

# LES TABLES ÉPHÉMÈRES

PARIS



# COCKTAIL

## LES PIÈCES FROIDES

- Bonbon de chèvre et raisin - noisette, pistache, graine de pavot ✓
  - Bulle mozza insert balsamique ✓
  - Cannelé au pesto ✓
  - Cannelloni à la crème de truffe ✓
  - Carrot roll, crème de fromage aux herbes ✓
  - Chou à la crème truffée ✓
  - Chou crème de chèvre, chutney ✓
  - Chou mascarpone au pesto, légumes croquants ✓
  - Cœur de tomate boeuf, pétale de courgette, crème de burrata ✓
  - Concombre glacé, crème légère ✓
  - Crostini tomate, mozzarella, basilic, fleur de sel ✓
  - Cube de navet huile d'olive, citron, tahini à la coriandre, betterave ✓
  - Millefeuille de pickles de légumes, framboise fraîche ✓
  - Sablé parmesan dôme chèvre, miel ✓
- 
- Asperge verte, cecina
  - Bouchée façon César
  - Cuillère carpaccio de boeuf, éclats de parmesan
  - Cuillère compotée de mangue, magret de canard fumé
  - Cuillère de foie gras sur chutney de fruits secs
  - Cuillère mousse de patate douce, magret de canard
  - Figue garnie au roquefort, chips de bresaola
  - Magret fumé, pomme fondante
  - Foie gras, artichaut, magret fumé
  - Pic foie gras, bulle de pomme granny
  - Pince radis noir, bresaola, concassé de tomate
  - Cuillère de carpaccio de Saint-Jacques, vinaigrette passion

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

✓ produit végétarien

Pour un instant  
**EXQUIS**



A partir de  
**7,20 €**

- Cuillère de filet de rouget, mangue verte
- Dentelle de samba, saumon fumé, crémeux moutarde
- Gambas aigre douce en ruban de carotte
- Gambas tandoori, ananas rôti
- Gambas, fraise, basilic, jus de fraise
- Gambas, ananas, menthe, jus d'ananas
- Millefeuille de blé noir, saumon fumé
- Pic saumon fumé, bulle de yuzu, yuzu confit
- Ratte, saumon fumé, crémeux raifort
- Obole de pomme verte, crabe aigre doux
- Saint-Jacques snackée, chips de betterave, vinaigrette grenade
- Tataki de thon aux deux sésames

## LES PIÈCES CHAUDES

- Bille de mozzarella panée, sauce tomate ✓
- Burger végétarien ✓
- Cromesquis de risotto, sauce champignon ✓
- Ratte, sauce champignon, raclette ✓
- Tartelette chèvre épinard ✓
- Tartelette légumes confits ✓
- Burger boeuf
- Crème brûlée au foie gras
- Croque monsieur à la truffe
- Pain perdu, saumon fumé, aneth
- Saint-Jacques en ruban de chorizo
- Crevette et chorizo

A partir de 3 pièces, nos cocktails sont travaillés par notre Chef Emmanuel Martin. Ils sont composés de produits frais, de saison et de qualité et se déclinent pour la majorité, en version vegan. Les pièces peuvent être dressées et servies par notre équipe de maîtres d'hôtel ou directement livrées à l'adresse de votre choix.

# COCKTAIL

## LES MIGNARDISES

- Macaron - citron, speculos, caramel,...
- Mini bouchée façon Opéra
- Mini cannelé
- Mini chou façon Paris Brest
- Mini chou - vanille, chocolat, praliné,...
- Mini crémeux passion, biscuit joconde et coco râpée
- Mini financier - pistache, framboise, nature,...
- Mini fondant chocolat
- Mini brochette de fruits de saison
- Mini tarte citron meringuée
- Mini tarte chocolat framboise
- Mini tarte chocolat noix de pécan
- Mini tarte à la myrtille
- Mini tarte à la figue
- Mini tarte à la fraise
- Mini fraisier
- Mini verrine façon Opéra
- Mini pavlova aux fruits de saison
- Mini soupe fraise basilic
- Mini salade de fruits de saison
- Mini panna cotta mangue passion
- Mini crumble, crémeux citron, basilic
- Mini tiramisu fruits rouges
- Mini crème brûlée
- Mini mousse au chocolat
- Mini sucette de fraise au chocolat

