le Vieux Balsamique, frommmage blanc, roquette

#### BLT Bacommm

Bacommm de champignon, laitue, tomate, frommmage cheddar, pousses

#### Mexi Tacommm

Chilli de noix, avocat, salsa de mangues, crème sure maison, pousses

#### Champignommm et

#### Oignommm

Champignons grillés, oignons caramélisés, tomates confites, frommmage truffé, pousses

#### Ommmelette Brouillée

Tôfu brouillé, légumes de saison grillés, tomates confites, roquette

#### Saumommm Fumé

Saumommm de carotte, pickle d'oignon rouge, frommmage à la crème, aneth frais, pousses

#### Traditiommm

Beurre de noix du Brésil maison, noix de coco rapée, frommmage blanc

#### Fommmdue

Sauce au chocolat maison, banane et/ou fraise

#### Pomme

Pommes caramélisées, beurre d'amandes crues et activées, cannelle, noisettes grillées

#### Car tola à la Plante

Banane grillée, frommmage blanc, cannelle, sirop d'érable

#### Doce de Leite à la Plante

"Doce de leite" maison, frommmage blanc, noix de coco rôti



**TOUS LES FROMMMAGES ET  
GARNITURES DANS NOS CRÊPES**

**DE TAPIOCA SONT FAITES  
MAISON AVEC AMOUR**



## Nouilles de varech

Naturellement sans gluten et très bas en glucides et calories, faites uniquement de varech (une algue), d'extrait d'algues brunes et d'eau

### Pestommm

Nouilles de varech, sauce au pesto maison, parmesommm, pousses

\$17.30

### Mac Omm Cheese

Nouilles de varech, sauce cheddar maison, parmesommm, pousses

\$18.20

### Cari Omm

Nouilles de varech, sauce cari au tahini cru, tomate, carotte, épinard, pois vert, courgette, coriandre, pousses

\$20.90

### Plante Thai

Nouilles de varech, sauce thaï aux beurre d'amandes crues et activées, poivron rouge, carotte, pois vert, coriandre, pousses

\$20.90



## NUTRITION POUR L'ÂME

### Desserts pour l'âme

Crus, végétaliens et sans sucre raffiné

#### Omm Petit Bisous

Noix du Brésil, noix de coco râpée, raisin doré, beurre de noix de coco

\$2.90

#### Brownie Omm Chocolat

Amandes, noisettes, dattes, cacao cru 100%, cacao nibs, fleur de sel

\$4.25

#### Gateau Omm Carottes

Carotte, datte, noix de grenoble, épices, farine d'amande, glaçage coco lime vanille

\$5.15

#### Mousse Passiommm et Camommmille

Noix de cajou, fruit de la passion, camomille, sirop d'érable, huile de noix de coco

\$5.60

#### Tirommmisu Cheesecake

Noix de grenoble, datte, café, farine d'amande, frommmage à la crème, sirop d'érable, huile de noix de coco, citron, sel, vanille, ganache de chocolat maison

\$6.50

**PLUS D'OPTIONS SUR PLACE**