

HAUT EN COULEUR

REFECTORY

NOUVELLE CARTE AUTOMNE 2026



LA CLAQUE
VÉGÉTALE

NOS
SIGNATURES

STREET FOOD
REVISITÉE

LA TRADITION
TWISTÉE

LA
TRATTORIA



ÉDITO

HAUT EN COULEUR !

On m'a toujours répété **"on touche avec ses yeux !"**. Dans un musée, passe encore, mais dans nos Ateliers, difficile de résister ! Alors prenez cet éditto comme une invitation à transgresser les règles : préparez vos papilles, notre nouvelle carte Automne/Hiver s'invite à table et elle est résolument haute en couleurs !

Derrière ces couleurs appétissantes, toujours les mêmes ambitions : mieux vous nourrir, à prix accessibles, sans jamais rogner sur la qualité, la quantité ni sur la bonne rémunération de nos agriculteurs partenaires. Un défi d'envergure, certes, mais qu'on relève haut la fourchette cette année encore avec 43% de nos recettes qui contiennent des approvisionnements vertueux (BIO, français, local, AOP, Bleu-Blanc-Cœur) !

Pour lier ce beau tableau chromatique, Charline, notre créatrice culinaire, a mis l'accent sur la protéine végétale pour en finir avec le coup de barre de 14h ! On couronne le tout avec nos sauces signatures, qui enrobent, nappent, enveloppent, draguent toutes nos recettes d'une gourmandise excessive et d'une liberté totale de se faire plaisir

Cette saison, oubliez la grisaille, vivez la couleur et saucez jusqu'à la dernière goutte !

REFECTORY
Façonneurs du bien manger

SOMMAIRE



LA CLAQUE VÉGÉTALE

Cet hiver encore, on refuse catégoriquement que nos légumes soient une punition. Au contraire ! On les remet là où ils doivent être : au cœur de l'assiette, généreusement assaisonnés avec des ingrédients réconfortants et ultra-gourmands. Et comme on ne fait jamais les choses à moitié, notre chef Joe s'est formé auprès des meilleurs chefs de la cuisine végétale pour vous concocter des pépites !



PROTÉINE VÉGÉTALE

Mijoté de lentilles & champignons, sauce au vin rouge

Découvrez notre mijoté composé de lentilles savoureuses et de champignons cuisinés au vin rouge, servis sur un écrasé rustique de pommes de terre à l'huile d'olive. Entièrement végétalien, c'est l'alternative parfaite au Bourguignon traditionnel grâce à sa sauce maison ultra-robuste et riche en goût.

Chili végétarien de patates douces

De généreux morceaux fondants de patate douce fraîches et des haricots rouges mijotés aux épices douces. Le tout est accompagné de riz BIO. Un beau contraste de texture et de fraîcheur à ne pas manquer !





Coeur de légumes : Potiron rôti

De généreux morceaux de potiron rôti, véritable star de l'assiette, servis sur un écrasé de pommes de terre et carottes au beurre et à la muscade. Le tout est nappé d'une sauce maison signature à la betterave et au jus de légumes corsé.



PROTÉINE
VÉGÉTALE

SAUCE
MAISON

LA PÉPITE DU CHEF

Ces coeurs de légumes, c'est nos recettes favorites de la saison. Des produits bruts, rôtis et sublimes par des épices et des sauces maisons qu'on adore. Bref, c'est tout ce qu'on aime : des recettes gourmandes et audacieuses qui célèbrent le légume brut dans toute sa splendeur !



Dahl de lentilles & riz basmati

Un dahl de lentilles bien relevé, mijotées au lait de coco BIO, curry de Madras, graines de moutarde et tomates marinées, accompagné de riz basmati BIO et de pak choi frais sauté. Un voyage gustatif ultra-épicé, où l'onctuosité du dahl trouve l'équilibre parfait avec le croquant du chou asiatique.

