

Menu

Le Bled Resto Lounge

2112 Rue Saint-Denis, Montréal, Qc H2X | (514) 282-3334

Entrées / Appetizers

Nems au boeuf x3 /Beef spring rolls

8,00 \$

3 mcx. Farine de blé au poulet ou à la viande frite servie avec sauce tropicale. / 3 Pcs. Fried wheat flour with chicken or meat served with tropical sauce.

Fatayas | Pastels au thon | Tuna x 3

8,00 \$

3 morceaux de fatayas servis avec une sauce

Calamars frits

16,00 \$

Servis avec sauce tropicale

Salade de thon / Tuna Salad

10,00 \$

Laitue avec tomates, concombres, et oignons. Servie avec vinaigrette et pain. / Lettuce with tomatoes, cucumbers, and onions. Served with vinaigrette sauce and bread.

Salade du marché /Marchet salad

7,00 \$

Laitue avec tomates, concombres, et oignons. Servie avec vinaigrette et pain. / Lettuce with tomatoes, cucumbers, and onions. Served with vinaigrette sauce and bread.

Salade d'avocat / Avocado Salad

10,00 \$

Laitue avec tomates, concombres, et oignons. Servie avec vinaigrette et pain. / Lettuce with tomatoes, cucumbers, and onions. Served with vinaigrette sauce and bread.

Soupes / Soups

Soupe pâtes de veau / Veal Soup

24,00 \$

Bouillon pâtes de veau épicées. / Spicy veal legs soup.

Menu Le Bled Resto Lounge

Soupe de poulet / Chicken Soup

22,00 \$

Bouillon boulettes de poulet épicées. / Spicy chicken soup dumplings.

Accompagnements / Sides

Alloco

7,00 \$

Bananes plantains frites. / Fried banana plantains.

Attiéké / Attieke

9,00 \$

Couscous de manioc. Servi avec sauce tropicale. / Cassava couscous. Served with tropical sauce.

Riz jaune / Yellow Rice

7,00 \$

Cuit à vapeur, imprégné de safran. / Steam cooked in soaked saffron.

Riz au jamin / Jasmine Rice

7,00 \$

Riz blanc cuit à vapeur. / White steamed rice.

Salade du marché / Market Salad

7,00 \$

Mélange de laitues garnies de légumes, d'oignons et d'une vinaigrette. / Mixed greens topped with vegetables, onions, and a dressing.

Pomme de terre risolées / Apple Browns

7,00 \$

Pommes de terre en cubes, cuites dans l'eau bouillante, frites à l'ail et au persil. / Potato cubes, cooked in boiling water. Fried with garlic and parsley.

Chikwangue

7,00 \$

Pâte à base de farine de manioc cuite. / Paste made from cassava flour cooked.

Menu Le Bled Resto Lounge

Bobolo | Bâton de manioc

7,00 \$

Pâte à base de farine de manioc cuite. / Paste made from cassava flour cooked.

Grillades et fruits de mer / Grill and Seafood

Poulet braisé / Braised Chicken

21,00 \$

Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Marinated and served with a side of your choice.

Tilapia braisé entier / Roast Whole Tilapia

29,00 \$

Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Marinated and served with a side of your choice.

Dibi Mouton / Dibi Sheep

30,00 \$

Mouton grillé accompagné d'oignons. Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Grilled sheep with onions. Marinated and served with a side of your choice.

Dibi chèvre / Dibi Goat

30,00 \$

Chèvre grillé accompagné d'oignons. Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Grilled goat with onions. Marinated and served with a side of your choice.

Filet de tilapia braisé / Roast Tilapia Fillet

23,00 \$

Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Marinated and served with a side of your choice.

Crevettes / Shrimp

26,00 \$

Brochettes de crevettes géantes(2), servis avec sauce tropicale. Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Grilled shrimp (2) served with a tropical sauce. Marinated and served with a side of your choice.

Steak entrecôte / Beef Steak

30,00 \$

Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. Servi avec salade du marché. / Marinated and served with a side of your choice. Served with market salad.

Menu Le Bled Resto Lounge

Festin crevettes et calmars / Shrimp and Calamari Feast

35,00 \$

Crevettes géantes grillées et de calmars frits servis avec sauce citronnée ou piquante. Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Grilled shrimp and fried calamari served with a lemon sauce or hot sauce. Marinated and served with a side of your choice.

Vivaneau des îles braisé/ Roast Red Snapper

34,00 \$

Épicés de saint louis grillés. Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Grilled with spices Saint Louis. Marinated and served with a side of your choice.

Assiette de brochettes /Skewers Plate

21,00 \$

Marinés et servis avec un accompagnement de votre choix. / Marinated and served with a side of your choice.

