



# Mon Chef

Service traiteur et repas livrés  
Catering and Meal Service

Pour commander/ to order

Tel. 079 – 446 55 26

[info@monchef.ch](mailto:info@monchef.ch)

## Catalogue

Commande minimum par mets: 2 personnes.

Salade comme plat principal: prix + 5 frs

Minimum order per dish: 2 persons.

Salad as main dish: price + 5 frs.

Français	English	Prix p.p/Price par person	
<b>Entrées</b>	<b>Starters</b>		
Salade d'été aux graines de grenade et aux amandes	Summer salad with pomegranate and almonds	CHF	9.90
Salade de crudités, vinaigrette aux herbes fraîches, feta	Salad with crudités and feta and a fresh herbs dressing	CHF	12.90
Salade grecque (tomates, concombre, oignons rouges, feta)	Greek salad (tomatoes, cucumber, red onions, feta)	CHF	12.90
Salade espagnole aux poires, tomates, câpres, oignon rouge et vinaigrette épicée	Salad with pear, tomatoes, cucumber, capers and a spicy red vinaigrette	CHF	12.90
Cocktail de crevettes à la pamplemousse rouge, sauce cognac	Shrimps cocktail, grapefruit, cognac dressing	CHF	12.90
Salade de poivrons et halloumi grillé, tomates et herbes fraîches	Salad of grilled peppers and halloumi, tomatoes and fresh herbs	CHF	12.90
Salade mexicaine aux haricots rouges, tomates, avocat et coriandre	Mexican bean salad with tomatoes, avocado and coriander	CHF	12.90
Haricots variés, oranges et feta	Beans salad with oranges and feta	CHF	12.90
Salade de quinoa aux carottes à la Marocaine avec raisins blonds, pois chiches et graines de courges	Moroccan quinoa salad with carrots, chick peas, raisins and pumpkin seeds	CHF	12.90
Salade de céleri, dattes, ananas et pommes, sauce crémeuse	Celery - date salad with apple and pineapple in a creamy dressing	CHF	12.90
Salade Waldorf, poulet, céleri, pommes, bananes, ananas et noix de pécan	Waldorf salad (chicken, celery, apples, bananas, pineapple and pecans)	CHF	14.90
Salade Niçoise (salade, pommes de terre, haricots verts, tomates cerise, thon, œufs),	Salad Niçoise (salad, potatoes, green beans, cherry tomatoes, tuna, eggs),	CHF	14.90

<b>Soupe</b> Commande minimum: 4 personnes	<b>Soup</b> order: 4 persons	<b>Minimum</b>	<b>Prix /price p.p.</b>
Vélouté de tomates	Tomato soup		CHF 4.90
Vélouté de carottes au gingembre	Carrot cream soup with a touch of ginger		CHF 4.90
Soupe de courge butternut, aux pommes vertes et une touche de gingembre	Pumpkin soup with green apples and a touch of ginger		CHF 5.50
Soupe aux légumes, style Escalade	Vegetable soup 'Escalade'		CHF 5.50
Soupe à l'oignon, au cognac et croûtons au fromage	Onion soup with cognac and cheese croutons		CHF 5.50
Tom Ka Kai (Soupe Thaï au poulet, lait de coco, limettes, piments et champignons)	Tom Ka Kai (Thai chicken soup with mushrooms, coconut milk, limes and piments)		CHF 5.90
Soupe à l'indienne aux lentilles rouges, patates douces, carottes et coriandre	Indian red lentil soup with sweet potato, carrots and coriandre		CHF 5.50

<b>Viande et volaille</b> Provenance : Suisse. Chaque repas est servi avec du riz ou des pommes de terres et des légumes de saison	<b>Meat and poultry</b> Provenance: Switzerland The meals will be served with rice or potatoes and seasonal vegetables.	<b>Prix p.p./Price p.p.</b>
Emincé de bœuf Stroganoff révisité, sauce épicée au vin rouge, courgettes champignons et poivrons	Beef Stroganoff revisited with zucchini, mushrooms and peppers in a creamy red wine sauce	CHF 21.90
Goulasch hongroise (bœuf, poivrons, tomates, crème fraîche, pommes de terre).	Hungarian Goulash (beef, peppers, tomatoes, sour cream, potatoes) rice	CHF 21.90
Lasagne à la Bolognese (bœuf haché, courgettes, champignons, poivrons, tomates, sauce béchamel)	Lasagna Bolognese (minced meat, tomatoes, zucchini, peppers, mushroom and béchamel sauce)	CHF 19.90
Emincé de veau à la Zurichoise (champignons, sauce crémeuse au vin blanc).	Veal à la Zürich (thin slices of veal in a creamy white wine sauce with mushrooms)	CHF 23.90
Rôti filet de porc aux herbes fraîches (commande min. 4 pers)	Roast of herb-crusted filet de pork (min. order 4 persons)	CHF 21.90
Poulet au curry, ananas, amandes	Chicken Hawaii in a creamy curry sauce with pineapple and almonds	CHF 19.90
3 pilons de poulet grillés épicés	3 spicy grilled drumsticks (chicken)	CHF 21.90

