

IT

instants traiteur



46 BIS, RUE DE SAINT AIGNAN - 91660 LE MÉRÉVILLOIS



DÉCOUVREZ NOTRE GAMME

ÉVÉNEMENTS
ENTREPRISE

PETIT DÉJEUNER / PAUSE - PLATEAU REPAS - REPAS DE FIN D'ANNÉE
COFFRET CADEAU GOURMAND - SÉMINAIRE - COCKTAIL





— PRÉSENTATION —

INSTANTS TRAITEUR, C'EST NOUS !

Tout commence en 2013. Nous **Pierre et Loïc** nous nous lançons avec une idée en tête : faire de la **vraie cuisine pour les vrais moments**. Sophie nous rejoint au début de l'aventure, puis c'est au tour d'Anne-Laure de prendre le relais. L'équipe s'étoffe, et nous voilà partis pour de bon.

Aujourd'hui, nous orchestrons **une cinquantaine d'événements par an** : mariages où tout le monde pleure (de joie, on espère), soirées d'entreprise mémorables, réceptions où l'on se souvient encore du dessert trois ans après. Et pour ne jamais perdre le rythme, nous assurons aussi **les repas quotidiens de trois restaurants d'entreprise dans l'Essonne**.

Notre signature : **la cuisson basse température**.

Dans un monde où tout va très vite, nous on prend notre temps. La cuisson basse température, c'est long, c'est minutieux, mais grâce à cette technique votre magret fond dans la bouche, le saumon reste nacré, les légumes ont enfin du caractère.

On ne triche pas avec le produit, on le **respecte**.

Un jardin qui s'invite dans vos assiettes.

*Ces fleurs comestibles qui égayent vos plats ? Ces herbes fraîches qui changent tout ? C'est notre jardin. **Zéro pesticide, juste le soleil de l'Essonne et un peu d'amour.** C'est notre touche signature, celle qu'on ne trouve nulle part ailleurs.*

L'engagement, naturellement.

*On a fait le choix du **biodégradable et des matériaux durables.** Parce qu'un bon repas, ça doit laisser de beaux souvenirs, pas une montagne de déchets. Et puis franchement, votre tiramisu mérite mieux qu'une cuillère en plastique.*

INSTANTS TRAITEUR : de la belle cuisine, une équipe qui met les mains dans la terre et dans les casseroles, et l'envie de faire de vos moments quelque chose d'unique.

4 papilles d'or de 2019 à 2026.





GAMME JOURNALIÈRE

Idées de repas journalier, pour votre restaurant d'entreprise.

LUNDI

- CHARCUTERIE
- HAMPE DE BŒUF,
HARICOTS VERTS
- YAOURT

MARDI

- BRICK FROMAGE
- ESCALOPE DE DINDE
CURRY COCO, RIZ
- BROWNIE

MERCREDI

- TABOULÉ
- BROCHETTE DE PORC,
POÊLÉE DE LÉGUMES
- FRUIT DE SAISON

JEUDI

- PIZZA
- BLANQUETTE DE VEAU,
CAROTTE POMME DE
TERRE VAPEUR
- TARTE À LA BANANE

VENDREDI

- SALADE COMPOSÉE
- POISSON DU MARCHÉ,
PURÉE DE PATATE
DOUCE
- COMPOTE DE FRUITS

PLATEAU ESSENTIEL

L'équilibre parfait.

ENTRÉE

ŒUFS MIMOSA AU CRESSON DE MÉRÉVILLE

Mayonnaise maison au cresson, œufs de truite

OU

SALADE DE CRESSON DE MÉRÉVILLE

Pommes vertes, noix caramélisées, Comté, vinaigrette miel-moutarde

PLAT

BLANC DE POULET FUMÉ MAISON

Mayonnaise au citron, légumes croquants marinés, salade

OU

TARTE DU JOUR AUX LÉGUMES GRILLÉS
(OPTION VÉGÉTARIENNE),

Légumes de saison, salade verte

FROMAGE

FROMAGE DU JOUR

DESSERT

TARTELETTE AUX FRUITS DE SAISON

OU

ENTREMET CHOCOLAT

Inclus

Pain frais - Eau minérale 50cl - Set de couverts - Serviette - Sel & poivre

En dessous de 10 personnes, un choix unique de plats sera demandé.