LAIT DE COCO
BIO

SAUCE
MAISON



FROMAGE
AOP

Risotto & chou romanesco alla gremolata

Un risotto crémeux accompagné de chou romanesco rôti, de noisettes et de Grana Padano AOP, le tout relevé d'une gremolata maison. Le mariage parfait de l'onctuosité du risotto et le croquant du chou et des éclats de noisettes !

Parmentier de lentilles & potimarron

De savoureuses lentilles fondantes, longuement mijotées à la tomate et aux carottes surmonté d'une purée de potimarron douce et onctueuse. Un monument de la cuisine réconfortante repensé pour vous apporter la juste dose de protéines pour affronter votre journée !



PROTÉINE
VÉGÉTALE



LAIT DE COCO
BIO

PROTÉINE
VÉGÉTALE

SAUCE
MAISON



Coeur de légumes : Chou-fleur rôti

Du chou-fleur frais cuit à la vapeur puis rôti au four aux épices, véritable star de l'assiette, accompagné d'un écrasé de lentilles, pommes de terre et épinards frais. Le tout est nappé d'une béchamel maison crémeuse au lait de coco BIO, curry et fromage italien, puis surmonté d'un topping croquant de lentilles corail frites.

NOS SIGNATURES

Notre obsession : la sauce ! C'est bien elle qui fait toute la différence, qui apporte un relief fou et ce réconfort tant cherché pendant l'hiver.

Pour cette saison, Charline et notre brigade ont sorti le grand jeu en concoctant des sauces maison en direct de nos Manufactures. Parfaitement balancées pour taquiner vos papilles à chaque bouchée, elles nappent généreusement nos recettes pour vous offrir un festival de saveurs. C'est notre véritable griffe culinaire, sans chichi et pleine d'audace, indispensable pour ré-enchanter votre pause-dej'!

**LABEL
MSC**



Mini Saint-Jacques, fondue de poireaux, écrasé de pomme de terre & sauce citron aneth

De tendres mini Saint-Jacques MSC, accompagnées d'une fondue de poireaux frais fondante et d'un écrasé de pommes de terre généreux, le tout sublimé par une sauce maison au citron et à l'aneth. Une assiette gourmande, délicate et parfaitement réconfortante !



Colin, sauce vierge d'hiver et riz complet

Dégustez notre filet de colin MSC et son riz complet BIO, servis avec un mix de brocolis, une fondue d'oignons fondante et de savoureux segments d'orange et de pamplemousse. Cette recette équilibrée est sublimée par une sauce vierge maison parfumée à l'huile d'olive, au zeste de citron et au persil frais. Une création colorée pour illuminer les journées d'hiver !



Pâtes à l'encre de seiche, crevettes & sauce à l'aneth

Des pâtes à l'encre de seiche venues tout droit d'Italie et des crevettes marinées, nappées d'une sauce onctueuse à la crème infusée au curcuma et parfumée à l'aneth frais. Une vraie pépite d'inspiration marine à déguster sans attendre !

LA PÉPITE DU CHEF

Le secret de cette recette ? Un choix engagé ! Pour préserver nos écosystèmes marins, on a remplacé le saumon par de la délicieuse truite fumée. Un twist 100% responsable sublimé par de beaux segments de pamplemousse. Bref, on se régale en faisant un beau geste pour la planète !

Salade de truite & agrumes

Découvrez nos pâtes savoisiennes liées au fromage blanc et à la crème, associées à de la truite fumée, du surimi, des œufs de truite, des pousses d'épinards et de grands segments de pamplemousse. Un véritable jeu de texture irrésistible et pleine de peps pour chasser la monotonie hivernale !



Cabillaud aux épices douces & butternut

Laissez-vous surprendre par notre dos de cabillaud MSC fondant, accompagné de notre écrasé de butternut et pomme de terre aux épices douces. Le tout est nappé de notre sauce signature au miel et jus de viande et parsemée d'un crumble de spéculoos. Un subtil équilibre sucré-salé idéal en ces saisons douces.