LES TABLES ÉPHÉMÈRES  
PARIS

Pour un moment  
DELICAT



# ATELIERS FROIDS

## BAR À GASPACHOS

Mini gaspachos aux couleurs estivales dressés et servis minute

## BAR À BURRATAS

Un assortiment de burratas crémeuses accompagné de différentes variétés de tomates et de foccacia

## BAR À BRUSCHETTAS

Mini bruschettas composées et dressées sur mesure

## BAR À SAUMON GRAVLAX

Le saumon est tranché finement sous vos yeux, accompagné de pains spéciaux et crèmes légères

## BAR À CEVICHES

Mini ceviches colorés à base de poissons crus

## BAR À HUITRES

Sélection d'huitres françaises ouvertes à la minute sous vos yeux

## BAR À SUSHIS

Sushi, sashimi et maki réalisés minute à partir de poissons frais

## BAR À POKÉ BOWL

Composés à partir de poissons frais et de crudités de saison

Devis sur demande. Nos ateliers sont l'occasion de créer des moments culinaires sous les yeux de vos convives. La présence d'un maître d'hôtel est requise. Minimum 30 personnes.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS



Pour un événement  
**RÉUSSI**

# ATELIERS CHAUDS

## BAR À SOUPES

Mini veloutés dressés et servis dans des verrines transparentes

## BAR À RISOTTO

Mini risotto dressé & agrémenté sous les yeux de vos convives

## PLANCHA

St Jacques poêlées au basilic, foie gras poêlé, gambas flambées

## BAR À PÂTES

Pâtes fraîches à assortir avec différentes sauces gourmandes : pesto, bolognaise, carbonara, truffe, etc...

## BAR BRETON

Véritables galettes à la farine de sarrasin, cuites et garnies sous vos yeux, accompagnées d'un verre de cidre !

## ATELIER MONTAGNARD

Fondue savoyarde ou raclette à partager

Pour un moment  
A PARTAGER



## WOK

Mini wok cuisiné dressé devant les convives  
Crevette, légumes, boeuf... mini wok composé sur mesure

## BAR À FRITES

Frites de pomme de terre, panais, carotte, à déguster en cornet avec les doigts pour plus de gourmandise !

## BAR À PIZZA

Sur une pâte maison, les convives font composer leur mini pizzas

## BAR À BURGER

Mini burger maison à agrémenter de crudités, fromag et différentes sauces

## ATELIER DES ILES

Saveurs exotiques autour d'un atelier :  
accras, rougail, féroces, etc...

LES TABLES ÉPHÉMÈRES  
PARIS

Devis sur demande. Nos ateliers sont l'occasion de créer des moments culinaires, sous les yeux de vos convives. La présence d'un maître d'hôtel est requise. Minimum 30 personnes.

# ATELIERS SUCRÉS

## BAR À CREPES

Mini crêpes à personnaliser,  
pâte à tartiner, confiture, fruits, caramel, chantilly, ...

## BAR À GAUFRES

Mini gaufres à personnaliser,  
pâte à tartiner, confiture, fruits, caramel, chantilly, ...

## FONTAINE À CHOCOLAT

Fruits frais, guimauve et bonbons à plonger  
dans le chocolat noir

## BAR À CHOCOLAT

Le chocolat sous toutes ses formes : à boire, à croquer  
ou à laisser fondre sur la langue !

## BAR À GLACES

Glace artisanale et maison à déguster  
en cornet gaufrette ou en pot

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

Pour un instant  
DELICIEUX



## BAR À GLACES ALCOOLISES

En bâtonnet, pot ou même dans un verre pour un esprit plus cocktail,  
dégustez les parfums de vos cocktails préférés en format glacés

## BAR À GRANITÉS

En grand verre, granités artisanaux et colorés,  
servis sous vos yeux pour un après-midi rafraichissant !

## TABLEAUX ÉPHEMÈRES

Belles planches à partager, en version sucrée !

