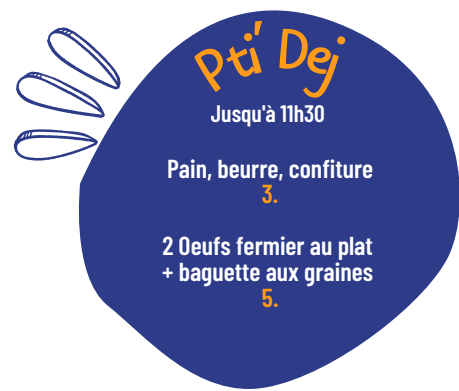


HEY MAMA
FOOD & CULTURE

PLATS SALÉS



★ JERK BOWL - 14,90. 🌶️

Plat sans gluten | Poulet Halal | Aussi disponible en version végétarienne et Végane

Riz jamaïcain (riz et haricots rouge cuit dans du lait de coco) | poulet jerk (marinade jamaïcaine maison) | épinards frais | édamame | ruban de courgette citronnés | pickles de chou rouge | plantains rôtis | salsa d'ananas

★ COLOMBO TACOS - 14,90.

Plat sans gluten | Aussi disponible en version végétarienne

3 Tortillas de maïs du restaurant BESAME MUCHO | effiloché de canard aux épices colombo | romaine croquante | salsa moyo (sauce vierge béninoise) | pickles d'échalottes | avocat | mayonnaise à la coriandre | servi avec des chips de plantain

★ YASSA BURGER - 14,90.

Poulet Halal | Aussi disponible en version sans gluten, végétarienne ou Végane

Pain Bun de notre boulanger | poulet rôti mariné au nokoss (marinade sénégalaise) | tomate coeur de boeuf | laitue croquante | sauce yassa (oignon, citron, olive verte) | pommes de terre grenailles | sauce BBQ au fruit du baobab

★ MAMA BENEDICT - 13,90.

Aussi disponible en version sans gluten

Pain aux graines de notre boulanger | pesto de feuilles de manioc | poêlée de champignons | épinards frais | oeuf fermier mollet | sauce hollandaise maison | tomates cerises rôties | huile verte | micro pousses (tournesol, radis pourpre, petit pois)

★ SHAKSHU MAMA - 13,90.

Plat disponible en version sans gluten

2 oeufs pochés | tomates | poivrons | lait de coco | huile de Dende | avocat | coriandre | sésame | servi avec 2 tranches de pain de campagne

Extras!

- Salade composée +2.
- Bacon grillé au sirop d'érable +2.
- Gravlax de truite du Heimbach +2.
- Sucuk grillé +2.
- Feta +1.
- Avocat +1.



Sugg' du jour dés 12H00

Entrée de la semaine : 5.
Plat du jour : 11.
Dessert du comptoir : 4.

E+P+D : 17.



Osez demander le piment de la Mama

Menu de la Semaine

Disponible du Lundi au Vendredi de 10h00 à 14h00 . Dernière commande cuisine à 14h00

Prix en euros ttc - Service compris - Nous demander la liste des allergènes

PLATS SUCRÉS



★ HOT BROOKIE - 8,90.

Base de brownie au chocolat aromatisé au café Touba (café arabica au poivre de sélím) | cookie au 2 chocolats | sauce chocolat maison | glace vanille de bourbon artisanale | éclats de noix de pécan

★ MAMA PANCAKES - 10,90.

Pancakes moelleux | fruits frais du moment | crème de chocolat blanc mascarpone | éclat de noisettes caramélisées | 1 sauce au choix : chocolat maison , caramel maison, speculoos, sirop d'érable

★ MANGO GRANOLA - 7,90.

Dessert disponible en version sans gluten et Vegane

Notre fameux Granola maison | Soow (fromage blanc à la sénégalaise infusée à la vanille et et fleur d'oranger) | coulis de mangue | fruits frais du moment

★ HONEY BOMB - 8,90.

Gâteau au miel madagascar | frosting mascarpone | figues fraîches | pistaches | sirop de miel | fleurs de pensée comestible

★ GONE GIRL- 9,90.

Brioche perdue de notre boulanger | crème montée infusée au citron jaune | fruits rouges (myrtilles, mûres, framboises) | gelée de fleur hibiscus maison

Menu enfant

jusqu'à 12 ans

Pancake | oeuf au plat | avocat

Riz jamaïcain | poulet rôtis | plantain | Edamame

Jus de bissap ou un sirop à l'eau

Glace vanille, éclats de pécan , sauce chocolat

Mini granola (fromage blanc, granola, mangue)

12.

BRUNCH!

Boissons chaudes à volonté*

+ 1 Boisson froide**

+ 1 Plat salé

+ 1 Plat sucré

28.