Poisson Croacker braisé | Fish

31,00 \$

Braised croaker fish, cooked until tender.

Mets traditionnels / Traditional Food

Foufoufoutou banane / FoufouFoutou Banana

28,00 \$

Pâtes à base de banane plantain et manioc cuites. Servies avec sauce graine de palmier. / Paste made from banana plantains and cassava flour cooked. Served with seed sauce.

Tiebou Yap /Jollof Rice

28,00 \$

Riz cassé cuit dans bouillon d'huile d'olives avec viande d'agneau. servi avec une sauce d'oignons. / Broken rice cooked in broth of olive oil with lamb meat. Served with an onion sauce.

Takou Soupa Kandija Kopé

26,00 \$

Sauce à base de gombo, de la viande de boeuf, cuit avec l'huile de palme. Servi sur un lit de riz blanc. / Sauce made from okra, beef meat, cooked with palm oil. Served with white rice.

Plakali

26,00 \$

Pâtes à base de farine de manioc cuite, servie avec sauce graine de palmier. / Paste made from cassava flour cooked, served with seed sauce.

Menu Le Bled Resto Lounge

Yoka Burakhè Saga Saga

26,00 \$

Sauce à base de feuilles de manioc au jarret de boeuf, du poisson frais, cuit avec l'huile de palme et servi sur un lit de riz blanc. / Sauce made from cassava leaves to the shin of beef, fresh fish, cooked with palm oil and served with white rice.

Mafé Tigae Degae

25,00 \$

Sauce à base de pâte d'arachide, cubes de viande de boeuf et légumes. Servi sur un lit de riz blanc. / Sauce made from peanut paste, cubes of beef meat and vegetables. Served with white rice.

Tiebou Dienne / Jollof Rice

26,00 \$

Riz cassé cuit dans bouillon tomate avec du poisson et légumes du marché. / Broken rice cooked in broth tomato with fish and market vegetables.

Yassa

25,00 \$

Poulet mariné avec sauce citronnée aux oignons et olives. Servi sur un lit de riz blanc. / Marinated chicken with lemon sauce with onions and olives. Served with white rice.

Breuvages / Beverages

Bissap

6,00 \$

Traditional West African hibiscus tea, caffeine-free and refreshing.

Gingembre / Ginger

6,00 \$

À base de la racine de gingembre frais. / Based on the fresh ginger root.

Boissons gazeuses / Soft Drinks

3,50 \$

Assorted carbonated soft drinks.

Demi-caraffe de bissap / Half Caraffe Bissap

11,00 \$

Traditional West African hibiscus tea, caffeine-free and refreshing.

Menu Le Bled Resto Lounge

Caraffe Bissap

20,00 \$

Traditional West African hibiscus tea, sweet and caffeine-free.

Jus classiques sains et purs / Classic Healthy Juice and Pure

4,00 \$

100% pure juice with no added sugar, served chilled.

Eau / Water

3,00 \$

Zero-calorie, caffeine-free water.

Red Bull

6,00 \$

Perrier

5,00 \$

Caraffe gingembre / Caraffe Ginger

19,00 \$

Fresh ginger infused drink.

Demi-caraffe de gingembre / Half Caraffe Ginger

11,00 \$

Drink made from ginger root, served in a half carafe.

Cocktails de jus exotique sans alcool / Exotic Cocktails Juice Without

La Passion d'Afrique / The Passion of Africa

9,00 \$

Mélange de jus de gingembre et du bissap. / Mixture of ginger juice and hibiscus.

Menu Le Bled Resto Lounge

Le Soleil d'Afrique / The Sun of Africa

9,00 \$

Mélange de jus de goyave et sprite, avec la glace et de lime. / Mixture of guava juice and sprite with ice and lime.

La Douceur / Sweetness

9,00 \$

Mélange de bissap et de jus de fruit pur. / Mixture of hibiscus and fruit juice.

Le Menthol / Menthol

9,00 \$

Mélange de jus de gingembre et sirop de menthe. / Mixture of ginger juice and mint syrup.

Le Caconas / Caconas

9,00 \$

Mélange de lait de coco et de jus d'ananas. / Mixture of coconut milk and pineapple juice.

La Méditerranée / The Mediterranean

9,00 \$

Mélange de jus d'orange, jus d'ananas et le sirop de grenadine. / Mixture of orange juice, pineapple juice, and grenadine syrup.

Desserts

Degué /Thiakry

7,00 \$

Grain de mil au yaourt nature et de la crème fraîche. / Millet couscous with yogurt and sour cream.
