



Mon Chef

Service traiteur et repas livrés
Catering and Meal Service

Pour commander/ to order

Tel. 079 – 446 55 26

info@monchef.ch

Catalogue

Mon Chef offre des rabais sur des grandes commandes.

Mon Chef offers discounts on large orders.

Français	English	Prix p.p/Price par person
Entrées Tous les vinaigrettes et sauces faite - maison	Starters All dressings are home made	
Salade Iceberg aux graines de grenade et aux amandes	Iceberg salad with pomegranate and almonds	CHF 8.90
Salade verte aux poires, gorgonzola et noix	Salad with pears, gorgonzola and walnuts	CHF 10.90
Salade douce – amère (chicorée rouge, clémentines, noix de pécan sucrés, graines de grenade)	Bitter-sweet autumn salad (red chicory, candied pecans, pomegranate and clementines)	CHF 12.90
Salade aux crudités, olives et feta, vinaigrette aux herbes fraîches	Salad with crudités and feta and a fresh herbs dressing	CHF 11.90
Salade grecque (tomates, concombre, oignons rouges, feta)	Greek salad (tomatoes, cucumber, red onions, feta)	CHF 10.90
Cocktail de crevettes à la pamplemousse rouge, sauce cognac	Shrimps cocktail, grapefruit, cognac dressing	CHF 12.90
Salade de pastèque, olives noires, menthe et feta	Salad of watermelon, black olives, mint and feta	CHF 9.90
Salade Caprese (mozzarella, tomates, basilique)	Caprese salad with tomatoes, mozzarella, and basilico	CHF 11.90
Salade de colrave aux pommes, canneberges séchés, noix et chèvre	Salad of rutabaga, apples, dried cranberries, walnuts and goat cheese	CHF 12.90
Salade verte aux noix, feta et myrtilles, sauce myrtilles - balsamique	Salad with hazelnuts, feta and blueberries with a blueberry – balsamico sauce	CHF 12.90

Salade Mexicaine aux haricots rouges, tomates, limettes, avocats et coriandre	Mexican salad with kidney beans, tomatoes, limes, avocado and coriander	CHF 11.90
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 11.90
Salade comme plat principal	Salads as main dish	Prix / price
Salade Waldorf au poulet, céleri, pommes, bananes, ananas et noix de pécan, servie avec pommes de terre sautées	Waldorf salad (chicken, celery, apples, bananas, pineapple and pecans, served with sauteed potatoes	CHF 24.90
Salade Niçoise (salade, pommes de terre, haricots verts, tomates cerise, thon, œufs)	Salad Niçoise (salad, potatoes, green beans, cherry tomatoes, tuna, eggs)	CHF 24.90
Salade Niçoise végétarien (salade, pommes de terre, haricots verts, tomates cerises, halloumi grillé, graines de grenade)	Vegetarian Niçoise salad with potatoes, green beans, cherry tomatoes, grilled halloumi cheese, pomegranate seeds	CHF 24.90
Salade campagnarde aux lardons, œufs, croutons et emmenthal	Farmers salad with bacon cubes, eggs, croutons and emmenthal	CHF 21.90
Salade de couscous aux pois chiches, poivrons, concombre et menthe (végé), servi avec de tzaziki	Couscous salad with chick peas, peppers, cherry tomatoes, cucumber and parsley (vegetarian), served with tzaziki	CHF 24.90

Soupe Commande minimum: 4 personnes	Soup Minimum order: 4 persons	Prix /price p.p.
Potage Bonne Femme (poireaux – carottes – oignons)	Leek – carrots and onions soup	CHF 5.90
Soupe de courge butternut, aux pommes vertes et une touche de gingembre	Pumpkin soup with green apples and a touch of ginger	CHF 5.90
Soupe aux légumes, style Escalade	Vegetable soup 'Escalade'	CHF 5.90
Minestrone (légumes, haricots blancs, cornettes, lard). Version végétarien possible	Minestrone (vegetables, white beans, macaroni, bacon). Vegetarian minestrone possible.	CHF 8.90
Soupe à l'indienne aux lentilles rouges, patates douces, carottes et coriandre	Indian red lentil soup with sweet potato, carrots and coriander	CHF 5.90

Potage poireaux – patates douces et lait de coco	Leek – sweet potato and coconut soup	CHF	5.90
Potage carottes – curry – lait de coco	Carrot - curry - coconut soup	CHF	5.90
Soupe aux légumes, poulet et aux vermicelles	Chicken soup with vegetables and vermicelli	CHF	5.90