(*) Hors Lattes (+2)

(**) Hors Fruits pressés (+3) , Cocktails (+5), Bieres (+2) et vins (+3)

Menu de la Semaine

Disponible du Lundi au Vendredi de 10h00 à 14h00 . Dernière commande cuisine à 14h00

Prix en euros ttc - Service compris - Nous demander la liste des allergènes

LES BOISSONS



BOISSONS MAISON

- Bissap (hibiscus rouge, citron vert, menthe) - 4.
- Soulstorm (gingembre, ananas, vanille) - 4.
- Ice tea (feuilles de kinkeliba et pêche blanche) - 4.
- Jus de fruits pressées - 4.
 - Orange
 - Pamplemousse
 - Citron

SOFTS

- Carola bleue , Eau plate 33 cl - 3.
- Carola rouge , Eau pétillante 33 cl - 3,2
- Limonade artisanale - 3.
- Jus de Fruits Sautter : Orange - Pomme - Multifruit - 3,5
- Sirop à l'eau: Menthe - Pêche - Fraise - 2,5.
- Diabolo: Menthe - Pêche - Fraise - 3.5

CAFÉS

- Espresso - 2.
- Double espresso - 3.
- Rallongé (expresso allongé 1 fois) - 2,5.
- Americano (Double espresso allongé 2 fois) - 3.
- Cappuccino (expresso avec du lait moussé) - 3,5.
- Flat white (Double espresso avec du lait moussé) - 3,5.
- Chocolat chaud - 3,5.
- Mocaccino (expresso, chocolat, lait chaud) - 3,5.
- Thés et infusions - 3,5.
 - Nejem (thé vert, coco, ananas)
 - Tondo (thé noir, gingembre, spéculoos)
 - Massola (infusion hibiscus pomme)

BIERES - COCKTAILS - VINS

- Nos bières - 4.
 - Perles ou Bendorf du moment , 33cl,
- Nos cocktails - 8.
 - Mama Lillet: Lillet blanc, tonic, crème de mûre, bissap, citron vert, menthe,
 - Sexy MotherF*cker: Prosecco, liqueur de gingembre, fruit de la passion, vanille
 - Cardi B: Aperol, tonic, sirop de cardamome basilic maison, rondelle d'orange
- Nos vins au verre - 5.
 - Rouge /Blanc /Rosé / Prosecco, 12,5 cl nous demander

LATTES

- Latte Macchiato (lait chaud moussé et expresso renversé) - 4.
- Chaï Latte (Lait chaud aux épices: cannelle, cardamome, gingembre...) - 4.
- Dirty Chai (chai latte avec un shot d'expresso) - 5.
- Golden Latte (Lait chaud aux épices curcuma, gingembre, cannelle, muscade...) - 5.
- Blue Latte (Lait chaud à la spiruline bleu) - 5.
- Moringa Latte (Lait chaud à la poudre de moringa, cousin tropical du Matcha) - 5.
- Pink Latte (Lait chaud à la poudre de betterave) - 5.



MAMA CHEZ VOUS !

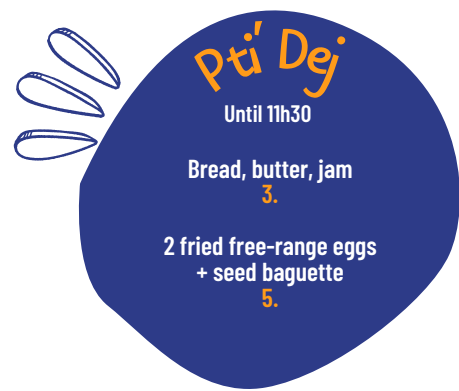
Découvrez notre corner épicerie avec nos produits fait maison et autres plaisirs gourmands à (s') offrir !



HEY MAMA

FOOD & CULTURE

SAVOURIES



★ JERK BOWL - 14,90. 🌶️

Gluten-free dish | Halal Chicken | Also available in vegetarian and vegan version

Jamaican rice (rice and beans cooked in coconut milk) | jerk chicken (homemade Jamaican marinade) | fresh spinach | edamame | lemon zucchini ribbon | red cabbage pickles | roasted plantains | pineapple salsa

★ COLOMBO TACOS - 14,90.

Gluten-free dish | Also available in a vegetarian version

3 Corn tortillas from the BESAME MUCHO restaurant | pulled duck with colombo spices | crunchy romaine | salsa moyo (Beninese virgin sauce) | pickled shallots | avocado | green goddess mayonnaise | served with plantain chips

★ YASSA BURGER - 14,90.

Halal Chicken | Also available in gluten-free, vegetarian or vegan version

Bun bread from our baker | roast chicken marinated in nokoss (Senegalese marinade) | beefsteak tomato | crisp lettuce | yassa sauce (onion, citron, green olive) | baby potatoes | baobab fruit BBQ sauce

★ MAMA BENEDICT - 13,90.

Also available in a gluten-free version

Seed bread from our baker | cassava leaf pesto | sauted mushrooms | fresh spinach | free-range soft-boiled egg | homemade hollandaise sauce | roasted cherry tomatoes | green oil | micro greens (sunflower, purple radish, pea)

★ SHAKSHU MAMA - 13,90.

Dish available in gluten-free version

2 poached eggs | tomatoes | peppers | coconut milk | dende oil | lawyer | coriander | sesame | served with 2 slices of country bread

Extras!

Mixed salad +2.

Grilled bacon with maple syrup +2.

Homemade Trout gravlax +2.

