



Offre traiteur
mûre 🍈

Nos plateaux-repas

Composés d'un duo de salades et un plat principal. Dessert et boisson en option.



Disponibles en **emballages consignés**, que nous récupérons après votre évènement, nos plateaux sont **0 déchet**.

Si le contexte ne le permet pas, ils sont également disponibles en version recyclable.

Passez commande
sur notre site



Nos plats à partager



Les buffets Mûre sont la solution idéale pour vos évènements conviviaux.

0 déchet : nos plats sont consignés ; nous les récupérons après votre évènement.



Passez commande
sur notre site



Nos buffets apéritifs



Nos buffets sont préparés depuis l'**épicerie Mûre** à Paris 11e :

- tartinables maison
- gressins et crackers
- planches de fromages
- miches de pain tranchées
- petites verrines dessert
- boissons avec ou sans alcool (vins, bières, cidres, softs...)

**Passez commande
sur notre site**



C'est simple

1. Vous demandez un devis

En 3 minutes via [notre site](#), ou au
06 10 29 75 08

2. Nous vous envoyons un devis

En max 1 jour ouvré
et en général en
moins de 2h

3. Vous validez le devis

Après d'éventuels
ajustements

4. Nous vous livrons le jour J

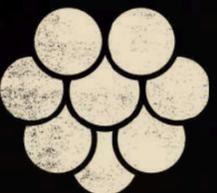
À l'heure souhaitée et
avec le sourire :)

Notre carte change tous les jours en fonction des récoltes de la ferme Mûre.

Le menu définitif vous sera communiqué une semaine à l'avance.

Exemples de recettes



mûre 

Exemples de Salades



Salade d'asperges et de penne à la roquette et au parmesan



Salade de chicorée rouge, poires, mâche, chèvre et tapenade



Salade de crudités marinées au kombucha d'hibiscus



Salade de pak choï, radis daïkon, nouilles de riz, arachides et herbes fraîches



Salade de courge butternut rôtie au zaatar, fourme d'Ambert, et noisettes



Salade de pomme de terre et brocolis rôtis au vadouvan, épinards et roquette



Salade « Fattouche » au pourpier, tomate, radis, menthe et croutons



Salade de fenouil mariné à l'orange, mâche et grenade

Exemples de Plats



Couscous de légumes rôtis au ras el hanout, compotée d'oignons et de fenouil à l'orange



Chili « sin » carne



Effiloché de poulet confit à la tomate



Gratin de patates douces, céleri-rave, poires et bleu d'Auvergne



Risotto de petit épeautre et quinoa aux légumes d'hiver et à la sauce butternet



Parmentier de canard aux légumes racines



Lasagnes. E légumes, béchamel et sauce tomate au saté



Chakchouka

Exemples de **Pizzas**



Pizza aux courgettes, tomates, grana padano et piment d'espelette



Pizza aux blettes, chèvre, crème de noisette et truffe

Exemples de **Foccacias**



Foccacia aux legumes rôtis, caviar d'aubergines, tomme de brebis, graines de courge



Foccacia à la copa, stracchino, pistou, amandes effilées, roquette

Exemples de **Quiches**



Quiche à la patate douce, poires, blettes, fourme d'Ambert et graines de nigelle



Quiche aux poivrons jaunes et rouges, chèvre, parmesan et graines de nigelle

Exemples de **Pâtisseries**



Cake au citron et aux
graines de chia



Brownie au chocolat et aux
graines de sésame



Clafoutis aux abricots et
aux amandes



Muffins aux groseilles

Exemples de **Verrines**



Tapioca au lait de coco



Fontainebleau et granola



Panna cotta à la vanille,
coulis de framboise



Riz noir au lait de coco et à
la cardamome

Exemples de **Boissons maison**



Jus de fruits frais pressés du matin

Kéfir au citron, à la figue et fleur de sureau

Bissap à l'hibiscus et à la menthe

Jus de gingembre, curcuma, miel, citron, poivre



**Notre cuisine puise son
inspiration dans les cuisines du
monde pour proposer des recettes
gourmandes et équilibrées autour
des légumes de saison**

Afrique du Nord, Inde, Amérique latine, France, Italie, Espagne... Depuis 10 ans, nous avons composé un catalogue de 200 recettes originales avec les contraintes suivantes :

- * La **gourmandise** grâce aux épices, aux recettes familiales traditionnelles, mais surtout à des légumes ultra frais et bio.
- * L'**équilibre** avec une recherche permanente de l'harmonie entre légumes, céréales et légumineuses, sans s'interdire un peu de protéine animale.
- * La **variété** avec plus de 15 propositions par jour et une carte qui évolue chaque jour au gré des récoltes.



Mûre est un projet longuement mûri, que certains pensaient au départ utopique : celui de nous reconnecter à la nature et à nous-même, en semant des graines et en cuisinant des plats de saison avec nos récoltes, quelques dizaines de kilomètres plus loin.

Paysans, cuisiniers et restaurateurs, guidés par le goût des bonnes choses et le goût des autres, nous cultivons des fruits et légumes sur de petites fermes agroécologiques, qui approvisionnent directement nos cantines et épicerie de quartier. Nous nourrissons le rêve de redonner aux citadins le goût d'une alimentation respectueuse des hommes et de la terre.

**Nous sommes la cantine
des gens qui sèment**



Une cuisine gourmande et saine à partir des légumes ultra frais de nos propres fermes bio en Île-de-France

Une carte variée et qui change au quotidien en fonction des récoltes avec **chaque jour, le choix entre 5 salades, 2 foccacia, 1 pizza ou quiche, un plat du jour chaud et 6 desserts.**

Une cuisine 100% maison à partir de fruits et légumes bio et de saison.

Un note moyenne Google de 4,9/5 pour les restaurants ouverts en 2023-24.

Nos engagements

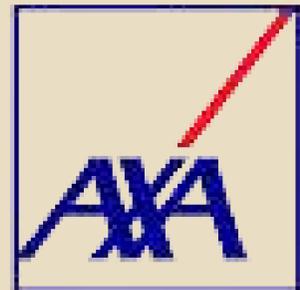
1. **Cultiver en bio et agroécologie** pour régénérer les sols, la biodiversité et obtenir des fruits et légumes aux qualités gustatives et nutritionnelles exceptionnelles.
2. Limiter au maximum les intermédiaires et acheter **au juste prix** pour que chacun s'y retrouve.
3. **Partir des produits bruts et de saison.** 0 process food.
4. **Cuisiner les produits les plus frais possibles** afin de préserver au mieux les qualités gustatives et nutritionnelles.
5. **Favoriser le végétal**, associer légumes, céréales et légumineuses dans des plats gourmands et sains.
6. **Limiter le gâchis et les déchets** en cuisinant tous les fruits et légumes de nos fermes, en compostant les déchets organiques (2025), en poussant les contenants réutilisables en interne et auprès de nos clients, en donnant les invendus (2025).
7. **Créer les conditions de l'épanouissement des équipes** par une juste rémunération, un management horizontal, une attention particulière au développement de chacun et au respect de la dignité de tous.
8. **Partager nos savoirs et connaissances** aux écosystèmes agricoles et food-service afin de démultiplier l'impact de notre mission (Open-Source).



Ils nous font confiance



L'ORÉAL



Climate



wework

morning,

mûre 

Contact

Claire Loisel

claire.loisel@mure.family

+33 (0) 6 10 29 75 08