

# haru izakaya

RESTAURANT JAPONAIS

L'izakaya est un bar à tapas décontracté au Japon. Parfait lieu de détente pour manger et boire après une dure journée de travail, il offre une variété de petits plats qui peuvent être partagés à la table.

**Haru Izakaya** vous fera découvrir une toute nouvelle dimension à l'expérience japonaise traditionnelle. Tout en ayant la possibilité de déguster des plats réconfortants contemporains dans une atmosphère totalement détendue, vous savourerez la fusion de traditions culinaires, à la fois ancestrales et modernes.

## Tapas froids (SPÉCIALITÉ DU CHEF)

Tartares – dans une sauce spéciale Haru à la moutarde de Dijon.  
Tous les tartares sont servis avec des croustilles de tortillas.


<b>C1</b>	Saumon	15
<b>C2</b>	Thon	16
<b>C3</b>	Yin Yang (THON ET SAUMON)	18
<b>C4</b>	Boeuf	18
<b>C5</b>	Carpaccio de saumon (TATAKI) Saumon frais saisi, accompagné d'oignons dans une sauce ponzu	17
<b>C6</b>	Carpaccio de thon blanc (TATAKI) Thon blanc saisi, accompagné d'oignons dans une sauce ponzu	19
<b>C7</b>	Carpaccio de bœuf (TATAKI) Bœuf AAA saisi, ail séché, oignons rouges, échalotes et graines de sésame, dans une sauce ponzu	21
<b>C8</b>	Thon en croute de sésame Lanières de flanc de thon rouge saisies, nappées d'une mayonnaise au wasabi et d'une sauce soya sucrée	24

## Sashimi (3 MORCEAUX) / Nigiri (2 MORCEAUX)



<b>C9</b>	Saumon	9 / 8
<b>C10</b>	Thon	10 / 9
<b>C11</b>	Pétoncle	15 / 10
<b>C12</b>	Assortiment de sashimi (8 MORCEAUX) Thon rouge, saumon, thon blanc, pétoncle	28
<b>C13</b>	Quoi, Quoi? Assortiment de sashimis (thon rouge, thon blanc et saumon) saupoudrés de caviar, dans une sauce yuzu	19

## Pizza sushi




Guacamole, mélange tempura et mayonnaise épicée sur une base de riz frit. Garnie de tobiko, échalotes, graines de sésame et sauce soya sucrée.

<b>P1</b>	Thon / Saumon Tranches de poisson frais et avocat	15 / 14
<b>P2</b>	Fruits de mer Crevette, pétoncle, poisson blanc, goberge	17
<b>P3</b>	Légumes  Patate douce, courgette, champignon, asperge et poivron rouge	14




## Makis (ROULEAUX SUSHIS)

<b>R1</b>	<b>Saumon au fromage</b> Avocat, concombre et goberge, garni de saumon fumé, échalotes, jalapenos et crème sûre	12
<b>R2</b>	<b>Saumon épicé</b> Saumon frais, avocat, échalotes et morceaux de tempura dans une mayonnaise épicée au chili	11
<b>R3</b>	<b>Thon épicé</b> Thon frais, avocat, échalotes et morceaux de tempura dans une mayonnaise épicée au chili	12
<b>R4</b>	<b>Cowboy</b> Bœuf saisi, fromage à la crème, avocat, asperges, échalotes, jalapenos, tempura, garni de carpaccio de boeuf, patates effilochées croustillantes, graines de sésame, mayonnaise wasabi / épicée et sauce soya sucrée	21
<b>R5</b>	<b>Dragon zen</b> Anguille BBQ, crevettes tempura, avocat, concombre, tobiko, sauce soya sucrée	17
<b>R6</b>	<b>Terre et mer</b> Crevettes panko, carpaccio de bœuf, avocat, asperges, mayonnaise épicée, mayonnaise wasabi, sauce soya sucrée et échalotes	18
<b>R7</b>	<b>Haru</b> Mélange de pétoncles épicés, avocat, concombre, tempura et tobiko, garni d'échalotes et d'une sauce piquante aux kiwis	16
<b>R8</b>	<b>Spyder (CRABE PLEINE TAILLE)</b> Crabe à carapace molle, avocat, asperge, concombre, mayonnaise épicée, garni de masago, graines de sésame et sauce soya sucrée	18
<b>R9</b>	<b>Double saumon</b> Saumon fumé, avocat, concombre, fromage à la crème, garni de saumon frais	14
<b>R10</b>	<b>Rouleau vert</b>  Asperges, avocat, concombre et oshinko garni de wakamé	8
<b>R11</b>	<b>Poulet citronné</b> Poulet panko, asperges, concombre, masago, aioli au citron, sauce soya sucrée	10
<b>R12</b>	<b>Végétarien</b>  Avocat, asperges et concombre, garni de patates douces tempura, graines de sésame et mayonnaise poké	8
<b>R13</b>	<b>Dragon orange</b> Crevettes tempura, avocat, asperges, mayonnaise épicée, garnies de saumon frais	16
<b>R14</b>	<b>Dragon rouge</b> Crevettes tempura, avocat, asperges, mayonnaise épicée, garnies de thon rouge	17
<b>R15</b>	<b>Bateau dragon orange</b> Crevettes tempura, avocat, concombre, garnies de saumon épicé, masago, échalotes, graines de sésame et sauce soya sucrée	16
<b>R16</b>	<b>Bateau dragon rouge</b> Crevettes tempura, avocat, concombre, garnies de thon rouge épicé, masago, échalotes, graines de sésame et sauce soya sucrée	17
<b>R17</b>	<b>Haru knockout (MAKI FRIT TEMPURA)</b> Saumon et thon épicés, tempura, masago, avocat, garnis d'échalotes, tobiko, mayonnaise wasabi, sauce soya sucrée et graines de sésame	19
<b>R18</b>	<b>Bateau dragon rose</b> Crevettes tempura, concombre, avocat, garnies de crevettes épicées, masago, échalotes, graines de sésame et filet de soya sucré	17