PLATEAU SIGNATURE

Notre savoir-faire gastronomique.

ENTRÉE

TRUITE FUMÉE DE L'ÉCLIMONT

Notre fumage maison, crème ricotta ail et citron, pain croustillant au beurre noisette

OU

BURRATA DI BUFALA CRÉMEUSE

Tomates anciennes multicolores, pesto maison noix de cajou et parmesan, vinaigre balsamique vieilli 12 ans

PLAT

THON MI-CUIT FAÇON VITELLO TONNATO

Thon snacké rosé tranché fin, sauce crémeuse aux anchois et câpres, copeaux de parmesan 36 mois, roquette sauvage

OU

MAGRET DE CANARD FUMÉ MAISON

Figues séchées, roquette, vinaigre balsamique vieilli, fleur de sel

FROMAGE

FROMAGE DU JOUR

DESSERT

ENTREMET SIGNATURE DU CHEF

OU

CRÉATION DE SAISON

Inclus

Pain frais - Eau minérale 50cl - Set de couverts - Serviette - Sel & poivre

En dessous de 10 personnes, un choix unique de plats sera demandé.

BUFFET FROID - NETWORK

Buffet debout - Convivial & finger food

8 À 10 PIÈCES PAR PERSONNE

ÉMINCÉ DE POULET GRILLÉ BASSE TEMPÉRATURE

Sur pic en bois, sauce BBQ fumée maison

RILLETTES DE TRUITE FUMÉE DE L'ÉCLIMONT

Notre fumage maison, blinis, crème citronnée

TARTELETTE AUX LÉGUMES GRILLÉS

Légumes de saison rôtis, herbes fraîches

PISSALADIÈRE NIÇOISE

Oignons confits, anchois, olives noires

BROCHETTE DE CREVETTES MARINÉES

Citron, coriandre, piment d'Espelette

VIANDE DES GRISONS

Roquette, copeaux de parmesan, vinaigre balsamique

FROMAGE

BRIE DÉCOUPÉ EN PORTIONS

DESSERTS

SÉLECTION DE MINI-DESSERTS DU MOMENT

Communiqués lors de la réservation

Inclus

Vaisselle jetable premium - Serviettes - Pics

Couverts sur demande - Boissons non incluses (en supplément)





BUFFET FROID - L'AUTHENTIQUE

Buffet assis - Le meilleur du terroir de l'Essonne, travaillé avec passion et savoir-faire

NOS CHARCUTERIES MAISON

TERRINE DE VOLAILLE FERMIÈRE D'ÎLE-DE-FRANCE

Préparée à l'ancienne, gelée au vin blanc, pickles de légumes du jardin, moutarde à l'ancienne, pain de campagne

CHIFFONNADE DE PASTRAMI MAISON

Fumage et épices traditionnelles, pickles de cornichons, moutarde douce

BLANC DE POULET FERMIER FUMÉ

Notre fumage maison, légumes croquants marinés, mayonnaise au citron

DU POTAGER

SALADE DE CRESSON DE MÉRÉVILLE

Magret de canard fumé maison, copeaux de comté affiné, noix caramélisées au miel local, vinaigrette moutarde à l'ancienne

TARTARE DE TRUITE DE NOS RIVIÈRES

Truite fraîche locale coupée au couteau, aneth, citron, huile d'olive, pain

TARTE AUX LÉGUMES DE SAISON

Pâte maison croustillante, légumes grillés, herbes de Provence

FROMAGES FERMIERS

PLATEAU DE FROMAGES RÉGIONAUX

Brie de Meaux, chèvre fermier de l'Essonne, Comté affiné 18 mois

DOUCEURS

SÉLECTION DE MINI-DESSERTS DU MOMENT

Communiqués lors de la réservation

Inclus

Pain - 1 Assiette par personne - 1 Set de couverts par personne

1 Verre par personne - Boissons non incluses (en supplément)

12 PIÈCES COCKTAIL AU CHOIX

MARINE & IODÉ

À FROID

- Saumon mi-cuit sésame noir, sauce cacahuète
- Saumon gravlax, citron caviar, poudre de nori
- Rouleau de printemps au crabe, sauce ponzu, mayo cébette-coriandre, granny smith

À CHAUD

- Cabillaud sauce Dugléré en verrine
- Crevette citronnelle-coco, bouillon thaï au gingembre