## BAR À BARBE À PAPA

Barbes à papa de toutes les couleurs et de toutes les saveurs,  
du classique fraise tagada à l'extravagante foie gras !

Devis sur demande. Nos ateliers sont l'occasion de créer  
des moments culinaires, sous les yeux de vos convives.  
La présence d'un maître d'hôtel est requise. Minimum 30 personnes.

# FINGER FOOD

## MINI SANDWICHES

- Wrap pousse épinard, feta, potimarron ✓
- Wrap fromage frais, roquette, menthe, raisin sec pignon ✓
- Club fromage frais, légumes confits ✓
- Tartine houmous, tagliatelle de carotte, cumin ✓
- Tartine crème chèvre, légumes confits ✓
- Rouleau de printemps - chou rouge, carotte, mangue, menthe ✓
- Navette ricotta, légumes grillés, copeaux de parmesan ✓
- Navette fromage frais, concombre, noix et ciboulette ✓
- Navette tomate, mozzarella, pesto ✓
- Croque monsieur ricotta épinard ✓
- Pita houmous, falafel, légume ✓
- Pita caviar aubergine, tomate séchée, feta ✓
- Foccacia crème de truffe, champignon ✓
- Foccacia mousse aux fines herbes, poire, fourme d'Ambert ✓

## Wrap façon César

- Wrap ricotta, pesto, tomate séchée, roquette, bresaola
- Club poulet, crudités

## Navette pesto, bresaola, tomates confites et olives

- Foccacia tapenade olive noire, jambon ibérique et parmesan

## Croque monsieur à la truffe

## Wrap saumon fumé, avocat

- Wrap saumon fumé, guacamole et concombre
- Rouleau de printemps - crevette, avocat, carotte, coriandre

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

✓ produit végétarien

## Pour un évènement ENSEMBLE

A partir de  
25,00 €

## MINI SALADES

- Salade thaï
- Salade de tomate mozzarella, pesto ✓
- Salade de melon, pastèque, feta à la menthe ✓
- Salade de quinoa, légumes croquants, graines de tournesol ✓
- Salade de penne, mesclun, légumes grillés, pesto, mozzarella ✓
- Taboulé de chou fleur, grenade, sauce citronnée ✓
- Salade de betterave, feta, graine de courge, herbes fraîches ✓
- Salade tagliatelles de courgette, framboise, chèvre frais ✓

## MINI PLATS

- Risotto d'asperges *ou* champignons, parmesan ✓
- Parmentier - patates douces, lentilles, champignons ✓
- Saumon, sauce citron et fondue de poireaux
- Parmentier de canard à la patate douce *ou* pommes de terre
- Aiguillettes de poulet au lait de coco, épices et riz thaï
- Buddha bowl saumon *ou* végétarien *ou* bœuf
- Saint-Jacques sauce vierge, purée de petits pois et menthe
- Saumon Gravlax, condiment gingembre et concombre, riz
- Tataki de bœuf et légumes croquants
- Purée de patate douce et magret fines tranches

## FROMAGES AFFINÉS FRANÇAIS AOP

Accompagnés de fruits secs et assortiment de pains tranchés

Mini sandwiches, mini salades, mini plats chauds ou froids,  
planches fromages ou charcuterie, mignardises,...  
le finger food est idéal pour ravir vos convives.

Il peut être intégralement pensé selon vos envies.

Conditionnement en biodégradable ou en porcelaine. Si vous souhaitez que nous nous chargions du service, à votre convenance !

# FINGER FOOD

## LES MIGNARDISES

- Macarons - citron, speculos, caramel,...
- Mini bouchée façon Opéra
- Mini cannelé
- Mini chou façon Paris Brest
- Mini chou - vanille, chocolat, praliné
- Mini crémeux passion biscuit joconde, coco râpée
- Mini financier - pistache, framboise, nature,...
- Mini fondant chocolat
- Mini brochette de fruits de saison
- Mini tarte citron meringuée
- Mini tarte chocolat framboise
- Mini tarte chocolat noix de pécan
- Mini tarte à la myrtille
- Mini tarte à la figue
- Mini tarte à la fraise
- Mini fraisier
- Mini verrine façon Opéra
- Mini pavlova aux fruits de saison
- Mini soupe fraise basilic
- Mini salade de fruits de saison
- Mini panna cotta mangue passion
- Mini crumble, crémeux citron, basilic
- Mini tiramisu fruits rouges
- Mini crème brûlée
- Mini mousse au chocolat
- Mini sucette de fraise au chocolat

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS



# TABLEAU ÉPHÉMÈRE

## CHARCUTERIE

Jambon cru, jambon blanc à la truffe,  
rosette, coppa,...

