

cojean ÉTÉ



P15

INSCRIVEZ-VOUS SUR
www.cojean.fr
POUR RECEVOIR
LES RECETTES CHAUDES
DE LA SEMAINE



P13



P12



P17



P16



P21



P19



P17



P12



P16



P20

LES RECETTES DE SAISON

C'EST ENFIN L'ÉTÉ, ET LES NOUVELLES RECETTES ARRIVENT LE 18 JUIN DANS NOS RESTAURANTS !

du côté des salades, vous pourrez retrouver des classiques estivaux à tous les rayons ! des courgettes et du tartare de tomate dans une orzo pasta salad, une savoureuse ratatouille dans une mediterranean pasta salad aux conchiglias, de la crème de roquette dans la classique salade de poulet verte, des aubergines grillées dans une salade de boulgour au chèvre, un houmous de tomate séchée dans une orange superfood salad au trio de quinoa ou encore des graines de pastèque grillées aux épices dans une super green salad au pesto de spiruline.

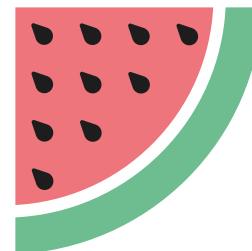
bref, tout plein de bons ingrédients au goût d'été dans de délicieuses salades.

du côté des sandwiches, la mozzarella se marie aux légumes grillés dans un pain brioché bio aux graines de pavot et le tofu aux noix de cajou dans un mini vegan faux-mager à s'y méprendre !

du côté des pains pita, deux nouvelles recettes : le pita poulet guacamole, coriandre et le pita végé grec aux olives noires, oignons rouges et sauce au yaourt grec à l'aneth.

enfin, l'été c'est aussi le retour des soupes froides maison, le classique gaspacho et la concombre fenouil et aneth.

l'été sera forcément savoureux en notre compagnie. c'est promis.



JUICE - BAR MINUTE

JUS DE FRUITS & LÉGUMES PRESSÉS MINUTE

..... 5.50 e

35cl - 100% de fruits et légumes.

À MÉLANGER SELON VOTRE CHOIX :

CAROTTE , ORANGE , POMME , GINGEMBRE ,
CURCUMA 

JUS DE FRUITS MIXÉS MINUTE

..... 5.60 e

35cl - 100% de fruits.

10H DU SOIR EN ÉTÉ  - ananas, fraise, pomme.

BERRY BOOST  - açaï, framboise, banane, pomme.

LE JARDIN DÉVASTÉ  - fraise, banane, kiwi, pomme.

LNHO - ananas bio, pomme bio, menthe fraîche.

JUS DE FRUITS & LÉGUMES MIXÉS MINUTE

..... 5.80 e

35cl - 100% de fruits et légumes.

GREEN MANGO  - épinard, mangue, ananas, gingembre, pomme.

GREEN POWER  - épinard, concombre, pomme.

SUPERHULK  - kale, banane, ananas, orange, graine de chia.

YOUNG BLOOD  - betterave, fraise, ananas, pomme.

AÇAÏ BOWL

..... 9.10 e

AÇAÏ BOWL

açaï bio, banane bio, framboise, myrtille, granola (noix, noix de cajou, noix de coco, graine de courge, canneberge).

CAFÉ GLACÉ

35cl - café glacé mixé avec des glaçons.

LATTE AVOINE    3.50 e
double expresso, boisson avoine.

BUBBLE TEAS

35cl - thé vert aromatisé et perles de tapioca, mixés ou non avec une boisson avoine bio.

BUBBLE TEA JASMIN CLASSIC 4.90 e

thé vert jasmin, perle de tapioca.

BUBBLE TEA CITRON VERT 4.90 e

thé vert jasmin, sirop de citron vert, perle de tapioca.

BUBBLE TEA AVOINE MATCHA 4.90 e

thé vert jasmin, thé vert matcha, boisson avoine bio, perle de tapioca.

SOUPES

DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE

CHAUDES 5.20 e

30cl - cuisinées chaque jour à partir de légumes bio. 100% végétariennes, sans gluten et sans lactose (à l'exception de quelques recettes au fromage).

FROIDES 5.20

GASPACHO

tomate, concombre, poivron orange, mie de pain, huile d'olive, vinaigre de xérès.

CONCOMBRE FENOUIL ANETH

concombre, fenouil, aneth, jus de citron vert, crème de soja.