Grilled Sucuk +2.

Feta +1.

Avocado +1.

Today's special

From 12H00

Starter of the week: 5.

Dish of the day: 11.

Dessert from the counter: 4.

Full menu : 17.


If you dare
ask for
Mama's Hot chili !

WEEKLY MENU

Available Monday to Friday from 10 a.m. to 2 p.m. Last kitchen order at 2 p.m.

Price in euros including tax - Service included - Ask us for the list of allergens

SWEETS



★ HOT BROOKIE - 8,90.

Chocolate brownie base flavored with Touba coffee (arabica coffee with selim pepper) | cookies with 2 chocolates | homemade chocolate sauce | homemade bourbon vanilla ice cream | pecan slivers

★ MAMA PANCAKES - 10,90.

Fluffy pancakes | fresh fruit of the moment | mascarpone white chocolate cream | burst of caramelized hazelnuts | 1 sauce of your choice: homemade chocolate, homemade caramel, speculoos, maple syrup

★ MANGO GRANOLA - 7,90.

Dessert available in gluten-free and Vegan version

Our famous homemade Granola | Soow (Senegalese cottage cheese infused with vanilla and orange blossom) | mango coulis | seasonal fresh fruit

★ HONEY BOMB - 8,90.

Madagascar honey cake | mascarpone frosting | fresh figs | pistachios | honey syrup | edible pansy flowers

★ GONE GIRL- 9,90.

French toast | whipped cream infused with lemon | red fruits (blueberries, blackberries, raspberries) | homemade hibiscus flower jelly

🚩 Kid's Menu 🚩

until 12 Yo

Pancakes | fried egg | avocado
or
Jamaican rice | roast chicken | plantain | Edamame
-
Bissap juice or a water syrup
-
Vanilla ice cream, pecan chips, chocolate sauce
or
Mini granola (cottage cheese, granola, mango)

12.

🍳 BRUNCH! 🍳

Unlimited hot drinks*

+ 1 cold drink**

+ 1 savory dish

+ 1 sweet dish

28.

(*) Excluding Latte (+3)

(**) Excluding squeezed fruit (+3), cocktails (+5), beers (+2) and wines (+3)

WEEKLY MENU

Available Monday to Friday from 10 a.m. to 2 p.m. Last kitchen order at 2 p.m.

Price in euros including tax - Service included - Ask us for the list of allergens



HEY MAMA
FOOD & CULTURE

DRINKS



HOMEMADE DRINKS

- Bissap (hibiscus rouge, lime, mint) - 4.
- Soulstorm (fresh ginger, pineapple, vanille) - 4.
- Ice tea (kinkeliba leaves et White peach) - 4.
- Freshly pressed juice - 4.
 - Orange
 - Grapefruit
 - Lemon

COFFEES

- Espresso - 2.
- Double espresso - 3.
- Rallongé (expresso lengthened once) - 2,5.
- Americano (Double espresso lengthened twice) - 3.
- Cappuccino (expresso with frothed milk) - 3,5.
- Flat white (Double espresso with frothed milk) - 3,5.
- Hot chocolate - 3,5.
- Mocaccino (expresso, chocolat, hot milk) - 3,5.
- Tea et infusions - 3,5.
 - Nejem (green tea, coconut, pineapple)
 - Tondo (black tea, ginger, biscoff)
 - Massola (infusion hibiscus apple)

LATTES

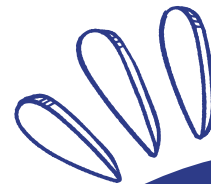
- Latte Macchiato (frothed hot milk and spilled espresso) - 4.
- Chaï Latte (Hot milk with spices: cinnamon, cardamom, ginger...) - 4.
- Dirty Chai (chai latte with an espresso shot) - 5.
- Golden Latte (Hot milk with turmeric spices, ginger, cinnamon, nutmeg...) - 5.
- Blue Latte (Hot milk with blue spirulina) - 5.
- Moringa Latte (Hot milk with moringa powder, the tropical cousin of Match) - 5.
- Pink Latte (Hot milk with beetroot powder) - 5.

SOFTS

- Blue Carola, Still water 33 cl - 3.
- Red Carola, Sparkling water 33 cl - 3.2
- Homemade lemonade - 3.
- Sautter Fruit Juice: Orange - Apple - Multifruit - 3.5
- Water syrup: Mint - Peach - Strawberry - 2.5.
- Diabolo: Mint - Peach - Strawberry - 3.5

BIERS - COCKTAILS - WINES

- Our biers of the moment- 4.
 - Perles or Bendorf , 33cl,
- Our cocktails - 8.
 - Mama Lillet: White Lillet, tonic, blackberry cream, hibiscus, lime, mint,
 - Sexy MotherF*cker: Prosecco, ginger liqueur, passion fruit, vanilla
 - Cardi B: Aperol, tonic, homemade basil cardamom syrup, orange slice
- Our wines by the glass - 5.
 - Red / White / Rosé / Prosecco, 12.5 cl ask us



MAMA AT HOME !

Discover our grocery corner with our homemade products and other gourmet pleasures to offer!