Viande et volaille Provenance : Suisse. Chaque repas est servi avec du riz ou des pommes de terres et des légumes.	Meat and poultry Provenance: Switzerland Meals served with rice or potatoes and vegetables.	Prix p.p./Price p.p.	
Emincé de bœuf Stroganoff révisité, sauce épicée au vin rouge, courgettes champignons et poivrons	Beef Stroganoff revisited with zucchinis, mushrooms and peppers in a creamy red wine sauce	CHF	23.90
Bœuf Bourguignon au vin rouge, carottes, champignons et lardons	Beef Bourguignon prepared in red wine, with mushrooms, bacon cubes and carrots	CHF	24.90
Goulasch hongroise (bœuf, poivrons, tomates, crème fraîche, pommes de terre).	Hungarian Goulash (beef, peppers, tomatoes, sour cream, potatoes) rice	CHF	22.90
Hachis Parmentier (viande hachée de boeuf, oignons, pommes)	Gratin of minced meat, onions and apples and mashed potatoes	CHF	22.90
Parmentier au bœuf braisé, chou rouge et pommes	Gratin of beef, red cabbage, apples and mashed potatoes	CHF	24.90
Boulettes de la viande hachée de boeuf à la sauce tomates	Meat balls (beef) in tomato sauce,	CHF	22.90
Chili con carne (viande hachée de boeuf, poivrons, haricots rouges)	Chili con carne (minced meat, peppers, kidney beans)	CHF	21.90
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	25.90
Emincé de dinde à la Zurichoise (champignons, sauce crémeuse au vin blanc).	Turkey filet à la Zurich (thin slices of chicken filet in a creamy white wine sauce with mushrooms)	CHF	22.90
Rôti de veau, sauce crémeuse au vin blanc	Roast of veal, creamy white wine sauce	CHF	25.90
Rôti filet de porc, sauce madère, sauce moutarde ou sauce Cognac – poivre verts	Roast of filet de pork with a madeira sauce, mustard sauce or Cognac green pepper sauce	CHF	25.90
Filet mignon de porc, sauce crémeuse aux poivrons	Filet mignon of pork in a creamy pepper sauce	CHF	24.90

Poulet au curry, ananas, amandes	Chicken Hawaii in a creamy curry sauce with pineapple and almonds	CHF	22.90
Emincé de poulet à la sauce aigre – douce aux légumes	Thin slices of chicken in a sour-sweet sauce with vegetables	CHF	23.90
Emincé de porc à la sauce aigre – douce aux légumes	Thin slices of pork in a sweet and sour sauce with vegetables	CHF	23.90
Moussaka Grecque (viande hachée de bœuf, tomates, aubergine, béchamel, pommes de terre)	Greek Moussaka (minced meat beef, tomatoes, eggplant, béchamel, potatoes)	CHF	23.90
Brochette de filet mignon de porc grillé aux poivrons, lardons et oignons	Pork filet skewers with peppers, bacon and onions	CHF	24.90
Brochette de poulet grillé aux poivrons et oignons	Grilled chicken skewers with peppers and onions	CHF	23.90
Pilons de poulet collants – épicés, riz et légumes	Sticky and spicy drumsticks, rice and vegetables	CHF	22.90
Lasagne à la Bolognaise (bœuf haché, courgettes, champignons, poivrons, tomates, sauce béchamel)	Lasagna Bolognese (minced meat, tomatoes, zucchinis, peppers, mushroom and béchamel sauce)	CHF	22.90
Gratin dauphinois et saucisson vaudois	Gratin of potatoes and vaudois sausage	CHF	22.90
Papet Vaudois	Leeks and potatoes cooked in wine, with Vaudois sausage	CHF	22.90
Nasi Goreng au poulet (riz Indonésien), aux tranches d'omelette et seroendeng (cacahuète –noix de coco)	Nasi Goreng with chicken (Indonesian fried rice), omelet and seroendeng (peanut-coconut)	CHF	24.90
Bœuf rendang (ragoût de bœuf mijoté aux épices et piments Indonésien, épicé)	Beef Rendang (Indonesian style braised beef), spicy.	CHF	24.90
Ragoût de porc mijoté aux épices Indonésien.	Indonesian style braised pork	CHF	23.90
Poissons Provenance selon arrivage Chaque repas est servi avec du riz ou des pommes de terre et des légumes	Fish Provenance: depending on arrivals Meals are served with rice or potatoes and vegetables	Prix p.p./Price p.p.	
Cabillaud à la sauce moutarde - estragon	Codfish in a creamy mustard tarragon sauce	CHF	25.90
Cabillaud au curcuma, courgettes et poivrons	Codfish with curcuma, zucchinis and peppers	CHF	25.90
Suprême de saumon à la sauce Noilly Prat	Salmon with a Noilly Prat sauce	CHF	25.90
Penne au suprême de saumon, sauce crémeuse au vin blanc et à l'aneth, légumes de saison	Penne with saumon filet in a creamy dill – white wine sauce, served with vegetables	CHF	25.90