L'ÉLÉGANCE DE LA VIANDE

À FROID

- Foie gras miso, chutney gewurztraminer
- Crème brûlée de foie gras, sucre de cèpes
- Madeleine au cresson, viande des Grisons
- Cannelloni de magret de canard, chutney fruits secs
- Crémeux de carotte, magret de canard, figues, pignons de pin et huile de noix

À CHAUD

- Raviole de confit de canard, jus de volaille corsé
- Mini-burger de veau braisé, pickles maison, mayo truffe





🌿 VÉGÉTAL & CRÉATIF

À FROID

- Houmous d'artichaut, pois chiche, huile de truffe
- Panna cotta asperge blanche, coulis tomate aigre-douce, balsamique
- Chèvre frais, huile d'olive de Crète, miel, graines de fenouil
- Wrap raifort-crudités, huile d'olive de Crète, miel, graines de fenouil
- Tartelette à la Niçoise

À CHAUD

- Cappuccino de sarrasin, pickles de chanterelles (selon saison)
- Mini-wok de légumes croquants

🌍 AUTOUR DU MONDE

À FROID

- Samoussa légumes, chutney mangue-coriandre
- Focaccia à la napolitaine, mozzarella burrata, roquette

À CHAUD

- Empanada bœuf-chorizo, chimichurri
- Bruschetta tomate confite, pesto de roquette, copeaux de parmesan

LES ATELIERS

Un spectacle culinaire immersif où le talent de nos chefs s'exprime sous vos yeux pour faire de votre événement un moment d'exception.

Prestation clé en main incluant pièces, matériel et personnel.

ATELIER 1

FRAÎCHEUR ET PRECISION - 3 PIÈCES

LES BOUCHÉES CRUES TRAVAILLÉES

TRUITE TATAKI, PONZU AU CRESSON - Truite locale mi-cuite au chalumeau, sauce ponzu maison infusée cresson, radis croquant, sésame

CEVICHE MINUTE - Daurade marinée agrumes-coriandre, lait de coco léger, mangue, pop-corn soufflé

CARPACCIO DE LÉGUMES D'ÉTÉ - Courgette, radis, asperge verte, vinaigrette miso-miel, copeaux de parmesan

ATELIER 2

RECONFORT ET GOURMANDISE - 2 PIÈCES

LES BOUCHÉES CHAUDES RÉGRESSIVES

CROQUETTE DE RISOTTO - Cœur coulant aux petits pois et menthe fraîche, panure croustillante

TEMPURA DE LÉGUMES DE SAISON - Pâte légère et croustillante, courgette, asperge, carotte, sauce soja-citron





ATELIER 3

TERRE & RACINES - 2 PIÈCES

HOMMAGE AU TERROIR

ŒUF PARFAIT 64°, CRÈME DE POMME DE TERRE FUMÉE

Jaune coulant, émulsion légère, éclats de truite fumée, huile de cresson, mouillettes

VELOUTÉ GLACÉ CRESSON-POMME VERTE

- Verrine shot, chantilly citronnée, croûtons croustillants

ATELIER 4

GARDEN PARTY - 3 PIÈCES

LE BUFFET VIVANT

STATION CRUDITÉS

- Vierge de légumes comme une tarte niçoise

Trio de sauces : houmous au cresson / tzatziki à la ciboulette / crème de betterave au raifort

SALADE COMPOSÉE DU MOMENT

- Mesclun, fèves fraîches, burrata, tomates séchées, vinaigrette balsamique

ATELIER 5

LE BRASERO - FEU & BRAISES - 3 PIÈCES

LES VIANDES AU FEU DE BOIS

BROCHETTE DE BŒUF MARINÉ - Bavette marinée herbes fraîches & ail confit, grillée

EMINCÉ DE FILET MIGNON DE VEAU - Romarin, ail

BROCHETTE DE POULET FERMIER YAKITORI - Glaçage sauce soja-miel, sésame grillé

SAUCES SIGNATURE - Chimichurri maison / Sauce vierge / Béarnaise légère

ATELIER 6

DOUCEURS & FINESSE - 6 PIÈCES

LE SUCRÉ QUI SURPREND

VERRINE FRAISE-BASILIC - Fraises marinées, crème légère basilic, crumble citron-huile d'olive

FINANCIER MAISON DÉCLINÉ - Pistache, citron-pavot, framboise

CHEESE-CAKE MINUTE - Biscuit spéculoos, crème vanille, coulis de saison





REPAS D'AFFAIRES - BUSINESS

Classique et efficace.