## FROMAGE

Morbier, Comté 18 mois,  
chèvre frais Sainte Maure de Touraine,...

## MIXTE

Jambon cru Bellota, Morbier, Tomme de Savoie,  
jambon blanc à la truffe, houmous, buns individuels,...

## FRUITS FRAIS COUPÉS

Mangue, orange, pomme Granny Smith,  
fruit de la passion, fruits rouges,...

Nos tableaux éphémères évoluent au rythme des saisons.  
Conditionnement recyclable, circuit-court et fleurs fraîches,  
ils sont pensés pour ravir vos papilles comme vos yeux.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

Pour un instant  
**CONVIVAL**

A partir de  
**65,00 €**



# BUFFET

## Exemple de menu

Salade de quinoa, courgette, avocat, agrumes ♣  
Tarte fine roquette chèvre, pesto ♣  
Duo de melon, feta et jambon ibérique

Lasagnes ricotta épinard ♣  
Filet de poulet grillé, carottes fanes rôties  
Filet de bar, sauce beurre blanc, écrasé de pommes de terre à la truffe

Planches de fromages français affinés, assortiment de pains

Chou craquelin framboise  
Crumble rhubarbe  
Mousse au chocolat

Buffet servi par notre équipe de maîtres d'hôtel.  
Nos cheffes de projet vous renseigneront sur le menu du jour  
en fonction de la date de votre prestation.  
En deçà de 40 personnes, 2 variétés d'entrées, 3 variétés de  
plats et 2 variétés de desserts, vous seront proposées.

Que ce soit dans un studio ou dans un château,  
nous fournissons l'ensemble du matériel nécessaire :  
vous n'avez plus qu'à mettre les pieds sous la table !

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

♣ produit végétarien



Pour un temps  
**A PARTAGER**

A partir de  
**30,00 €**

# LUNCH BOX BOCAUX

OPTION VIANDE, POISSON OU VÉGÉTARIENNE

## Exemple de menu

Salade thaï ♣

Salade d'asperge copeaux de parmesan, vinaigrette aux câpres ♣

Gratin de carottes aux céréales, cerfeuil ♣

Filet de poulet rôti miel-thym, légumes verts

Saumon teriyaki mi-cuit, nouilles sautées aux légumes

Cheesecake

Pavlova aux fruits exotiques

Menus de saison en conditionnement éco-responsables :

Bocaux en verre consignés pour une démarche zéro déchet ou  
boîtes en bambou recyclé, entièrement recyclables.

A vous de choisir !

Nos couverts sont en bambou, produit compostable et recyclable.

Nous pouvons, à la demande,  
mettre à votre disposition des couverts en dur.

Nos lunchbox et bocaux sont livrés froids.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

♣ produit végétarien

Pour une pause  
RECONFORT



A partir de  
**27,50 €**  
pain et couverts  
recyclables  
sur demande

# PLATEAU REPAS

OPTION VIANDE, POISSON OU VÉGÉTARIENNE

## Exemple de menu

Salade de tagliatelles de légumes, fourme d'Ambert, figues séchées ▽

Tarte fine, mousse aux fines herbes poires, fourme d'Ambert ▽

Burrata, courges rôties, pralin de courge ▽

Lasagnes ricotta épinard ▽

Fondant de bœuf, écrasé de pomme de terre à la truffe

Filet de dorade grillé, sauce vierge et légumes verts

Chou façon Paris Brest

Crumble aux pommes

Salade de fruits de saison

Composés d'une entrée, d'un plat, de fromage,  
d'un dessert et d'un pain individuel,  
nos plateaux repas sont livrés prêts à être dégustés.