<b>Viande et volaille</b> <b>Provenance : Suisse</b>	<b>Meat and poultry</b> <b>Provenance: Switzerland</b>	<b>Prix p.p./Price p.p.</b>
2 brochettes poulet Tikka grillés (poulet épicé, poivrons, oignon). Riz cantonais	Chicken Tikka, grilled spicy chicken with peppers and onions. Fried rice.	CHF 21.90
Curry de poulet au lait de coco.	Chicken in a spicy coconut sauce	CHF 19.90
Spaghetti à l'aubergine et aux poivrons. Boulettes de viande (bœuf)	Spaghetti with an aubergine - peppers sauce. Small meat balls (beef)	CHF 19.90
Boulettes de printemps (bœuf, herbes fraîches, parmesan) à la sauce tomates - orange	Spring meat balls (beef, fresh herbes, parmigiano) in tomato - orange sauce.	CHF 19.90
Gratin dauphinois et saucisson vaudois	Gratin of potatoes and sausage vaudois	CHF 18.90
Papette vaudois	leeks and potatoes cooked in wine, with sausage vaudois	CHF 18.90
Nasi Goreng au poulet (riz Indonésien)	Nasi Goreng with chicken (Indonesian fried rice)	CHF 19.90

<b>Poissons</b> <b>Provenance selon arrivage</b>	<b>Fish</b> <b>Provenance: depending on arrivals</b>	<b>Prix p.p./ price p.p.</b>
Cabillaud à la sauce au vin blanc et aux raisins frais	Codfish in a white wine sauce with fresh grapes	CHF 23.90
Cabillaud aux citron	Codfish with lemon	CHF 22.90
Cabillaud au curcuma, courgettes et poivrons	Codfish with curcuma, zucchinis and peppers	CHF 22.90
Truite saumonée, sauce à l'aneth	Salmon trout with dill sauce	CHF 22.90
Saumon aux herbes fraîches	Salmon with fresh herbs	CHF 22.90
Curry rouge aux crevettes et à la mangue (patates douces et pois chiches)	Shrimps in red curry sauce with mango, sweet potato and chick peas	CHF 21.90
Salade de fusili au pesto, thon, poivrons et olives	Pasta salad with pesto, tuna, peppers and olives	CHF 14.90

Végetarien	Vegetarian	Prix p.p./price p.p.
Brochettes de légumes grillés, riz oriental (riz basmati et riz sauvage, oignons frits, pois chiches, herbes fraîches)	Grilled vegetable skewers and oriental rice (basmati and wild rice, fried onions, chickpeas and herbs)	CHF 21.90
Grosses coquilles de pâtes farcies aux légumes et mozzarella	Big pasta shells stuffed with vegetables	CHF 21.90
Risotto aux champignons, légumes de saison	Risotto with mushrooms, seasonal vegetables	CHF 21.90
Risotto aux asperges vertes, parmesan et amandes	Risotto with green asparagus, parmesan and almonds	CHF 22.90

Accompagnements	Side dishes	Prix/price p.p.
Pain montagnard grillé à l'ail	Grilled mountain bread with garlic	CHF 3.00
Pain libanais	Lebanese flat bread	CHF 3.00
Riz	Rice	CHF 3.00
Riz cantonnais	Fried rice	CHF 5.90
Gratin dauphinois	Gratin of potatoes	CHF 7.90
Légumes de saison	Seasonal vegetables	CHF 6.90
Pommes de terre sautées au romarin	Sauteed potatoes with rosemary	CHF 6.90
Compote de pommes, 2.5 dl	Fresh apple sauce, 2.5 dl	CHF 3.90
Riz oriental (riz basmati et riz sauvage, oignons frits, épices, raisins secs)	Oriental rice (Basmati and wild rice, fried onions, raisins and spices)	CHF 8.90
Salade de concombre aigre - doux (Indonésien)	Sweet and sour cucumber (Indonesian salad)	CHF 7.90
Sayur lodeh, mélange de légumes à la sauce noix de coco (l'Indonésien) min. 4 pers.	Sayur Lodeh, mixed vegetables in coconut milk (Indonesian) . Minimum order 4 persons	CHF 8.90