ENTRÉE

TERRINE DE CAMPAGNE MAISON

Préparée à l'ancienne, gelée au vin blanc, pickles d'oignon rouge, moutarde à l'ancienne, pain de campagne

PLAT

SUPRÊME DE VOLAILLE FERMIÈRE RÔTI

Jus au vin blanc et estragon, gratin dauphinois crémeux, légumes de saison rôtis au beurre

DESSERT

TIRAMISU MAISON

Recette traditionnelle, café corsé, cacao amer

OPTIONS & SUPPLÉMENTS

Service à table complet +8,00 € par personne

Boissons (eau, vin, café) +12,00 € par personne

Apéritif d'accueil +6,00€ par personne

Option végétarienne sur demande

Inclus

Pain frais - Eau minérale 50cl - Set de couverts - Serviette - Sel & poivre

Minimum 15 personnes.

REPAS D'AFFAIRES - PRESTIGE

Notre signature gastronomique.

ENTRÉE

SAINT-JACQUES SNACKÉES AU BEURRE NOISETTE

Purée de butternut vanillée, noisettes caramélisées, gel passion-agrumes, huile de truffe

PLAT

PAVÉ DE BŒUF CHAROLAIS GRILLÉ

Sauce au poivre vert flambée, écrasé de pommes de terre à la truffe, légumes primeurs glacés au beurre

DESSERT

ENTREMET SIGNATURE DU CHEF

Création maison, textures multiples, coulis de fruits de saison

OPTIONS & SUPPLÉMENTS

Service à table premium +10,00 € par personne

Boissons (eau, vin sélection, café) +18,00 € par personne

Cocktail d'accueil premium +10,00€ par personne

Fromage AOP (en 4^{ème} service) +6,00€ par personne

Option végétarienne sur demande

Inclus

Pain frais - Eau minérale 50cl - Set de couverts - Serviette - Sel & poivre

Commande 5 jours ouvrés à l'avance

- Service chez le client (Essonne et départements limitrophes)
- Matériel de remise en température inclus • Vaisselle et matériel de service en option
- Produits frais préparés le jour même • Producteurs locaux privilégiés





SÉMINAIRE - PETIT DÉJEUNER ESSENTIEL

VIENNOISERIES

2 MINI-VIENNOISERIES PAR PERSONNE

PAINS & TARTINES

PAIN FRAIS DU JOUR

BEURRE DOUX

CONFITURES MAISON

BOISSONS

CAFÉ FILTRE

THÉS VARIÉS

JUS D'ORANGE

FRUITS

FRUITS FRAIS DE SAISON

*Installation complète · Vaisselle jetable écologique · Nappage
Minimum de 25 personnes*

SÉMINAIRE - PETIT DÉJEUNER

GOURMAND

VIENNOISERIES

CROISSANTS PUR BEURRE AOP

PAINS AU CHOCOLAT

PAINS AUX RAISINS

CHAUSSENS AUX POMMES

PAINS & TARTINES

PAIN FRAIS DU JOUR + PAIN AUX CÉRÉALES

BEURRE DOUX & DEMI-SEL

CONFITURES MAISON & MIEL LOCAL

LAITAGES & FRUITS

YAOURTS NATURE & AUX FRUITS

COMPOTE MAISON

SALADE DE FRUITS FRAIS DE SAISON

BOISSONS PREMIUM

CAFÉ PREMIUM & CAFÉ DÉCAFÉINÉ

THÉS & INFUSIONS SÉLECTION

JUS D'ORANGE PRESSÉ FRAIS

JUS DE SAISON (POMME, MULTIFRUIT...)

*Installation complète · Vaisselle premium · Nappage élégant · Service
Minimum de 20 personnes*





Ils nous font confiance



Lauréat des Papilles d'Or 2026



« Que pouvons-nous demander de plus que d'être heureux un instant ? »

Milan Kundera

IT

instants traiteur



www.instants-traiteur.fr

contact@instants-traiteur.fr

06 47 54 03 22