ASSIETTES CHAUDES

DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE

LASAGNES VÉGÉTARIENNES 9.50 e

PETIT PLAT CHAUD 10.30 e



PRODUIT VÉGÉTALIEN
NE CONTIENT NI VIANDE NI POISSON
NI INGRÉDIENT D'ORIGINE ANIMALE



SANS LACTOSE



ISSU DE L'AGRICULTURE
BIOLOGIQUE



VOLAILLE FRANÇAISE



ŒUF PLEIN AIR



PRODUIT VÉGÉTARIEN
NE CONTIENT NI VIANDE NI POISSON



SANS GLUTEN



ISSU DE LA PÊCHE
DURABLE



SANS GÉLATINE ANIMALE
NE CONTIENT NI COCHON NI OURSON

LES ALLERGÈNES ET VALEURS NUTRITIONNELLES DE NOS PRODUITS SONT
DISPONIBLES AU COMPTOIR OU SUR WWW.COJEAN.FR

SALADES

PASTA

- ORZO PASTA SALAD**  6.90 e
pâte orzo, courgette, parmesan, tartare de tomate, ciboulette, citron, jus de citron, huile d'olive.
- MEDITERRANEAN PASTA SALAD**  6.90 e
pâte conchiglie, mozzarella di bufala, ratatouille, tomate cerise, olive noire, pignon de pin, basilic, pesto de basilic.
- TZATZIKI PASTA SALAD**  7.20 e
pâte fusilli, saumon fumé ASC, concombre, ciboulette, jus de citron, sauce crémée à l'aneth.

CARNÉES

- SALADE THAÏE**    7.30 e
filet de poulet, carotte, chou blanc, chou vert, oignon rouge, sésame blond, coriandre, gingembre, citron vert, sauce soja, huile de sésame.
- SALADE DE POULET VERDE**   7.30 e
filet de poulet grillé, petit pois, edamame, radis, fenouil, persil, crème de roquette.
- SALADE DE TABOULÉ ROSSO AU POULET**  7.80 e
boulgour bio, filet de poulet mariné au pesto rosso, tomate, citron, oignon rouge, persil, basilic, coriandre, jus de citron, huile d'olive.

VÉGÉTARIENNES

- MELON**   5.10 e
melon charentais rouge gorge.
- CHICKPEA SALAD**   5.70 e
pois chiche grillé au curry, courgette, tomate cerise, avocat, aneth, menthe, cumin, jus de citron, huile d'olive.
- SALADE AUBERGINE & CHÈVRE**  6.90 e
boulgour bio, aubergine, tomate, bille de chèvre, oignon rouge, coriandre, sauce huile d'olive et miel.
- ORANGE SUPERFOOD SALAD**   6.90 e
quinoa blanc, rouge et noir bio, brocoli, radis blanc, edamame, tomate cerise, persil, menthe, vinaigre de fruits rouges bio, houmous de tomate séchée.
- SUPER GREEN SALAD**  6.90 e
lentille verte bio, brocoli, fenouil, céleri, groseille, citron, oignon rouge, gingembre graine de pastèque grillée au soja, jus de citron, pesto de spiruline.
- SALADE ŒUF POCHÉ RATATOUILLE**    7.20 e
œuf poché plein air, ratatouille, haricot vert, tomate, olive verte, parmesan, ciboulette, huile d'olive.
- VEGGIE THAÏE**  7.20 e
tofu mariné, carotte, chou vert, oignon rouge, coriandre, gingembre, citron vert, sauce soja, huile de sésame.

SANDWICHES

MINIS

- MINI FAUX-MAGER AUX HERBES**  3.50 e
tomate séchée, olive noire, roquette, tartina de tofu bio et noix de cajou aux herbes dans un pain tradition.
- MINI MIXTE** 3.50 e
jambon blanc, emmental, cornichon, beurre doux dans un pain tradition.
- MINI THON**   3.60 e
tartina de thon MSC, concombre bio, ciboulette, basilic dans un pain tradition.
- MINI COPPA BASILIC**  3.80 e
coppa, tomate séchée, pousse d'épinard, pesto de basilic dans un pain tradition aux graines de pavot.
- MINI MOZZA LÉGUMES GRILLÉS**  3.80 e
mozzarella di bufala, roquette, tartina de légumes grillés, pesto de basilic dans un pain brioché bio aux graines de pavot.
- MINI DINDE**  4.10 e
chiffonnade de dinde, chiffonnade d'emmental, tomate cerise, sauce moutarde dans un pain brioché bio multi-graines.

PITAS


- PITA GREC**  4.10 e
pois chiche, tartare de tomate, olive noire, oignon rouge, aneth, sauce au yaourt grec dans un pain pita complet.
- PITA POULET GUACAMOLE**   4.30 e
filet de poulet, edamame, fenouil, tartare de tomate, jus de citron, guacamole, coriandre dans un pain pita complet.

BAGUETTES

- BAGUETTE ITALIENNE** 5.70 e
jambon cru, parmesan, tomate séchée, roquette, basilic, tartina d'artichaut dans un pain tradition aux graines de pavot.
- BAGUETTE POULET VERDE**  5.70 e
filet de poulet, mozzarella, pousse d'épinard, pesto de basilic dans un pain tradition.