Linguini au porc, gochujang & fenouil

De généreuses linguines enrobées d'une sauce crémée au gochujang (pâte de piment fermentée) accompagnées de chair à saucisse de porc et au fenouil. Une pépite aux saveurs umami à ne pas manquer !



STREET-FOOD REVISITÉE

On dit stop aux déjeuners avalés sur le pouce et sans saveur ! Offrez-vous une pause digne de ce nom en dégustant nos recettes largement inspirées de la cuisine de rue comme on l'aime : généreuse, réconfortante à souhait et hyper-gourmande. C'est l'évasion culinaire qu'il vous faut pour réenchanter la pause-déj', sans chichi et avec beaucoup d'audace !



Gyozas poulet & nouilles sautées

Succombez à nos nouilles de blé sautées à la sauce Pad Thaï, aux quatre gyozas au poulet à la texture parfaitement moelleuse et des brocolis frais relevés à l'ail frit. L'ensemble est généreusement enrobé d'une sauce Japchae onctueuse pour lier toutes les saveurs avec gourmandise. Une évasion culinaire sans billet retour !

Bowl poulet sésame

Craquez pour notre bowl composé de boulgour, de poulet longuement mariné au sésame et de carottes rôties à l'orange et thym. Le croquant et le relief asiatique sont apportés par des edamames enrobés de sésame blanc et noir, le tout réveillé par une vinaigrette japonaise maison au soja sucré, mirin et huile de sésame. Une pépite à déguster chaud ou froid !



Burrito bowl à l'effiloché de porc

Le fondant d'un effiloché de porc français ultra-gourmand accompagné de cheddar fondu, servis sur un riz pilaf cuit dans du fond de volaille. Le contraste frais et coloré : Le peps du maïs, des haricots rouges et du citron, dynamisé par le croquant des oignons nouveaux en topping. Un vrai goût de reviens-y !

Poulet frit & riz sauté

De généreux morceaux de haut de cuisse de poulet frit ultra-juteux accompagné de riz thaï au jasmin. Le tout est lié par une sauce umami caramélisée au soja et sauté aux légumes croquants, avec un topping d'œufs brouillés maison. Une street food asiatique généreuse et réconfortante à souhait !



LA PÉPITE DU CHEF

Qui de mieux que notre chef Joe, originaire de Thaïlande, pour imaginer cette recette ? C'est simple, c'est une invitation à l'authenticité, cuisinée avec des ingrédients asiatiques méticuleusement sélectionnés.



Bowl de rillettes de thon, betteraves & quinoa

Un bowl coloré mariant la fraîcheur d'une rilette de thon maison au Madame Loïk, la betterave, des carottes râpées rafraîchissantes et de la batavia. Le tout est réveillé par des graines de sésame et une sauce faite maison au citron et huile d'olive.

Udon Crevettes & Oignons Confits

Découvrez nos généreuses nouilles udon aux crevettes et oignons confits à l'ail noir. Enveloppées d'une sauce Japchae onctueuse et riche en goût, elles vous transporteront directement sur les étals des marchés populaires du Japon !



LA TRADITION TWISTÉE

Face aux températures de l'hiver, on a trouvé le meilleur moyen de réconforter vos cœurs et vos estomacs.

En cuisine, Charline et nos chefs ont repris de belles recettes traditionnelles pour leur donner un p'tit coup de pepsi! Pas de chichi et beaucoup d'audace, c'est le juste twist qu'il faut pour taquiner vos papilles et chasser la monotonie de la pause-dej'.

Colin aux herbes façon brandade

Le mariage parfait entre l'onctuosité d'une brandade traditionnelle au colin MSC, naturellement riche en oméga-3, et la touche résolument punchy de nos herbes aromatiques. Un grand classique revisité tout en légèreté pour réveiller vos papilles !



SAUCE
MAISON

Salade fromagère

Des pâtes trottolo généreusement enrobées d'une crème onctueuse et de ciboulette. Le tout est agrémenté d'un topping gourmand aux 3 fromages : cubes de gouda, emmental et gorgonzola. Le paradis des amateurs de fromages !



