

Menu du Jour

Plats traditionnels & saveurs du monde

CUISINE SÉNÉGALAISE & INTERNATIONALE

Thiéboudieune

Riz brisé au poisson frais, légumes du marché (carotte, manioc, gombo, aubergine, chou) mijotés en sauce tomate épicée — plat national sénégalais

Mafé

Ragoût de bœuf ou de poulet à la pâte d'arachide, carottes, patate douce, aubergine — grand classique d'Afrique de l'Ouest

Soupou Kandia

Sauce gluante au gombo frais, poisson fumé, crevettes, huîtres séchées et huile de palme rouge — spécialité du sud du Sénégal

C'est Bon / Tiébou Diola

Poisson ou poulet mariné, oignons confits au citron vert et moutarde, riz diola — plat simple et savoureux de la région

Domoda

Ragoût gambien à la pâte d'arachide, tomates fraîches, curcuma et citron — cousin du mafé, plus rouge et légèrement acidulé, servi sur riz blanc

Tagine de bœuf marocain

Bœuf mijoté 2h30 aux délicieuses épices (safran, cannelle, cumin, gingembre), pruneaux confits, amandes grillées — servi avec couscous

Fricassée de poulet

Poulet fermier doré au beurre, mijoté en sauce blanche crémeuse avec champignons, lardons fumés et vin blanc

Poulet rôti

Poulet rôti au beurre aux herbes et pommes grenaille confites

Carbonade flamande

Bœuf mijoté 3h à la bière brune belge

Filet de bœuf

Tournedos rôti, le morceau le plus tendre, servi avec sauce au poivre ou bordelaise

Escalope de poisson

Filet de poisson doré au beurre et citron, pané croustillant ou en sauce crème à l'aneth

VÉGÉTARIEN

Fricassée végétarienne

Ragoût crémeux à base de carottes, de pommes de terre et de champignons, agrémenté d'herbes aromatiques et de crème végétale - onctueux et savoureux.

Couscous végétarien

Couscous aux légumes mijotés, pois chiches, tomates, harissa et épices marocaines - coloré et épicé.

Veuillez communiquer votre choix le matin, s'il vous plaît.

TOUBACOUTA · SÉNÉGAL