TOASTÉS

DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE


- LE VÉGÉ**  7.30 e
dans un pain bio aux céréales.
- LE CLUB** 7.50 e
dans un pain bio aux graines de sésame.

DESSERTS

FRUITS

| | |
|---|--------|
| SALADE DE FRUITS mélange de fruits frais coupés. | 3.60 e |
| ANANAS | 4.80 e |
| MANGUE | 4.80 e |
| FRUITS COUPÉS mélange de fruits frais coupés. | 5.10 e |

PÂTISSERIES

| | |
|--|--------|
| PETIT PAIN COMPLET MULTI-CÉRÉALES  | 0.40 e |
| LE PETIT CANELÉ  | 2.30 e |
| PASTEL DE NATA  | 2.30 e |
| COOKIES  | 2.50 e |
| chocolat au lait ou chocolat blanc. | |
| COOKIES AUX FLOCONS D'AVOINE   | 2.60 e |
| citron-chia ou multi-graines. | |
| FLÛTE AUX FRUITS SECS  | 2.60 e |
| CINNAMON ROLL | 2.60 e |
| brioche roulée à la cannelle. | |
| CAKES  | 3.30 e |
| carotte, chocolat, citron-pavot ou marbré. | |

ENTREMETS

| | |
|--|--------|
| MOUSSE AU CHOCOLAT   | 3.50 e |
| RIZ AU LAIT DE COCO  | 3.60 e |
| riz au lait de coco, crème d'avoine. | |
| CRUMBLE FRAISE RHUBARBE  | 4.10 e |
| compotée de fraise et rhubarbe sous un crumble. | |
| CRUMBLE POMME  | 4.10 e |
| compotée de pomme sous un crumble. | |
| TARTE CITRON IN-A-POT !  | 3.60 e |
| crème citron, mousse chantilly sur un biscuit crumble aux amandes. | |
| TARTE FRAMBOISE IN-A-POT !  | 3.60 e |
| mousse pistache sur un biscuit crumble aux amandes, coulis de framboise, framboise. | |

LACTÉS

| | |
|--|--------|
| FROMAGE BLANC NATURE | 2.10 e |
| fromage blanc nature 0% mg. | |
| YAOURT AU LAIT DE BREBIS  | 2.10 e |
| châtaigne ou vanille. | |
| YAOURT AU LAIT ENTIER | 2.60 e |
| citron, framboise, myrtille. | |
| FROMAGE BLANC FRAMBOISE | 3.50 e |
| fromage blanc 0% mg, coulis de framboise, framboise. | |




SANS LACTOSE

| | |
|--|--------|
| DESSERTS AU SOJA   | 2.10 e |
| citron ou myrtille. | |
| BIRCHER MUESLI | 4.50 e |
| flocon d'avoine bio, noisette, pomme, lait de coco, sirop d'érable, framboise, menthe. | |
| BIRCHER MUESLI CASSIS | 4.50 e |
| flocon d'avoine bio, noisette, pomme, lait de coco, sirop d'érable, purée de cassis, myrtille, menthe. | |
| COCO PARADISE  | 5.10 e |
| lait de coco, fruits frais. | |
| COCO PARADISE FRAISE  | 5.40 e |
| lait de coco, fruits frais, coulis de fraise confite. | |
| COCO PARADISE GRANOLA  | 5.70 e |
| lait de coco, fruits frais, granola au sirop d'agave (noix, noix de cajou, noix de coco, graine de courge, canneberge). | |

BOISSONS

FRAÎCHES

| | |
|---|--------|
| ARIZONA 33 CL | 2.50 e |
| boissons aromatisées au thé : thé vert miel, thé vert grenade, thé noir pêche, thé noir citron. | |
| COCA COLA 33 CL | 2.60 e |
| classic, light, zero. | |
| EVIAN 50 CL | 2.70 e |
| eau minérale naturelle. | |
| BADOIT 50 CL | 2.80 e |
| eau minérale naturelle légèrement pétillante. | |
| BADOIT ROUGE 50 CL | 2.80 e |
| eau minérale naturelle intensément pétillante. | |
| BADOIT CITRON VERT 50 CL | 2.80 e |
| eau minérale naturelle légèrement pétillante aux extraits naturels de citron vert. | |

