



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

\$12.35

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, bette à carde rouge

Melommm

Melon d'eau, fraise, basilic

Ommrange

Carotte, orange, pomme, concombre, fenouil

Jus surprise

Demandez-nous!



Smoothies

\$14.15

Faits avec des laits végétaux maison et des super-aliments

Super Ommm Plante

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

Chocommmaca

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

Blue Piña Commmlada

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

Charbommm Café

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

Ommm Shanti

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

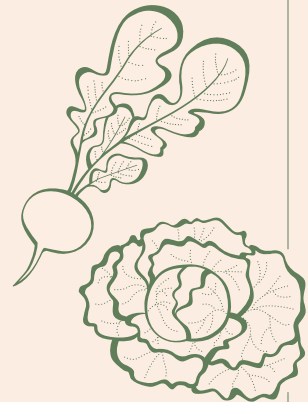
Amazommm Forest

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

\$18.20

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

\$14.15

SUCRÉES

\$12.35

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

\$19.10

Mac Omm Cheese

Nouilles de varech, sauce cheddar maison, parmesommm, pousses

\$20.90

Cari Omm

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

\$23.15

Plante Thai

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

\$23.15



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

\$3.35

Brownie Omm Chocolat

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

\$4.70

Gateau Omm Carottes

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

\$5.60

Mousse Passiommm et Camommmille

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

\$6.50

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

\$7.40

PLUS D'OPTIONS SUR PLACE