Lasagne truite & épinards

Une belle alternative où la truite fondante et les épinards sont liées par une béchamel maison audacieusement twistée au citron. Une recette sans chichi idéale pour les journées grises.

LA PÉPITE DU CHEF

Pour nos écosystèmes marins, on a remplacé le saumon par de la truite. De quoi se réconforter tout en préservant la planète. Si c'est pas beau ça ?



Blanquette de dinde

Découvrez notre blanquette composée de tendre morceaux de dinde d'origine française et de riz, accompagnés de carottes, de champignons de Paris et d'oignons grelots. Plus maigre et naturellement riche en protéines, cette volaille de qualité mijote dans une sauce onctueuse maison qui apporte un relief fou à l'assiette. Tout le réconfort d'un grand classique de nos terroirs revisité !

VIANDE
FRANÇAISE



Couscous boulettes & merguez

Une merguez de boeuf et des boulettes maison bien saisies, accompagnés d'une merveilleuse semoule fine. Le tout se déguste avec des légumes fondants, des pois chiches aux épices, des oignons confits et des raisins secs. Le bonheur se trouve dans la sauce maison au jus de légumes et à la harissa. Une pépite à ne pas manquer !



Poulet paprika, écrasé à l'huile d'olive & fondue de poireaux

Un généreux morceaux de poulet Bleu-Blanc-Cœur accompagné d'une fondue de poireaux frais et d'un écrasé de pommes de terre à l'huile d'olive. Le tout est généreusement nappé de notre sauce maison à la crème, au paprika et parmesan pour une touche de chaleur audacieuse. Une merveille !

Mijoté de cochon miel, tagliatelles & carottes

Découvrez ce généreux sauté de porc 100% français mijoté avec passion, où notre sauce fait toute la différence. Vos tagliatelles sont amoureusement enrobées d'un subtil équilibre de saveurs : le peps fruité du cidre brut vient twister la douceur réconfortante de notre miel de France. Une recette de caractère qui célèbre nos régions... Un pur délice !



LA TRATTORIA

Des pâtes fraîches, des farces ultra-généreuses et des sauces 100% maison qui réchauffent le cœur... Vous salivez déjà ? Nous aussi ! La crème de la crème de nos recettes de pâtes arrive ENFIN à la carte.



Raviolis 5 fromages et sauce tomate cuisinée

L'authenticité italienne et le goût du fait-maison : Des raviolis généreusement garnis de 5 fromages, nappés d'une sauce tomate ultra-crémeuse, cuisinée maison dans les règles de l'art pour un goût authentique.

Tortellini ricotta-épinards & sauce napolitaine

La générosité des Tortellini crémeuses à la ricotta et aux épinards, nappées d'une sauce napolitaine ultra-gourmande et légumes croquants. Un grand classique baigné dans une sauce faite maison !



SAUCE
MAISON



FROMAGE
AOP

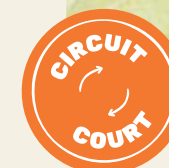


Gnocchis forestier

L'accord parfait de gnocchis fondants nappés d'une sauce ultra-crémeuse Bleu-Blanc-Cœur aux champignons, sublimés par des champignons en persillade et le caractère du Grana Padano AOP.

Farfalle aux champignons

Une sauce maison ultra-crémeuse en circuit court : des farfalles nappées d'une sauce signature cuisinée à l'emmental corsé et à la crème à 40% issue du circuit court pour une onctuosité absolue. Le tout est relevé par un topping de champignons frais et shiitakés au persil.



COMMENCEZ LE DÉJ' EN BEAUTÉ

AVEC NOS ENTRÉES !

Pourquoi se contenter de 420g de bonheur quand on peut faire plus ? Chez Refectory, nos entrées font parties intégrantes de nos pauses-déjeuners : de la salade tout en légèreté à la mousse pleine de caractère, ces mises en bouches sauront convaincre les papilles les plus exigeantes !