| | |
|--|--------|
| VOLVIC 50 CL boissons à l'eau minérale naturelle aromatisées : aux extraits naturels de citron, au jus d'agrumes ou au jus de fruits exotiques. | 2.80 e |
| EVIAN 75 CL eau minérale naturelle. | 2.90 e |
| HONEST TEA 37,5 CL  boissons bio au thé infusé et jus de fruits : thé blanc pêche-romarin, thé noir framboise-basilic. | 3.30 e |
| DIETZ 33 CL  infusions bio : thé vert citron-gingembre, menthe-matcha, thé noir cranberry. | 3.30 e |
| JUBILES KOMBUCHA 25 CL  boissons bio naturellement pétillantes : thé vert citron gingembre, thé vert betterave citron, thé noir citron vert menthe. | 3.30 e |
| EVIAN FRUITS & PLANTES 37 CL  boissons bio à l'eau minérale naturelle aromatisées : citron & fleur de sureau, raisin & rose, framboise & verveine. | 3.40 e |
| ALOÉ 50 CL boissons à l'aloé vera : citron vert, litchi, original. | 3.40 e |
| UMAI CHA 50 CL infusions de thé vert non sucrées : houji cha, ryoku cha, genmai cha | 3.60 e |
| EAU DE COCO COJEAN 33 CL 100% eau de coco. | 3.80 e |
| COJEAN COLD-PRESSED JUICES 25 CL jus de fruits et de légumes pressés et stabilisés par haute pression à froid. | 3.80 e |
| NOA 31.4 CL boissons aux extraits de thé vert et mélisse : airelle-épicéa, myrtille-bouleau, fleur de sureau-rhubarbe. | 3.60 e |
| WOW DARK DETOX 25 CL boissons au charbon actif, jus de citron pressé à froid et sirop d'agave : citron, framboise. | 3.60 e |
| CAPTAIN KOMBUCHA 40 CL  boissons bio naturellement pétillantes : original, framboise, coco. | 4.10 e |
| VITAMIN WELL 50 CL eaux enrichies en vitamines et minéraux : antioxidant, awake, focus, reload. | 4.10 e |

CHAUDES













grand cru d'arabica biologique sélectionné et torréfié
à paris pour cojean.

| | |
|---|--------|
| CAFÉ EXPRESSO | 2.30 e |
| CAFÉ AMERICANO | 2.30 e |
| CAFÉ NOISETTE | 2.30 e |
| CAFÉ LATTE | 3.30 e |
| CAPPUCCINO | 3.30 e |
| FLAT WHITE | 3.30 e |
| THÉS thé noir english breakfast, thé noir earl grey, thé vert sencha, infusion à la menthe. | 3.30 e |

PETIT-DÉJEUNER ÉQUILIBRÉ

| | |
|--|--------|
| LE PETIT-DÉJEUNER FRUGAL  café et flûte aux fruits secs. | 3.30 e |
| LE PETIT-DÉJEUNER SENTIMENTAL café bio ou thé bio, jus pressé bio ou jus de fruits mixé, bircher muesli ou fromage blanc au choix, flûte bio aux fruits secs. | 8.70 e |

ÉPICERIE

| | |
|--|--------|
| OSHIBORI lingette rafraîchissante parfumée au thé vert. | 0.50 e |
| ENERGY BALLS - COJEAN    boules d'énergie bio, crues, végétaliennes et sans gluten : fruits rouges & amarante, matcha & gingembre, noix de coco. | 2.50 e |
| GALETTES FINES AU BLÉ NOIR   6 galettes fines au blé noir de belle-île-en-mer. | 2.80 e |
| LITTLE MIRACLES    barres bio, végétaliennes et sans gluten : six graines, cinq fruits à coque. | 2.90 e |
| CUISINE SOLEIL  lentilles bio grillées aromatisées : curry, sel & poivre, thaï. | 2.90 e |
| N'EAT HEALTHY   barres végétaliennes et sans gluten : abricot, banane, fruits rouges, myrtille. | 2.90 e |
| RHYTHM 108    barres bio, végétaliennes et sans gluten au chocolat : noisette-praline, noix de coco, amande. | 2.90 e |
| GETRAW    barres bio, crues, végétaliennes et sans gluten : framboise, caramel-noisette, chocolat-noix, réglisse. | 2.90 e |
| THE BEGINNINGS    biscuits bio, crus, végétaliens et sans gluten : avoine-myrtille, coco-gingembre. | 3.10 e |
| CRACKERS COJEAN    crackers bio, végétaliens et sans gluten : salés aux 4 graines, sucrés noix de coco & chia. | 3.50 e |
| SAC RÉUTILISABLE sac réutilisable en coton naturel pour transporter votre déjeuner. | 4.80 e |



HONEST

APRÈS LE LANCEMENT DES INFUSIONS L'AUTOMNE DERNIER, HONEST FAIT SON RETOUR DANS NOS LINÉAIRES CET ÉTÉ AVEC UNE TOUTE NOUVELLE GAMME DE THÉS GLACÉS 100% BIO AUX NOTES AROMATIQUES FRUITÉES.

élaborées à partir de 95% d'infusions de thé, du jus de fruits bio et juste ce qu'il faut de sucre de canne bio, les 2 recettes sont faibles en calorie avec seulement 19 kcal pour 100ml.

le tout dans une bouteille composée à 30% d'origine végétale et 100% recyclable.