La composition de nos plateaux évolue au fil des jours, pour vous offrir des repas frais et variés en fonction de la saison. Nos chefs de projets vous communiqueront le menu du jour, en fonction de votre sélection viande, poisson, végétarien ou encore végan.

Nous pouvons, à la demande,  
mettre à votre disposition des couverts et verre en dur.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

▽ produit végétarien



Pour un temps  
**CORPORATE**

A partir de  
**33,00 €**

## PETIT DEJEUNER

Assortiment de mini viennoiseries  
Mini brochette de fruits de saison  
Jus de fruits frais pressé  
Thé et café

## BRUNCH

Assortiment de mini viennoiseries  
Crêpes ou pancakes, pâte à tartiner, confiture  
Mini brochette de fruits de saison  
Mini navette saumon fumé, cream cheese et concombre  
Açaï bowl  
Avocado toast  
Jus de fruits frais pressé  
Thé et café

Adeptes du sur-mesure,  
nous adaptons toutes nos formules petit-déjeuner à vos besoins !

LES TABLES ÉPHÉMÈRES  
PARIS

Pour un matin  
DYNAMIQUE

A partir de  
6,60 €

## PETIT DEJEUNER SUR MESURE

Cake glacé maison - orange ou citron  
ou citron-coco ou carott cake (à partager ou individuel)  
Mini bol - porridge graines de chia, poires et amandes  
Mini brochette de fruits de saison  
Mini financier - pistache, framboise, nature,...  
Muffin  
Mini gâteau aux pommes  
Mini moelleux crème de marron  
Mini cookie chocolat et noix de pécan, flocons d'avoine  
Energy balls  
Mini barre de céréales  
Mini madeleine  
Fondant au chocolat  
Salade de fruits, segments d'agrumes  
Mini sandwiches  
Oeufs brouillés  
Planche de charcuterie  
Planche de fromages  
Thé et café

# PAUSE GOURMANDE

Avocado toast <sup>∇</sup>

Mini brochette de fruits de saison

Mini sandwich

Fromage blanc, fruits de saison et granola maison

Barre céréales aux fruits secs

Panna cotta lait de coco et coulis passion

Mousse au chocolat

Crêpes ou pancakes, pâte à tartiner, confiture

## À PARTAGER

Tarte fine aux pommes

Tarte au chocolat

Cheesecake caramel Oréo

Gâteau au chocolat ou citron

Assortiment de fruits sec à partager

Assortiment de bonbons à partager

Corbeille de fruits à partager

Sucrée ou salée, légère ou gourmande,  
la pause est le moment que vos équipes attendent avec impatience.  
Quel que soit le format,  
nous l'imaginons toujours autour de la saisonnalité.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

<sup>∇</sup> produit végétarien

Pour un instant  
**GOURMAND**

A partir de  
**7,20 €**



# REPAS À L'ASSIETTE

## Exemple de menu

### ENTREES

Tarte fines aux légumes, crème d'artichaut, copeaux de truffe, réduction balsamique ♣

Salade de tomates multicolores, burrata fumée, vinaigrette à la vanille, dentelle de riz

Œuf parfait, crème de cèpes, chips de truffe

Velouté de panais, Saint Jacques snackées, chips de bresaola espuma au curcuma

Saint Jacques snackées, sauce vierge à la mangue, crémeux fenouil

Crumble salé, crabe fondant coriandre, mangue

Tataki de thon aux deux sésames, carpaccio de betteraves multicolores, condiment wasabi

Maki de rouleaux de printemps au saumon, avocat, sauce aigre douce et salade d'asperge au wasabi

Homard poché, salade thaï, fruit de la passion

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

♣ produit végétarien



Pour un moment  
**PRESTIGE**

A partir de  
**30,00 €**

### PLATS

Risotto de lentilles corail et riz de Camargue, mini ratatouille, tofu fumé au lait d'amande ♣

Ballotine de volaille, jus aux cèpes, cromesquis de risotto, velouté de chou-fleur

Magret de canard, jus au miel, thym et citron, légumes rôtis, poires caramélisées, dentelle à la pistache

Filet mignon de veau aux morilles, mini légumes rôtis, fleur de courgette à la ricotta

