



# ALLERGÈNE SUSHIS BAR FLERON

2023-2024

## SUSHIS :

- Poissons : il est important de noter que tous les types de sushis contiennent du poisson, et que le type de poisson utilisé peut varier selon le plat. Les poissons couramment utilisés dans les sushis comprennent le saumon, le thon, le maquereau, la dorade, le bar, la sole, la seiche, etc.
- Crustacés : certains types de sushis contiennent des crevettes ou des langoustines.
- Oeufs : le tamagoyaki, une omelette japonaise sucrée, est souvent utilisé comme garniture dans les sushis.
- Soja : la sauce soja est utilisée pour assaisonner les sushis.

## MAKIS :

- Poissons : les makis contiennent généralement du poisson, qui peut varier selon le type de maki. Les poissons couramment utilisés dans les makis comprennent le saumon, le thon, le maquereau, la dorade, le bar, la sole, la seiche, etc.
- Céréales contenant du gluten : les makis contenant du tempura, une friture japonaise à base de farine, peuvent contenir du gluten.
- Soja : la sauce soja est souvent servie avec les makis.

## TEMAKI :

- Poissons : les temakis contiennent généralement du poisson, qui peut varier selon le type de temaki. Les poissons couramment utilisés dans les temakis comprennent le saumon, le thon, le maquereau, la dorade, le bar, la sole, la seiche, etc.
- Céréales contenant du gluten : les temakis contenant du tempura peuvent contenir du gluten.
- Soja : la sauce soja est souvent servie avec les temakis.

## NIGIRI :

- Poissons : les nigiris contiennent généralement du poisson, qui peut varier selon le type de nigiri. Les poissons couramment utilisés dans les nigiris comprennent le saumon, le thon, le maquereau, la dorade, le bar, la sole, la seiche, etc.
- Soja : la sauce soja est souvent servie avec les nigiris.

## SASHIMI :

- Poissons : les sashimis sont des tranches de poisson cru, et donc ne contiennent pas de riz ou d'autres ingrédients. Les poissons couramment utilisés pour les sashimis comprennent le saumon, le thon, le maquereau, la dorade, le bar, la sole, la seiche, etc.

## PLATS D'ACCOMPAGNEMENT :

- Arachides : la sauce satay, servie avec certains plats d'accompagnement, contient des arachides.
- Fruits à coque : certains plats d'accompagnement contiennent des noix ou des cacahuètes.
- Graines de sésame : certaines garnitures ou sauces peuvent contenir des graines de sésame.
- Céréales contenant du gluten : certains plats d'accompagnement contiennent du pain grillé ou du panko, une chapelure japon

## POKE BOWL

### P1 SALMON POKE BOWL

- Saumon : poisson
- Sauce teriyaki : soja, blé (contenant du gluten)
- Avocat
- Chou blanc
- Salade poké
- Sésame blanc et noir : sésame
- Oignon frit : oignon
- Edamame : soja

### P2 TEMPURA POKE BOWL

- Crevette tempura : crustacés, blé (contenant du gluten)
- Sauce teriyaki : soja, blé (contenant du gluten)
- Avocat
- Chou blanc
- Salade poké
- Sésame blanc et noir : sésame
- Oignon frit : oignon
- Edamame : soja

## POKE BOWL

### P3 CHICKEN POKE BOWL

- Poulet : poulet
- Sauce mayo sriracha : œuf, moutarde
- Avocat
- Chou blanc
- Salade poké
- Sésame blanc et noir : sésame
- Oignon frit : oignon
- Edamame : soja

### P4 TUNA POKE BOWL

- Thon : poisson
- Sauce teriyaki : soja, blé (contenant du gluten)
- Avocat
- Chou blanc
- Salade poké
- Sésame blanc et noir : sésame
- Oignon frit : oignon
- Edamame : soja



## POKE BOWL

### P5 CHICKEN KATSU POKE BOWL

- Poulet Katsu : poulet, blé (contenant du gluten)
- Avocat
- Concombre
- Mangue
- Salade de chou blanc
- Sauce teriyaki : soja, blé (contenant du gluten)
- Sésame noir & blanc : sésame
- Oignon frit : oignon

### P6 BEEF POKE BOWL

- Bœuf : bœuf
- Sauce mayo sriracha : œuf, moutarde
- Avocat
- Chou blanc
- Salade poké
- Sésame blanc et noir : sésame
- Oignon frit : oignon
- Edamame : soja

## POKE BOWL

### P7 SALMON & TUNA POKE BOWL

- Saumon et thon frais : poisson
- Sauce teriyaki : soja, blé (contenant du gluten)
- Avocat
- Edamame : soja
- Salade poké
- Chou blanc
- Oignon frit : oignon
- Sésame blanc et noir : sésame

### P8 VEGGIE POKE BOWL

- Avocat
- Yaourt : lait
- Maïs
- Mangue
- Chou blanc
- Sésame blanc et noir : sésame

## SPRING ROLL

S1 KATANA SPRING ROLL : Crustacés, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

S2 CRISPY CHICKEN SPRING ROLL : Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

S3 SAUMON SPRING ROLL : Poisson, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

S4 TUNA SPRING ROLL : Poisson, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

S5 FRESH SPRING ROLL : Soja, Lactose

S6 CHEESE AVOCAT SPRING ROLL : Lactose

## CROUSTI ROLL

F1 CROUSTI POULET CHEESE : Lactose, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

F2 CROUSTI BOEUF CHEESE : Lactose, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