RHYTHM 108

CÔTÉ ÉPICERIE, VOUS NE DEVRIEZ PAS PASSER À CÔTÉ DE NOS NOUVELLES BARRES GOURMANDES AU CHOCOLAT.

fabriquées en suisse, 100% bio et végétaliennes, les 3 recettes sont composées d'avoine certifié sans gluten.

riches en fibres, elles sont également très peu sucrées et ne contiennent que 7g de sucre naturel.

• noisette & praline • noix de coco • amande



et comme le disent nos amis suisses de rhythm 108 :

EAT REAL, BE REAL.

RECETTE DE SAISON



LE FAUX-MAGER AUX HERBES

délicieuse à tartiner et entièrement végétale, cette préparation est à déguster sur du pain frais ou dans des gratins de pâtes. vous pouvez aussi la retrouver cette saison dans notre mini tradition vegan.

PRÉPARATION POUR 250G

INGRÉDIENTS

- 135G DE TOFU NATURE FERME BIO
- 15G DE NOIX DE CAJOU NON SALÉES
- 1 ÉCHALOTE
- ½ GOUSSE D'AIL
- 1 CUILLÈRE À SOUPE D'HUILE D'OLIVE
- 3 CUILLÈRES À SOUPE D'EAU
- 5G DE CERFEUIL FRAIS
- 2G DE PERSIL FRAIS
- 5G DE SAUCE SOJA
- SEL
- POIVRE

TO DO

TREMPER les noix de cajou la veille dans la même quantité d'eau froide (ou minimum 2h à l'avance).

ÉGOUTTEZ et **RINCEZ** avant utilisation.

MIXEZ-LES quelques minutes avec le reste des ingrédients jusqu'à obtenir une texture crémeuse.

VÉRIFIEZ l'assaisonnement et **RECTIFIEZ** si besoin.

CONSERVEZ au réfrigérateur avant de **SERVIR**.



POSTER GIRL

Pauline

ASSISTANTE MARKETING

d'où viens-tu ? de la région parisienne, née à saint-germain-en-laye, j'ai grandi dans la ville de sceaux connue pour son très joli parc **quelle est ta formation ?** un master en marketing à Lille **quand et comment es-tu arrivée chez cojean ?** je suis arrivée chez cojean en janvier 2017. beaucoup de mes amis de lycée avaient été équipiers chez cojean, et c'est quentin (le poster boy de cet été) qui m'a convaincue de me lancer dans l'aventure et de faire partie de la famille **en quoi consiste ton job aujourd'hui ?** je travaille aux côtés d'angèle, au développement des supports des différentes cartes de saison ainsi qu'à la réalisation d'études des ventes **et une fois ta journée terminée ?** si c'est la fin de la semaine et qu'il fait beau, vous me trouverez certainement en train de boire un petit verre en terrasse avec mes amis **trois mots pour décrire cojean ?** confiance, reconnaissance et humain **ta recette préférée ?** la salade de chèvre cendré **un dîner d'été chez toi : le menu ?** des petites bruschettas au pesto de tomate et chèvre en entrée, une salade de courgette et brousse, agrémentée de pignons de pin, d'ail, de basilic et d'un filet d'huile d'olive pour la suite, et un crumble maison aux pêches et abricots avec une boule de glace vanille pour les plus gourmands **tes projets pour cet été ?** des vacances avec mes amis dans le sud de la france et quelques week-ends prolongés pour aller voir des amis à l'étranger **le mot de la fin ?** j'ai l'impression que ce n'est que le début !

LE RETOUR DES COCO PARADISE



SUR UNE BASE D'UN SAVOUREUX LAIT DE COCO, CE DESSERT 100% VÉGÉTAL SE DÉCLINE EN TROIS VARIÉTÉS : NATURE, GRANOLA OU COULIS DE FRAISE.

en plus d'être sans lactose, sans gluten et sans soja, le coco paradise est absolument tout public puisque le granola utilisé—réalisé à partir de noix, noix de cajou, canneberges, graines de courge, cannelle... est lié par une pointe de sirop d'agave plutôt que du miel... ce qui en fait donc également un dessert vegan friendly.

le coco paradise, en plus d'être bon, il a tout bon.

CAFÉ LATTE

GLACÉ



CET ÉTÉ, PROFITEZ DE NOTRE CAFÉ LATTE, VERSION GLACÉE ET VÉGÉTALE, PUISQUE PRÉPARÉ AVEC UNE BOISSON À L'AVOINE BIO.

comme l'ensemble de nos boissons chaudes, cette recette 100% bio est réalisée à partir de notre grand cru d'arabica biologique et équitable, spécialement élaboré et torréfié à paris pour nos restaurants.

vous devriez nous en dire des nouvelles.