Saumon en nori, fondue de poireaux, risotto, coulis de poivrons rouges

Cabillaud rôti et nage de légumes au pesto, émulsion au beurre blanc

Filet de bar façon tajine, légumes et bouillon aux épices marocaines

Dorade rôtie au four, fondue de fenouil, mille-feuille de légumes

### DESSERTS

Pavlova aux fruits rouges, copeaux de noix de coco

Sablé breton, au crémeux chocolat, caramel beurre salé à la vanille

Finger framboise crème d'amande et pistache

Sphère fondant au chocolat, poire belle Hélène

Moelleux au chocolat façon Forêt noire

Millefeuille aux fruits rouges

Mirepoix mangue ananas, sablé coco

Soupe pêche, verveine, sablé breton

Nous mettons les petits plats dans les grands avec le déjeuner ou dîner à l'assiette. Sélection des plats, art de la table, vins en accord avec votre sélection.

Laissez-vous accompagner par notre équipe pour un déjeuner.

# BOISSONS

## FORFAIT SOFT - 4,50€HT

Nous proposons des forfaits qui permettent à vos convives de se désaltérer sans limitation du nombre de verres.

## VIN ROSÉ

Côtes de Provence - Héritage Estandon 75cl	15,00€
Côtes de Provence - Whispering Angel - Château d'Esclans 75cl	33,50€

## VIN BLANC

Chardonnay - Réserve du conseiller - Bouchard Aîné et fils 75cl	10,50€
Chevreny blanc AOC - Les Vieille Serres - Bellier 2019 75cl	11,50€
Macon Villages AOC - Bouchard Aîné et fils 2017 75cl	16,00€

## VIN ROUGE

Côtes du Rhône AOP - Belleruche - M.Chapoutier 2020 75cl	14,50€
Montagne Saint-Emilion - Haut Gardat 2016 75cl	14,00€
Saint-Emilion Grand Cru AOC - Château Fonrazade 2016 75cl	29,00€

## CHAMPAGNE

Champagne - Ruinart - Brut 75cl	75,00€
Champagne - Baudry - Cuvée Privilage 75cl	35,00€

Nous vous accompagnons sur le choix de vos boissons. Bouteilles en verre consignées, pour limiter notre impact sur l'environnement. Partenaires responsables, tant dans le conditionnement, que dans le choix des produits.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS



Pour un clin d'œil  
**CHIC**

# ÉVÈNEMENT PRIVÉ

Les Tables Éphémères sont à vos côtés,  
lors des grands moments de votre vie.  
Nos cheffes de projet définissent avec vous  
scénographie, gastronomie, coordination  
et recherche de lieu de pour votre évènement.

REPAS DE FAMILLE

SOIRÉE ENTRE AMIS

ANNIVERSAIRE

BAPTÊME

COMMUNION

MARIAGE

CHEF À DOMICILE

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS



---

## LOGISTIQUE

Nous sommes en charge de mettre à votre disposition l'ensemble du matériel nécessaire à votre évènement.

## SERVICE

Notre équipe de maîtres d'hôtel vous accompagne sur chacun de vos évènements.

Soucieux du bien-être de nos équipes, nous ne proposons pas de service au deçà de 6 heures réalisées.

Les heures de nuits sont majorées.

Un supplément pour le déplacement peut vous être facturé en fonction du lieu de prestation.

55€ par heure - tarif jour

82€ par heure - tarif nuit.

**LES TABLES ÉPHÉMÈRES**  
PARIS

---



# LES TABLES ÉPHÉMÈRES

PARIS

📞 06 08 06 33 95 - 06 74 08 07 16

✉️ [les@tables-ephemeres.com](mailto:les@tables-ephemeres.com)

🌐 [www.tables-ephemeres.com](http://www.tables-ephemeres.com)

La composition détaillée de nos mets, les allergènes et la provenance de nos produits peuvent vous être communiqués sur demande.

Nous nous efforçons de travailler avec des produits de saison, en circuit court et bio, dans la mesure du possible.

Les conditions générales de vente applicables sont celles en vigueur dans l'entreprise et sont disponibles sur simple demande.

Prix indiqués en euros HT.

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour : [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, consommez avec modération.