Penne à la sauce crémeuse au saumon fumé	Penne in a creamy sauce with smoked salmon	CHF	21.90
Crevettes au curry rouge à la mangue et aux patates douces et pois chiches	Shrimps in red curry sauce with mango, sweet potato and chick peas	CHF	22.90
Végetarien	Vegetarian	Prix p.p./price p.p.	
Brochette de légumes grillés (aubergine, courgette, poivrons, courge, ananas, maïs) servi avec riz oriental (riz basmati, oignons frits, pois chiches et herbes fraîches) et sauce à l'ail et herbes fraîches commande minimum : 4 personnes	Grilled vegetable skewer (eggplant, zucchini, pumpkin, peppers, pineapple, corn on the cob) and oriental rice (basmati rice, fried onions, chickpeas and herbs) and garlic-herbs sauce , minimum order 4 persons	CHF	26.90
Penne alla Nonna (sauce tomates aux aubergines grillés, piments et gruyère)	Penne alla Nonna (tomato sauce with grilled eggplant, piment et gruyere cheese)	CHF	21.90
Risotto aux champignons, légumes de saison	Risotto with mushrooms, seasonal vegetables	CHF	22.90
Risotto aux asperges vertes, servi avec de betterave rôtis au four	Risotto with green asparagus, served with roasted beetroot	CHF	24.90
Ragoût de champignons, affiné au Cognac	Ragout of mushrooms with a splash of Cognac	CHF	24.90
Ragout de patate douce, courgette, pois chiches et noix de coco	Sweet potato, zucchini , chick peas and coconut stew	CHF	22.90
Aubergines alla Parmigiana (gratin d'aubergines grillés aux tomates et parmesan	Eggplant alla Parmigiana) layers of grilled eggplants and parmesan cheese in a tomato sauce	CHF	23.90
Raclette avec brochettes de pommes de terre, servi avec une salade	Melted raclette cheese and potato skewers, served with a salad	CHF	22.90
Chili sin carne, (haricots rouges, haricots borlotti, pois chiches, tomates, piments) servi avec quinoa	Chili without carne (kidney beans, borlotti beans, chick peas, piment, peppers, tomatoes)	CHF	21.90
Tian d'aubergines, tomates, pommes de terre et mozzarella, nappé à la sauce basilic	Tian of eggplant, tomatoes, potatoes and mozzarella, topped with basil sauce	CHF	23.90
Strudel aux légumes et penne à la sauce tomates	Strudel with vegetables and penne in tomato sauce	CHF	23.90
Accompagnements	Side dishes	Prix/price p.p.	
Pain montagnard grillé à l'huile d'olive	Grilled mountain bread with olive oil	CHF	4.00
Riz	Rice	CHF	3.00
Riz cantonais	Fried rice	CHF	10.90

Riz oriental (riz basmati, oignons frits, épices, pois chiches, raisins secs, herbes fraîches) ordre minimum 4 personnes	Oriental rice (Basmati rice, fried onions, raisins, spices, chick peas and fresh herbes), minimum order 4 persons	CHF	12.90
Gratin dauphinois	Gratin of potatoes	CHF	10.90
Country potatoes	Country potatoes	CHF	7.90
Pomme de terre cuite au four	Baked potato	CHF	5.90
Pommes de terre sautées au romarin	Sauteed potatoes with rosemary	CHF	8.90
Légumes de saison	Seasonal vegetables	CHF	7.90
Garniture Indonésien (seroendeng: cacahuètes – noix de coco, chips de crevettes, oeufs dur ou omelette)	Indonesian side dishes : seroendeng : peanuts – coconut sprinkles, prawn crackers, hard boiled eggs or omelet)	CHF	5.00
Salade de concombre aigre – douce épicée (Indonésien)	Spicy sweet and sour cucumber (Indonesian salad)	CHF	7.90
Sayur lodeh, mélange de légumes à la sauce noix de coco (l'Indonésien) min. ordre 4 pers.	Sayur Lodeh, mixed vegetables in coconut milk (Indonesian). Minimum order 4 persons	CHF	9.90
Mélange de légumes sautés	Stir-fried vegetables	CHF	8.90