NOS JUS MINUTE DE FRUITS ET LÉGUMES

COMME VOUS LE SAVEZ DÉJÀ CERTAINEMENT, TOUS NOS JUS DE FRUITS ET DE LÉGUMES SONT PRESSÉS OU MIXÉS MINUTE À PARTIR DE FRUITS ET LÉGUMES BIO, À L'EXCEPTION DE LA MENTHE FRAÎCHE ISSUE DE L'AGRICULTURE CONVENTIONNELLE, ET CE POUR DES RAISONS D'APPROVISIONNEMENT.



depuis ce printemps, vous avez sûrement goûté au curcuma frais pressé que vous pouvez ajouter, selon vos envies, à votre jus de carotte, d'orange ou de pomme.

du côté des mixés, deux nouveautés vous attendent : le berry boost, à base d'açaï, de framboise, de banane et de pomme et un nouveau jus vert, le green mango, à base d'épinard, de mangue, d'ananas, de gingembre et de pomme.

l'été sera chaud et vitaminé !



OUVERTURE COJEAN TRINITÉ

BREAKING NEWS !

le dernier-né de la famille cojean ouvre ses portes le lundi 18 juin au 55, rue de châteaudun dans le 9ème, métro trinité.

ouvert du lundi au vendredi de 7h30 à 17h00, le restaurant est tenu de main de maître par louis et son équipe !

à très bientôt sur cojean trinité !



POSTER BOY

quentin

CHARGÉ DE PROJET EN ALTERNANCE

d'où viens-tu ? je suis né à paris et j'ai grandi en région

parisienne, j'habite aujourd'hui à antony dans les hauts-de-seine

quelle est ta formation ? je suis actuellement un master en alternance en finance d'entreprise

quand et comment es-tu arrivé chez cojean ?

un jour de février 2012, je cherchais un job après avoir quitté la fac. la tante de ma petite amie étant fan et cliente fidèle de la marque m'a parlé de l'enseigne. un entretien et une semaine plus tard, j'étais derrière la caisse à cojean monceau

quel y a été ton parcours ? équipier puis formateur, et plusieurs ouvertures de restaurants (raspail et beaugrenelle).

puis un stage au siège au service comptabilité et une alternance à la DSI aujourd'hui

ta meilleure expérience chez cojean ?

l'ouverture de cojean beaugrenelle. l'équipe était géniale, une vraie bande de potes. je garde un super souvenir de la rentrée de septembre 2014, beaucoup de mes amis du lycée et d'école avaient intégré la cojean family, on était presque 10 pendant un moment... un plaisir.

trois mots pour décrire cojean ?

famille, partage, apéro

en quoi consiste ton job aujourd'hui ? j'accompagne yoan à la DSI sur la mise en place d'un logiciel de gestion d'achat qui verra bientôt le jour dans les restaurants

tes passions une fois ta journée terminée ? ma copine, mes amis, le sport, la musique

ta recette préférée à la carte ou pas ? mon combo magique : tzatziki pasta salad, mini fromager et soupe tomate pomme ricotta !

un dîner chez toi cet été : le menu ? avec qui ? des amis, une petite salade tomate burrata basilic, une pizza maison et des jus frais

grâce à ma nouvelle centrifugeuse

où pourra-t-on te trouver cet été ? sûrement dans le sud de la france autour d'une piscine

le mot de la fin ? longue vie à la cojean family !

LA SALADE SUPER GREEN À LA SPIRULINE

VOUS NE DEVRIEZ PAS MANQUER NOTRE SALADE SUPER GREEN, AGRÉMENTÉE D'UN PESTO DE SPIRULINE, CETTE PETITE ALGUE VERTE HYPER PROTÉINÉE ET RICHE EN MINÉRAUX QUI EST BIEN CONNUE POUR BOOSTER L'ORGANISME.

cette spiruline, nous nous la procurons auprès de l'un de nos partenaires. depuis 7 ans, la fondation nourrir aimer donner finance et accompagne le projet d'antenna technologies, association qui lutte contre la malnutrition en créant des fermes spécialisées dans la production de spiruline.

en avril 2012, le centre de nutrition d'agou nyogbo au togo, monté par antenna technologies et financé par notre fondation, a ouvert et a pu accueillir les premiers enfants de la région souffrant de malnutrition afin que chacun d'entre eux puisse recevoir une cure nutritionnelle pendant deux mois.

en parallèle, les mères sont sensibilisées à l'hygiène et à l'équilibre alimentaire afin d'apprendre les bonnes pratiques une fois rentrées chez elles. voilà.

en dégustant la super green salad, vous savez désormais qu'il y a un peu plus que de savoureux produits derrière cette chouette recette.



LA FONDATION NOURRIR AIMER DONNER

tous les ans, cojean reverse 10% de ses bénéfices à la fondation nourrir aimer donner, créée en 2011 sous l'égide de la fondation de france afin de lutter contre la pauvreté et contribuer au développement durable des communautés les plus démunies.