## Tapas chauds

<b>H1</b>	<b>Trio de pétoncles</b> Pétoncles poêlés dans une sauce miso crémeuse à l'ail	26
<b>H2</b>	<b>Crevettes Jumbos</b> Crevettes jumbos grillées dans une sauce miso crémeuse à l'ail	18
<b>H3</b>	<b>Steak en sauce champignons</b> Steak AAA grillé (4oz) dans une sauce demi-glace aux champignons, garni de patates effilochées croustillantes	21
<b>H4</b>	<b>Poulet / Basa au gingembre</b> Légèrement pané et mélangé avec gingembre mariné, poivron rouge et oignon dans une sauce aigre-douce épicée au gingembre	18
<b>H5</b>	<b>Sauté à l'asiatique avec sauce au poivre noir</b> Choix de crevette, poulet ou tofu sauté avec une variété de légumes	19 / 18 / 16
<b>H6</b>	<b>Sauté à la racine d'ail avec sauce satay</b> Choix de crevette, poulet ou tofu sauté avec une variété de légumes	19 / 18 / 16
<b>H7</b>	<b>Ailes de poulet Buffalo à l'asiatique</b> ½ livre d'ailes de poulet croustillantes dans une sauce Buffalo aigre-douce, servies avec crème sûre	14
<b>H8</b>	<b>Poutine au poulet katsu</b> Poirine de poulet croustillante, fromage en grains et frites maison avec une sauce au cari japonais	16
<b>H9</b>	<b>Poutine bacon fumé</b> Bacon fumé, fromage en grains et frites maison avec une sauce demi-glace aux champignons	15
<b>H10</b>	<b>Poutine aux fruits de mer</b> Pétoncle, crevette, saumon, goberge, fromage en grains et frites maison dans une sauce crémeuse aux palourdes	19
<b>H11</b>	<b>Fish &amp; chips</b> Poisson basa légèrement pané, frites maison, sauce tartare au wasabi	13
<b>H12</b>	<b>Calmars</b> Calmars frits, sauce unagi, mayonnaise épicée	16
<b>H13</b>	<b>Kara-age</b> Tendres morceaux de poulet frits servis avec une trempette de mayonnaise épicée	13
<b>H14</b>	<b>Haru Tempura</b> Crevettes frites avec un mélange de légumes (courgette, champignon, asperge, poivron rouge et patate douce)	13
<b>H15</b>	<b>Boeuf / Poulet Gyoza</b> Dumplings croustillants accompagnés d'une sauce thaïlandaise sucrée	7
<b>H16</b>	<b>Rouleaux de printemps</b>  Légumes croustillants roulés dans une feuille de riz et accompagnés d'une sauce thaïlandaise sucrée	6
<b>H17</b>	<b>Sauté d'asperges et champignons</b>  Asperges et champignons sautés dans une sauce au beurre, saké et soya	16
<b>H18</b>	<b>Sauté de courgettes</b>  Courgettes sautées dans une sauce au beurre, saké et soya	14
<b>H19</b>	<b>Ravioli asiatique</b> Dumplings de boeuf dans une sauce crémeuse au miso et champignons	17

## Salades


- S1 Salade poké** 12 / 11  
Choix de thon rouge ou de saumon avec un mélange de légumes dans une sauce poké maison
- S2 Wakame**  8  
Mélange de laitues, algues, concombres et radis marinés, dans une vinaigrette légère au sésame
- S3 Salade maison**  6  
Mélange de légumes et de laitues, dans une vinaigrette crémeuse au sésame
- S4 Edamame**  6  
Fèves de soya assaisonnées
- S5 Éclat d'avocat** 16 / 15  
Thon ou saumon avec bacon et sauce poké, servi sur un demi avocat

## Soupes et nouilles

- S6 Soupe miso**  3  
Bouillon à base de fèves de soya avec tofu, échalotes et algues
- S7 Soupe ramen** 18 / 17  
Choix de flanc de porc chashu ou de poulet grillé dans un bouillon de porc

## Haru Classics

Servi avec du riz blanc

- N1 Steak teriyaki** 27  
Lanières de steak AAA grillé servies avec un accompagnement de légumes, nappé d'une sauce teriyaki
- N2 Crevettes teriyaki** 22  
Crevettes jumbo grillées servies avec un accompagnement de légumes, nappé d'une sauce teriyaki
- N3 Poulet katsu (cari japonais)** 22  
Poulet panko servi avec un assortiment de légumes, sauce au cari japonais
- N4 Poulet teriyaki** 21  
Lanières de poulet grillé servies avec un accompagnement de légumes, nappé d'une sauce teriyaki
- N5 Saumon teriyaki** 23  
Filet de saumon A servi avec un accompagnement de légumes, nappé d'une sauce teriyaki
- N6 Tofu teriyaki**  18  
Tofu frit servi avec un accompagnement de légumes, nappé d'une sauce teriyaki

## Les à-côtés

- M1 Riz blanc**  2
- M2 Croustilles de tortilla**  2
- M3 Riz sushi (mariné)**  3
- M4 Frites maison**  5

# haru izakaya

RESTAURANT JAPONAIS

Aimez notre page Facebook



Suivez-nous sur Instagram

