



## CARTE DOUCEURS CÔTÉ PILE

### JUS LOCAUX TRADITIONNELS

En fonction des saisons, avec ou sans sucre  
voir au verso leurs propriétés 1 000

**Bissap** (hibiscus)

**Bouye** (baobab)

**Tamarin**

**Ditakh**

**Gingembre**

**Maad**

**Corossol**

### JUS DE FRUITS FRAIS

En fonction des saisons, avec ou sans sucre 1 500

**Mangue**

**Papaye**

**Pastèque**

**Melon**

**Orange**

**Mandarine**

**Pamplemousse**

**Goyave**

### TISANES LOCALES

Les plantes que nous utilisons sont cultivées sur la colline  
de l'île de Gorée, bio et local 2 000

**Détox**

Feuilles de grenadier, citronnelle, basilic, Kheul

**Energisante**

Feuilles de kinkéliba, diar

**Apaisante**

Feuilles de corossol, Kheul

**CRÊPES**

Nature sucre 1 500

Chocolat (avec ou sans banane) 2 000

Miel de la brousse ou confiture (maison) 2 000

**BEIGNETS**

Nature sucre 1 500

Pomme ou banane 2 000

Tous nos jus et tisanes sont faits avec de l'eau minérale,  
nos gobelets bio-dégradables.



## CARTE DOUCEURS CÔTÉ FACE

Nos jus locaux sont servis en fonction de leurs saisons naturelles  
afin qu'ils conservent leurs goûts et leurs propriétés.

Faites vous plaisir et faites vous du bien !

Pour respecter les goûts de chacun,  
nous vous laissons sucrer vous-même votre boisson.

### Les vertus des jus locaux traditionnels

#### Bissap

*alias Hibiscus sabdariffa (oseille de guinée)*

*Il est riche en vitamines C et contient de nombreux antioxydants,  
il possède des vertus diurétiques, dépuratives et facilite la digestion.*

#### Bouye

*alias pain de singe (fruits du baobab)*

*Antioxydants, vitamine C, plus de deux fois le niveau de calcium d'un verre  
de lait. C'est aussi une bonne source de potassium aidant le cerveau,  
le système nerveux et le système musculaire. Riche en phosphore essentiel  
à la santé des os, favorise la flore du système digestif.*

#### Tamarin

*Facilite le transit intestinal et améliore la digestion.*

*Antiseptique, il apaise les troubles urinaires. Pour les problèmes respiratoires,  
il est utilisé comme expectorant en cas de bronchite.*

*Grâce à ses antioxydants, il est également préconisé dans la prévention  
du vieillissement des cellules.*

#### Ditakh

*Il est très riche en vitamine C. Avec sa faible teneur en eau et sa forte teneur  
en saccharose et en minéraux, il est excellent en cas d'effort physique.*

*Il est utilisé dans le traitement de la toux, l'angine, le rhume  
et les douleurs de reins.*

#### Gingembre

*On ne présente plus ses nombreuses vertus, digestion, antioxydants,  
rhumatismes, anti-inflammatoire, anti-bactérien, anti-viral, tonifiant,  
bref un vrai généraliste !*

#### Madd

*alias Saba senegalensis, fruit typique du Sénégal*

*Il est particulièrement riche en vitamine C (comme le citron), en acide malique,  
en calcium, phosphore et magnésium. Local et original.*

#### Corossol

*Il a une large gamme d'agents antimicrobiens pour les infections bactériennes  
et fongiques, il est efficace contre les parasites et les vers intestinaux,  
l'hypertension, et la dépression. En outre, il diminue les désordres nerveux.  
Et favorise le sommeil !*