SANJAY EST L'UN DES PÂTISSIERS DE L'ATELIER SHUKTARA CAKES DE CALCUTTA CRÉÉ PAR LA FONDATION. SON HISTOIRE EST UN EXEMPLE POUR TOUS.

sanjay a été accueilli au sein du foyer shuktara en avril 2000 à l'âge de 9 ans et personne n'en sait plus sur son passé ou sa famille. sourd et muet, il communique grâce au langage des signes. le foyer shuktara lui a apporté la chaleur et la sécurité d'une famille pour grandir.

quand la fondation a créé le projet shuktara cakes à calcutta en 2012, afin de donner une formation et un métier aux jeunes du foyer shuktara, sanjay a été le premier motivé. dès ses premiers jours de formation, il a été très rigoureux et très impliqué, particulièrement fort pour les cuissons des pâtisseries qu'il surveille à la seconde près. il a vu dans cet atelier de pâtisserie la possibilité de réaliser son rêve : avoir sa propre maison et fonder une famille. il a depuis toujours exprimé ce souhait. avec ses premiers salaires en poche, sanjay s'est marié avec munnii, s'est installé dans une petite maison pour fonder un foyer et a réalisé très vite son rêve. ils sont aujourd'hui parents d'une adorable petite fille, sumi.

sanjay a depuis quitté le toit de shuktara et a laissé la place à d'autres garçons et filles abandonnés et touchés par un handicap. tous les matins sanjay continue de surveiller avec précision chaque fournée shuktara cakes.

FR

01

BEAUGRENELLE

7 RUE LINOIS / 75015 PARIS
T : 01 45 77 72 05 / F : 01 45 77 72 63
E : COJEANBEAUGRENELLE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU SAMEDI DE 10H À 22H
LE DIMANCHE DE 11H À 22H

02

BOURSE

121 RUE RÉAUMUR / 75002 PARIS
T : 01 42 36 58 11 / F : 01 42 36 46 43
E : COJEANBOURSE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 07H30 À 16H

03

CENTRE VILLE

53 BD DU GÉNÉRAL MARTIAL VALIN
75015 PARIS
T : 01 53 78 00 33 / F : 01 75 44 39 79
E : COJEANCENTREVILLE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 11H À 15H
VENTE À EMPORTER UNIQUEMENT

04

CNIT

2 PLACE DE LA DÉFENSE
92053 PARIS LA DÉFENSE
T : 01 40 81 08 13 / F : 01 40 90 02 11
E : COJEANCNIT@COJEAN.FR
DU LUNDI AU SAMEDI DE 10H À 19H

05

FIGARO

14 BOULEVARD HAUSSMANN
75009 PARIS
T : 01 57 08 60 18 / F : 01 57 08 60 17
E : COJEANFIGARO@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H

06

HAUSSMANN

17 BOULEVARD HAUSSMANN
75009 PARIS
T : 01 47 70 22 65 / F : 01 47 70 22 68
E : COJEANHAUSSMANN@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 07H40 À 17H
LE SAMEDI DE 10H À 17H

07

KLÉBER

78 AVENUE KLÉBER
75116 PARIS
T : 01 47 04 73 80 / F : 01 47 27 52 34
E : COJEANKLEBER@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 16H

08

LAFFITTE

27 RUE LAFFITTE
75009 PARIS
T : 01 45 23 09 86 / F : 01 45 23 10 51
E : COJEANLAFFITTE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H

09

LOUVRE

3 PLACE DU LOUVRE
75001 PARIS
T : 01 40 13 06 80 / F : 01 40 13 06 07
E : COJEANLOUVRE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 10H À 16H

10

MADELEINE

6 RUE DE SÈZE / 75009 PARIS
T : 01 40 06 08 80 / F : 01 40 06 97 16
E : COJEANMADELEINE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H
LE SAMEDI DE 10H À 18H

11

MARBEUF

19 RUE CLÉMENT MAROT
75008 PARIS
T : 01 47 20 44 10 / F : 01 47 20 44 15
E : COJEANMARBEUF@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 17H
LE SAMEDI DE 09H À 17H

12

MATHURINS

64 RUE DES MATHURINS
75008 PARIS
T : 01 49 24 09 24 / F : 01 49 24 09 29
E : COJEANMATHURINS@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 10H À 16H

13

MIROMESNIL

11 AVENUE DELCASSÉ
75008 PARIS
T : 01 53 76 39 69 / F : 01 53 76 39 75
E : COJEANMIROMESNIL@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H

14

MONCEAU

32 RUE MONCEAU
75008 PARIS
T : 01 42 89 05 12 / F : 01 42 89 03 76
E : COJEANMONCEAU@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 10H À 15H

15

PARVIS LA DÉFENSE

4 PLACE DE LA DÉFENSE
92053 PARIS LA DÉFENSE
T : 01 47 62 88 35 / F : 01 47 62 88 81
E : COJEANPARVSLADEFENSE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 16H