Desserts	Desserts	Prix p.p./Price p.p.
Salade de fruits frais, sirop de limettes	Fruit salad, lime dressing	CHF 7.90
Carpaccio d'ananas	Pineapple carpaccio	CHF 5.50
Ananas flambées au Rhum	Pineapple flambée with rum	CHF 5.50
Ananas grillé à la crème cannelle	Grilled pineapple with cinnamon cream	CHF 5.50
Coupe Romanoff (fraises, crème mascarpone)	Coupe Romanoff (strawberries, mascarpone cream)	CHF 7.90
Panna cotta, coulis de fruit rouge	Panna cotta with red fruit coulis	CHF 7.90
Crêpes Suzettes, flambées au Grand Marnier, sauce à l'orange	Crêpes Suzette, flambées with Grand Marnier, orange sauce	CHF 7.90
Tiramisu	Tiramisu	CHF 7.90
Trifle à la mangue	Mango Trifle	CHF 7.90

Desserts	Desserts	Prix /price
Mousse au chocolat, 4 - 6 personnes	Chocolate mousse	CHF 25.00
Mousse au café, 4 - 6 personnes	Mocca mousse	CHF 25.00
Mousse au citron 4 - 6 personnes	Lemon mousse	CHF 25.00

Les gâteaux	Cakes	
Cupcakes au matcha (thé vert), aux amandes et framboises, 10 pcs	Matcha and almond raspberry cupcakes, 10 pcs	CHF 30.00
Cake au citron, glaçage citron, 8 pers	Lemon cake with lemon icing	CHF 22.00
Cake aux noix de pécan et aux bananes, 8 pers.	Banana pecan cake, 8 persons	CHF 22.00
Gateau au Tiramisu, 8 personnes	Tiramisu cake, 8 persons	CHF 35.00
Gâteau aux pommes, façon crumble 4 pers.	Apple crumble 4 persons	CHF 22.00
Gâteau aux canneberges et aux patates douces, 10 - 12 personnes	Cranberries - sweet potato cake, 10 - 12 persons	CHF 35.00
Cheese cake au citron, coulis de fruits rouge, 8 personnes	Lemon cheese cake, red fruit coulis, 8 persons	CHF 30.00
Sablé au beurre (néerlandais), 8 pers	Buttercook, dutch speciality, 8 persons	CHF 18.00

L'apéro	Party snacks	Prix/price 20 pcs
flûtes au gruyère – piment, pavot et cumin	Puff pastry sticks gruyère – piment, poppy seed and cumin	CHF 16.00
Pain montagnard grillé à l'ail	Grilled mountain bread with garlic	CHF 16.00
Mini quiches au fromage et lardons	Mini quiches with cheese and bacon	CHF 20.00
Mini quiches aux légumes	Mini quiches with vegetables	CHF 20.00
Empanadas farcies à la dinde	Turkey Empanadas	CHF 60.00
Dattes farcies au fromage frais, noix et graines de grenades	Dates stuffed with cream cheese, walnuts and pomegranate.	CHF 20.00
Brochettes mozzarella, tomates séchés, olives, basilic	Bocconcini skewers (mozzarella, dried tomato, olives and basil)	CHF 24.00
boulettes de boeuf épicées	spicy meatballs	CHF 20.00
Quésadilles au jambon cru et fromage	Quesadillas cheese - prosciutto	CHF 50.00
Rouleaux au jambon cru, poire et gorgonzola	Prosciutto, pear and gorgonzola rolls	CHF 36.00
Canapés assortis	Selection of canapés (mini open sandwiches)	CHF 36.00
plateau légumes à tremper pour 10 personnes	crudités to dip for 10 persons	CHF 30.00

Dips	Dips	Prix/Price 2,5 dl
Guacamole	Guacamole	CHF 5.90
Tzaziki	Tzaziki	CHF 5.90
Sauce cocktail au cognac	Cocktail sauce cognac	CHF 5.90
Sauce à l'ail et aux herbes	Garlic - herbs sauce	CHF 5.90
houmous	hummus	CHF 5.90

fête d'enfants	children's party	Prix/Price
Quatre quarts aux pommes - glaçage citron - confetti 8 - 10 personnes	Round cake with apple, lemon icing and confetti decoration	CHF 25.00
Cake glaçage confetti - petits cœurs ou smarties 8 - 10 personnes	Cake with icing and confetti, hearts or smarties decoration	CHF 22.00
4 pommes d'amour (pommes couvertes de chocolat)	4 Pommes d'amour (apples on a stick with a chocolate coating)	CHF 12.00
10 brochettes de fruits frais avec guimauves et décoration chocolat	10 fresh fruit skewers with marshmallows and chocolate dripping	CHF 20.00
10 cupcakes, glaçage citron avec décoration	10 colourful cupcakes	CHF 25.00

Mon Chef vous informe volontiers sur la présence possible d'allergènes dans les plats.

Mon Chef gladly informs you about the possible presence of allergens in the dishes.