F3 CROUSTI SAUMON CHEESE : Poisson, Lactose, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

F4 CROUSTI THON CHEESE : Poisson, Lactose, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

F5 CROUSTI VEGGIE CHEESE : Lactose, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

F6 CROUSTI POULIMIEL CHEESE : Lactose, Soja, Céréales contenant du gluten (Blé)

## SPÉCIAL ROLL

C22 YAKUZA : Crustacés, Oeufs, Soja, Moutarde, Graines de sésame, Céréales contenant du gluten (Blé)

C23 DORITO SPICY : Poisson, Soja, Moutarde, Graines de sésame, Céréales contenant du gluten (Blé)

C24 HAWAI MANGO : Soja, Moutarde, Céréales contenant du gluten (Blé)

C25 RED PEPPER BEEF : Soja, Moutarde, Graines de sésame, Céréales contenant du gluten (Blé)

C26 VEGGIE : Soja, Noix, Céréales contenant du gluten (Blé)

C27 VEGGIE HOT : Soja, Noix, Céréales contenant du gluten (Blé)

## NIGIRI

N1 SUSHI SAUMON: poisson (saumon)

N2 SUSHI SAUMON TERIYAKI: poisson (saumon)

N4 SUSHI THON: poisson (thon)

N5 SUSHI CREVETTE: crustacés (crevette)

N6 SUSHI ŒUF DE SAUMON: poisson (œuf de saumon), algue (nori)



## **MAKI**

**M1 SAUMON** : Saumon

**M2 SAUMON PIQUANT** : Saumon, sauce piquante (peut contenir des ingrédients allergènes tels que des piments, des vinaigres, des épices)

**M3 SAUMON FUMÉ CHEESE** : Saumon fumé, fromage (peut contenir des ingrédients allergènes tels que le lait, les produits laitiers)

**M4 THON** : Thon

**M5 THON PIQUANT** : Thon, sauce piquante (peut contenir des ingrédients allergènes tels que des piments, des vinaigres, des épices)

**M6 SAUMON CHEESE** : Saumon, fromage (peut contenir des ingrédients allergènes tels que le lait, les produits laitiers)

**M7 SURIMI** : Surimi (peut contenir des ingrédients allergènes tels que le poisson, le blé)

**M8 SURIMI PIQUANT** : Surimi, sauce piquante (peut contenir des ingrédients allergènes tels que des piments, des vinaigres, des épices, le poisson, le blé)

**M9 AVOCAT** : Avocat

**M10 CONCOMBRE** : Concombre

**M11 CHEESE** : Fromage (peut contenir des ingrédients allergènes tels que le lait, les produits laitiers)

## **CALIFORNIA ROLL**

**C1 SAUMON GRAVALAX** : Poisson (saumon)

**C2 NINJA HOT** : Crustacés (crevette tempura), Sésame

**C3 GOLDEN THON** : Poisson (thon)

**C4 SAUMON POKEMON** : Poisson (saumon), Sésame

**C5 SAUMON** : POISSON (SAUMON)

**C6 POULET SWEET HOT** : Œufs (mayo épicé sriracha)

**C7 POULET CHIPS** : Œufs (mayo citron)

**C8 POULET TARTUFATA** : ŒUFS (MAYONNAISE À LA TRUFFE)

**C9 SAUMON TARAMA** : Poisson (saumon fumé), Œufs (tarama)

**C10 SAUMON CHEESE** : Poisson (saumon)

**C11 LE FRENCHIE** : Poisson (foie gras)

**C12 MIEL CHEESE** : Lait (fromage de chèvre)

**C13 THON ROLL** : Poisson (thon)

**C14 SAUMON TARTARE** : Poisson (tartare de saumon), Sésame

**C15 SAUMON AVOCAT OGNIONS FRITS** : Poisson (saumon)

**C16 THON AVOCAT OGNIONS FRITS** : Poisson (thon)

**C17 LE FRENCHIE MIEL** : Poisson (foie gras)

**C18 POULET TEMPURA** : Sésame

**C19 POULET MANGUE** : Œufs (mayo spicy)

**C20 SAUMON MANGUE** : Poisson (saumon)

**C21 THON MANGUE** : Poisson (thon)

## **ENTRÉE**

**E1 GYOZA POULET** :

- Blé, Soja, Oeufs, Sésame, Poulet

**E2 GYOZA VEGETARIEN** :

- Blé, Soja, Oeufs, Sésame

**E3 BROCHETTES DE BOEUF AU FROMAGE** :

- Soja, Lactose

**E4 BROCHETTES POULET YAKITORI** :

- Soja, Sake, Poulet

**E5 BEIGNETS POULET FRIT** :

- Blé, Soja, Oeufs, Poulet

**E6 CHEESE BOWL** :

- Lait, Soja

**E6 CREVETTE TEMPURA** :

- Blé, Soja, Oeufs, Crustacés

## **ACCOMPAGNEMENTS**

**SAUCE SOJA SUCREE** :

- Soja

**SAUCE AIGRE-DOUCE** :

- Soja, Blé (si la sauce contient du vinaigre de malt)

**SAUCE SOJA SALEE** :

- Soja, Blé

**SAUCE MAYO SRIRACHA** :

- Œufs, Soja, Blé

**SALADE D'ALGUES** :

- Soja, Sésame

**GINGEMBRE** :

- Aucun allergène commun connu

**WASABI** :

- Moutarde

**EDAMAME** :

- Soja

**RIZ VINAIGRE** :

- Aucun allergène commun connu