16

PRINTEMPS

64 BOULEVARD HAUSSMANN
75009 PARIS
T : 01 42 82 40 25 / F : 01 42 82 40 69
E : COJEANPRINTEMPS@COJEAN.FR
DU LUNDI AU SAMEDI DE 09H35 À 20H
NOCTURNE LE JEUDI JUSQU'À 20H45
LE DIMANCHE DE 11H À 19H

17

PROVENCE

66 RUE DE PROVENCE
75009 PARIS
T : 01 45 26 25 85 / F : 01 45 26 25 42
E : COJEANPROVENCE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 10H À 16H

18

PYRAMIDES

10 RUE DES PYRAMIDES
75001 PARIS
T : 01 42 96 00 50 / F : 01 42 96 09 66
E : COJEANPYRAMIDES@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 09H À 16H
LE SAMEDI DE 10H À 17H

19

RASPAIL

42 BOULEVARD RASPAIL
75007 PARIS
T : 01 45 48 98 87 / F : 01 42 84 32 06
E : COJEANRASPAIL@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H
LE SAMEDI DE 09H À 19H

20

ROOSEVELT

55 AV. FRANKLIN DELANO ROOSEVELT
75008 PARIS
T : 01 45 63 19 09 / F : 01 45 63 19 11
E : COJEANROOSEVELT@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 09H À 16H

21

SURÈNE

11 RUE DE SURÈNE
75008 PARIS
T : 01 40 06 96 54 / F : 01 42 65 59 61
E : COJEANSURENE@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 16H

22

ST OUEN

150 BOULEVARD VICTOR HUGO
93400 SAINT OUEN
T : 01 40 10 22 91 / F : 01 40 10 86 65
E : COJEANSAINTOUEN@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 15H

23

WASHINGTON

25 RUE WASHINGTON
75008 PARIS
T : 01 45 61 07 33 / F : 01 45 61 07 78
E : COJEANWASHINGTON@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 09H À 16H

24

NEUILLY

168 AVENUE CHARLES DE GAULLE / 92200
NEUILLY SUR SEINE
T : 01 45 24 45 48 / F : 01 46 24 48 42
E : COJEANNEUILLY@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 16H

25

CHOISEUL

6 RUE DE CHOISEUL
75002 PARIS
T : 01 42 33 48 55 / F : 01 42 33 48 77
E : COJEANCHOISEUL@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H

26

GRANDS BOULEVARDS

18 BOULEVARD POISSONNIÈRE
75009 PARIS
T : 01 45 23 29 91 / F : 01 45 23 27 08
E : COJEANGRANDSBULEVARDS@COJEAN.FR
DU LUNDI AU VENDREDI DE 08H À 18H
LE SAMEDI DE 10H À 17H

UK

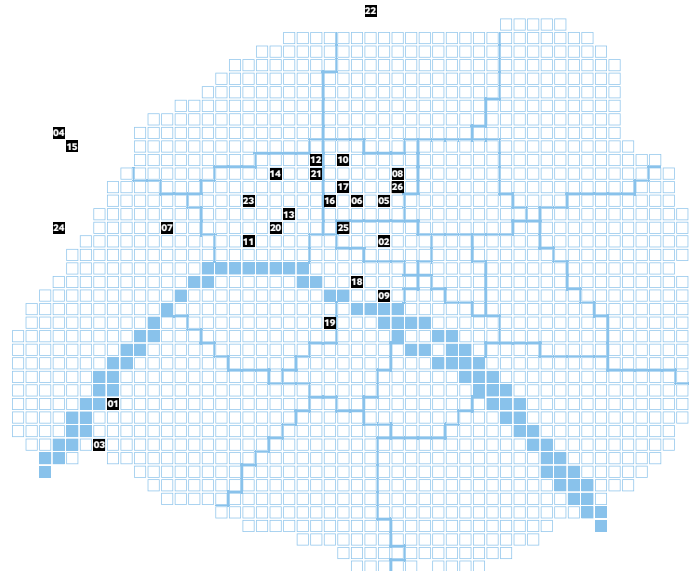
LUDGATE

50-52 LUDGATE HILL
LONDON EC4M 7AW
TEL: +44 (0)20 3841 9771
FAX: +44 (0)20 3201 1180
E: COJEANLUDGATE@COJEAN.CO.UK
OPEN MONDAY - FRIDAY - 6.30AM - 6PM

UK

BERKELEY

13 BERKELEY STREET
LONDON W1J 8DU
TEL: +44 (0)20 7495 6545
FAX: +44 (0)20 7491 8689
E: COJEANBERKELEY@COJEAN.CO.UK
OPEN MONDAY - FRIDAY - 7AM - 7PM





@COJEANRESTAURANTS