



NUMERO3

CONVIVALITÉ CREATIVITÉ COMPlicitÉ

Julie & Laurent Trochain

## Découvrez La cuisine « vi-géale » du Chef Laurent Trochain

**Vi-** pour viande représentant les aliments d'origine animale que l'on retrouve dans l'assiette en touches subtiles et délicates, traités comme un condiment ou un assaisonnement.

**-géale** pour les aliments d'origine végétale : légumes, plantes, herbes, fruits bref toute la nature de notre jardin et de nos maraichers locaux.

---

### Le mot du chef Laurent Trochain :

« Ma cuisine est une cuisine vi-géale :

**une cuisine végétale « condimentée » de saveurs et textures d'origine animale.**

Le végétal est travaillé de façon à être l'élément principal de chacun de mes plats.

La viande et le poisson viennent relever mes choix culinaires par des notes fumées, iodées, épicées ou par leurs textures.

Je me mets au service des acteurs et travailleurs de la terre : éleveurs, agriculteurs, producteurs et artisans des terroirs de la France mais plus particulièrement ceux des Yvelines dans le respect de leurs produits. »

## Les Menus du Numéro 3

Pour la convivialité et le rythme de votre repas,  
nous vous conseillons de choisir le même menu  
pour l'ensemble des convives de la table

---

### L'Orangerie 70 €

\* \* \*

**Le Vert Buisson 55 €**  
(menu 100 % végétarien)

\* \* \*

### Les menus enfants c'est comme pour les grands !

Servis en demi-portion (prix à diviser par deux)

Retrouvez la liste des allergènes en fin de carte

---



Vous pouvez partager l'expérience du  
Numéro 3 en offrant un chèque cadeau !  
Rendez-vous sur notre site  
[www.restaurant-numero3.fr](http://www.restaurant-numero3.fr)



Œuf intrépide et chair de poule  
**12€90**

Pour vous ou pour offrir, une cinquantaine de  
recettes simples et originales autour de la poule et  
de l'œuf imaginées par Laurent Trochain  
La poule de Houdan est le produit star de ce livre !

## L'Orangerie 70 €

Mise en bouche

\* \* \*

**1<sup>ère</sup> entrée**

\* \* \*

**2<sup>ème</sup> entrée**

\* \* \*

**Plat**

\* \* \*

Avant dessert

\* \* \*

**Dessert**

\* \* \*

Mignardises

\* \* \*

**Sélection de fromages affinés 15 €**

\* \* \*

**Accord mets – vins 4 verres : 30 €**

(Assortiment de vins blanc, rouge et de dessert)

(+ 7 € pour un verre avec le fromage)

\* \* \*

L'accord mets et jus de fruits 18 €

(3 verres de jus de fruits différents)

## L'Orangerie

Tomate, mozzarella, estragon

---

Langoustine pochée servie froide, carotte, cornichon frais  
et vinaigrette aux herbes, pousses de radis bio

---

Foie gras de canard poêlé, rhubarbe, haricots verts et jaunes,  
graines de courge et pousses de tournesol

---

Morceau choisi de poule de Houdan en cuisson lente puis rôtie,  
pomme de terre rôtie sur la peau,  
tomate, courgette, salade du jardin,  
jus de volaille à la truffe noire mise en conserve par nos soins

---

Jardin des herbes sucrées de notre potager

---

Abricot cuit au miel, sésame, amande, vanille,  
crème glacée aux biscuits petit-beurre

---

Madeleine au citron, crème chocolat et noisette

---

Les légumes de la famille Lallaouret au Tremblay s/M

## **Le Vert Buisson 55 €**

### **Menu végétarien**

(Avec : œuf, produits laitiers, miel ... Sans : viande, poisson, fruits de mer)

Mise en bouche

\* \* \*

**1<sup>ère</sup> entrée**

\* \* \*

**2<sup>ème</sup> entrée**

\* \* \*

**Plat**

\* \* \*

Avant dessert

\* \* \*

**Dessert**

\* \* \*

Mignardises

\* \* \*

**Sélection de fromages affinés 15 €**

\* \* \*

**Accord mets – vins 4 verres : 30 €**

(Assortiment de vins blanc, rouge et de dessert)

(+ 7 € pour un verre avec le fromage)

\* \* \*

L'accord mets et jus de fruits 18 €

(3 verres de jus de fruits différents)

## Le Vert Buisson

Tomate, mozzarella, estragon

---

Carotte, cornichon frais  
et vinaigrette aux herbes, pousses de radis bio

---

Œuf bio des Yvelines, rhubarbe, haricots verts et jaunes,  
graines de courge et pousses de tournesol

---

Pomme de terre rôtie sur la peau,  
tomate, courgette, salade du jardin

---

Jardin des herbes sucrées de notre potager

---

Abricot cuit au miel, sésame, amande, vanille,  
crème glacée aux biscuits petit-beurre

---

Madeleine au citron, crème chocolat et noisette

---

Les légumes de la famille Lallaouret au Tremblay s/M

## **Nos fournisseurs préférés :**

Les légumes de la famille Lallaouret au Tremblay s/Mauldre

La ferme de Saint-Aubin à Neauphle –le –Vieux

La grange des trois shanti à Sonchamp

La bergerie nationale à Rambouillet

La ferme des Limousines à Vicq

La ferme de Maurepas à Maurepas

La ferme de la Hunière à Sonchamp

La ferme Grandvillain à Orgères-en-Beauce

Emile et Jules Winocour Le moulin des Moissons  
à Grosrouvre

Ludovic Bisot M.O.F Fromager Affineur à Rambouillet

Oooh la Gourmande, Nathalie Couellan,  
artisan confiturier

Cafés Factorerie à Houdan

Thés Georges Cannon à Trappes

\* \* \*

Et bien d'autres ....

Toutes nos préparations sont susceptibles  
de contenir les allergènes suivants :

- ✓ **Céréales contenant du gluten** (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, Kamut ou leurs souches hybrides) et produits à base de ces céréales
- ✓ **Crustacés** et produits à base de crustacés
- ✓ **Œufs** et produits à base d'œuf
- ✓ **Poissons** et produits à base de poisson
- ✓ **Arachide** et produits à base d'arachide
- ✓ **Soja** et produits à base de soja
- ✓ **Lait** et produits à base de lait
- ✓ **Fruits à coques** (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, noix de macadamia, noix du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits
- ✓ **Céleri** et produits à base de céleri
- ✓ **Moutarde** et produits à base de moutarde
- ✓ **Graines de sésame** et produits à base de graines de sésame
- ✓ **Anhydride sulfureux et sulfites** en concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO<sub>2</sub>)
- ✓ **Lupin** et produits à base de lupin
- ✓ **Mollusques** et produits à base de mollusque