Desserts	Desserts	Prix p.p./Price p.p.
Salade de fruits frais, sirop de limettes	Fruit salad, lime dressing	CHF 8.90
Brochette de fruits au chocolat (ordre minimum : 6)	Fruit skewer with chocolate drippings (minimum order 6 pcs)	CHF 4.50
Eton Mess (fraises ou framboises, meringues, crème Mascarpone, coulis de fruits rouges)	Eton Mess (strawberries or raspberries, meringues, Mascarpone cream, red fruit sauce)	CHF 8.90
Carpaccio d'ananas	Pineapple carpaccio	CHF 7.90
Ananas flambées au Rhum	Pineapple flambée with rum	CHF 7.90
Ananas grillé à la crème cannelle	Grilled pineapple with cinnamon cream	CHF 7.90
Coupe Mangue, framboises et noix de coco	Coupe Mango, raspberries and coconut	CHF 7.90
Panna cotta, coulis de fruit rouge, min. 4 personnes	Panna cotta with red fruit coulis, minimum order 4 persons	CHF 8.90
Bateau aux myrtilles et fromage à la crème (feuilleté)	Blueberry boat with cream cheese (puff pastry)	CHF 5.90
Feuilleté à la pomme	Puff pastry with apple	CHF 5.50
Bateau aux myrtilles (feuilleté)	Blueberry boat (puff pastry)	CHF 6.00
Tiramisu	Tiramisu	CHF 7.90
Mousse au chocolat, crème chantilly et amandes, minimum : 4 personnes	Chocolate mousse with clotted cream and almonds, minimum order 4 persons	CHF 7.90

Les gateaux	Cakes	Prix /price
Cheese cake au citron, coulis de fruits rouge, 10 personnes	Lemon cheese cake, red fruit coulis, 10 persons	CHF 40.00
Parfait au moka, gingembre et meringues, servi avec un coulis de fruits rouges, 10 - 12 personnes	Frozen mocha, ginger and meringue cake, served with a coulis of red fruit	CHF 45.00
Cake au citron, glaçage citron, 10 pers	Lemon cake with lemon icing, 10 persons	CHF 33.00
Cake aux noix de pécan et aux bananes, 10 pers.	Banana pecan cake, 10 persons	CHF 35.00
Gâteau aux pommes, crumble aux amandes, 4 – 6 pers.	Apple crumble with almonds , 4 – 6 persons	CHF 35.00
Gâteau aux abricots, crumble aux amandes, 4 – 6 personnes	Apricot crumble with almonds, 4 – 6 persons	CHF 35.00
Speculoos farcie à la pâte d'amande, 8 personnes	Speculoos with marzipan, 8 persons	CHF 32.00
Galette hollandaise, 8 personnes	Dutch cake, 8 personnes	CHF 24.00

L'apéro	Party snacks	Prix/price
20 flûtes au gruyère – piment, pavot et cumin	15 Puff pastry sticks gruyère – chili, poppy seed and cumin	CHF 15.00
tranches pain montagnard grillé à l'huile d'olive	Slices of grilled mountain bread with olive oil	CHF 4.00
15 Mini quiches au fromage et lardons	Mini quiches with cheese and bacon	CHF 37.50
15 Mini quiches aux légumes	Mini quiches with vegetables	CHF 37.50
Quiche aux poireaux, champignons et lardons Ø 28 cm (8 pers)	Leek and mushroom pie, Ø 28 cm (8 pers)	CHF 42.00
Quiche provençale aux légumes (végé) Ø 28 cm (8 pers)	Pie provençale with vegetables Ø 28 cm (8 pers)	CHF 45.00
15 mini club sandwiches	12 mini club sandwiches	CHF 45.00
15 Dattes farcies au fromage frais et noix	Dates stuffed with cream cheese and walnuts	CHF 24.00
15 Brochettes mozzarella, tomates cerises, olives et basilic	Bocconcini skewers (mozzarella, cherry tomatoes, olives and basil)	CHF 24.00
20 Canapés, 2 sortes parmi les choix suivants : <ul style="list-style-type: none"> • Ham – asperges • crudités- oeuf • chèvre – fruits rouge • courgettes grillés – parmesan • saumon fumé 	20 canapés, 2 different sorts, choice of <ul style="list-style-type: none"> • Ham – asparagus • crudités- egg • goat cheese – red fruit • grilled zuchinis – parmesan • smoked salmon 	CHF 40.00

plateau légumes à tremper	crudités to dip	CHF	46.00
Plateau paté, salami, fromage, 10 personnes	Tray with patés, salami and cheese, 10 persons	CHF	65.00

Dips	Dips	Prix/Price 40 cl	
Guacamole	Guacamole	CHF	12.90
Tzaziki	Tzaziki	CHF	8.90
Sauce cocktail au cognac	Cocktail sauce cognac	CHF	8.90
Sauce à l'ail et aux herbes	Garlic - herbs sauce	CHF	8.90
houmous	hummus	CHF	8.90

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.