Houmous de betterave

Un houmous onctueux de pois chiches à la crème de sésame, délicatement twisté par la douceur de la betterave. Une entrée végétale toute en douceur pour bien commencer le dej !

Crème de chèvre, betteraves & boulgour

Une base onctueuse de crème de chèvre, généreusement surmontée d'un mélange léger et coloré de boulgour et de betterave. Un mariage haut en couleur et un superbe jeu de textures pour démarrer le repas en beauté !



Mousse de chèvre, granola & betterave

Le contraste parfait entre le croquant d'un granola salé maison, l'intensité d'une mousse de chèvre Bleu-Blanc-Cœur (crème et chèvre) et la douceur d'une fine couche de betterave.

Dahl de lentilles & carottes

Un dahl de lentilles et pois chiches mijotés à la crème de coco et au curry, généreusement surmonté de fins timbres de carottes aux épices. Une entrée végétale tout en rondeur pour bien commencer le dej !



Butternut aux épices de Noël, sarrasin & crémeux de figes

Une salade de sarrasin délicatement assaisonnée, servie sur une base gourmande de cream cheese aux éclats de figes, le tout couronné de morceaux de butternut rôtis aux épices de Noël.



Ricotta, patates douces & haricots rouges, sauce spicy

De généreux morceaux de patates douces accompagnées d'haricots rouges. Le tout repose sur de la ricotta et est relevé par une sauce modjo verte épicée d'inspiration canarienne !



Mousse de Fourme d'Ambert, crumble aux épices & poires au Timut

Le caractère unique d'une mousse de Roquefort aérienne montée à la crème Bleu-Blanc-Cœur, contrasté un crumble aux épices et la douceur d'une compotée de poire subtilement infusée au poivre de Timut pour une note d'agrumes inattendue.



LE CLOU DU PESTACLE : NOS DESSERTS DE CHEF

Chez nous, le dessert ce n'est pas une question de faim, c'est une question de gourmandise (et de principe !).

C'est ce p'tit moment de pur bonheur où plus rien n'existe à part vous, votre petite cuillère et votre dessert (et votre collègue qui fait de l'oeil à votre dernière bouchée. Ne craquez pas !)

**Le dessert, c'est bien le seul plaisir
qui ne se partage p.a.s !**



Riz au lait & poires caramélisées

Découvrez notre riz au lait traditionnel associé à de beaux morceaux de poires caramélisées. L'onctuosité légendaire de cette recette maison se marie ici à la perfection avec la gourmandise de la poire.

Riz au lait & pommes caramélisées

Le réconfort d'un riz au lait ultra-crèmeux accompagné de beaux morceaux de pommes caramélisées et fondantes. C'est LE dessert qui clôturé le déjeuner en beauté !



LA NOUVELLE CARTE EN UN COUP D'OEIL

Parce que notre quête de perfection se traduit aussi par des engagements concrets, voici ce qui change pour vous cette saison.

PLUS DE LISIBILITÉ,
PLUS D'IMPACT, MAIS TOUJOURS
AUTANT DE CŒUR À L'OUVRAGE

PLUS VARIÉE

+ 40

nouvelles recettes

PLUS ACCESSIBLE

+ 5

recettes à moins
de 8,90€

PLUS VEGGIE

+ 47%

de recettes végétariennes

PLUS RESPONSABLE

+ 43%

de recettes contenant
des ingrédients Egalim*

BIO, Bleu-Blanc-Coeur,
AOP, local...

← HAVE LOI
QUI PERMET DE
PROTÉGER LES REVENUS
DES AGRICULTEURS

À DÉGUSTER DÈS LE 28 SEPTEMBRE
SUR REFECTORY.FR !



PLEIN DE NOUVELLES RECETTES À VENIR !

Pour ne louper aucune actualité et découvrir au jour
le jour nos nouvelles recettes, on vous conseille de vous
abonner aux **NEWSLETTERS** écrites par Juliette
et de suivre **@REFECTORY_CLUB**

VOUS ALLEZ VOIR,
ELLE EST TRÈS TRÈS
SYMPA !

