



NUMERO3

CONVIVIALITÉ CRÉATIVITÉ COMPLICITÉ

Julie & Laurent Trochain

## Découvrez La cuisine « vi-gétale » 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.

**-gétale** 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-gétale :

**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

### L'Orangerie 75 €

\* \* \*

### Le Vert Buisson 60 € (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 75 €

Mise en bouche

\* \* \*

**1<sup>ère</sup> entrée**

\* \* \*

**2<sup>ème</sup> entrée**

\* \* \*

**Plat**

\* \* \*

Avant dessert

\* \* \*

**Dessert**

\* \* \*

Mignardises

\* \* \*

### **Sélection de fromages affinés 17 €**

L. Bisot, fromager affineur MOF à Rambouillet

\* \* \*

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

(Assortiment de vins blanc, rouge et de dessert)

\* \* \*

L'accord mets et jus de fruits 18 €

(3 verres de jus de fruits différents)

## L'Orangerie

Mise en bouche

---

Courgette cuite et crue en vinaigrette, poutargue, jus de coques,  
salicorne en aigre-doux

---

Tomate séchée, huile de basilic, maquereau juste saisi  
et graines de tournesol en chaud-froid

---

Ris de veau français, sauce gribiche,  
pomme de terre du jardin et carotte

---

Jardin des herbes sucrées

---

Framboise du Clos du Bassin (Ecquevilly 78) et abricot,  
spéculoos, sarriette

---

Mignardises

---

**Le menu est communiqué mais la saisonnalité et les quantités fournies par nos producteurs locaux nous obligent parfois à modifier un plat.**

## **Le Vert Buisson 60 €**

### **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 17 €**

L. Bisot, fromager affineur MOF à Rambouillet

\* \* \*

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

(Assortiment de vins blanc, rouge et de dessert)

\* \* \*

L'accord mets et jus de fruits 18 €

(3 verres de jus de fruits différents)

## Le Vert Buisson

Mise en bouche

---

Courgette cuite et crue en vinaigrette, salicorne en aigre-doux

---

Tomate séchée, huile de basilic  
et graines de tournesol en chaud-froid

---

Pomme de terre du jardin et carotte,  
sauce gribiche,

---

Jardin des herbes sucrées

---

Framboise du Clos du Bassin (Ecquevilly 78) et abricot,  
spéculoos, sarriette

---

Mignardises

---

**Le menu est communiqué mais la saisonnalité et les quantités fournies par nos producteurs locaux nous obligent parfois à modifier un plat.**

## **Nos fournisseurs préférés :**

Les légumes de la famille Lallaouret au Tremblay s/Mauldre

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

Agneau ou porc de La bergerie nationale à Rambouillet

De la volaille de La ferme du Loup blanc à Civry-la-Forêt

Le pain d'Emile et Jules Winocour  
Le Moulin des Moissons à Grosrouvre

Les fromages de Ludovic Bisot M.O.F Fromager Affineur  
Tout un fromage à Rambouillet

Les confitures de Nathalie Couellan,  
Oooh la Gourmande, artisan confiturier

Cafés Factorerie à Houdan

Thés George 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