

Depuis 2006, le Balnéo propose
des plats cuisinés avec grande attention
dans une atmosphère accueillante et envoûtante.
C'est l'union entre les origines culinaires
de Derek et l'hospitalité bienveillante
de Martine qui guide l'expérience « Balnéo ».

Notre mission est de vous servir des plats
savoureux et uniques, concoctés à partir
de produits de grande qualité.

Découvrez
LE BALNÉO

*Since 2006, Le Balnéo serves dishes
cooked with great attention in a welcoming
and enchanting atmosphere. It is the union between
Derek's culinary origins and Martine's welcoming
hospitality that guides the "Balneo" experience.*

*Our mission is to offer tasty and unique dishes,
concocted with high quality products.*

ENTRÉES

ENTRÉES FROIDES

MOUSSE DE FOIE DE VOLAILLE AUX PISTACHES 14

CHICKEN LIVER MOUSSE WITH PISTACHIOS

_Avec confit d'oignons, cornichons et croûtons.

Served with onion confit, sour pickles and toasted croutons.

ASSIETTE DE SAUMON FUMÉ 15

SMOKED SALMON PLATE

_Avec oignons rouges, câpres, poivre concassé et huile d'olive.

Smoked salmon, red onions, capers, olive oil and cracked pepper.

CARPACCIO DE BOEUF 18

BEEF CARPACCIO

_Filet mignon tranché mince, câpres, échalotes françaises, sauce

dijonnaise et parmesan frais. Thinly sliced uncooked filet mignon,

capers, french scallions, dijonnaise sauce and parmesan, mesclun

salad.

ENTRÉES CHAUDES

FRITES BELGES OU FRITES DE PATATES DOUCES 6/7

BELGIAN FRIES OR SWEET POTATO FRIES

_Avec mayonnaise maison. Served with a house mayonnaise.

SOUPE DU JOUR 7

SOUP OF THE DAY

QUENELLES CHINOISES (5) 10

PEANUT BUTTER DUMPLINGS (5)

_Quenelles farcies au porc, à la vapeur avec sauce épicée

aux arachides. Steamed pork stuffed dumplings with spicy peanut

butter sauce.

CHÈVRE CHAUD (4) 12

WARMED GOAT CHEESE TOASTS (4)

_Fromage de chèvre au gratin sur croûtons grillés. Melted goat

cheese served on toasted croutons.

ESCARGOTS 12

_Choix de sauce rosée aux champignons ou saumon fumé

et câpres ou à l'ail. Choice of rosé sauce with mushrooms

or smoked salmon and capers or garlic butter.

+ FROMAGE GRATINÉ 3 10

POUTINE AU POIVRE

_Frites belges servies avec fromage en grains et sauce au poivre.

Belgian fries served with curd cheese and peppercorn sauce.

Notre permis d'alcool nous oblige à servir un plat à chaque personne voulant consommer de l'alcool.
Our Liquor permit allows us only to serve alcohol accompanied by a meal.

**ENTRÉES
CHAUDES**

SUITE

SAUTÉ DE CREVETTES (3) ET PÉTONCLES (3) AU PERNOD 16
SAUTÉED SHRIMPS (3) AND SCALLOPS (3)

_Sauce à la crème au Pernod. In a creamy Pernod sauce.

CROQUETTES DE HOMARD MAISON (4) 16
HOMEMADE LOBSTER CAKES (4)

*_Servies avec sauce créole moyennement épicée.
Served with a moderately spiced Creole sauce.*

CALMARS FRITS POUR 2 16
FRIED CALAMARI FOR 2

*_Calmars légèrement panés avec sauce cocktail maison.
Lightly battered calamari served with a homemade cocktail sauce.*

TARTARES

ENTRÉE
OU
REPAS

SAUMON 14/26
SALMON

*_Avocat, sauce soya, huile de sésame, gingembre, coriandre
et mayo wasabi-lime. Avocado, soya sauce, sesame oil, ginger,
coriander and a wasabi-lime mayo.*

THON 16/28
TUNA

*_Avocat, panko, mayonnaise épicée et ciboulette.
Avocado, panko, spicy mayonnaise and chives.*

BOEUF 18/32
BEEF

*_Boeuf, mayonnaise maison, câpres, échalotes françaises,
huile d'olives et persil. Beef house mayonnaise, capers,
shallots, olive oil and fresh parsley.*

**PLANCHE
DÉGUSTATION**

3 OPTIONS
MINIMUM

FROMAGE CHEESE 7

CHARCUTERIES MEATS 7

ROSE DE SAUMON FUMÉ SMOKED SALMON ROSE 9

MOUSSE DE FOIE LIVER MOUSSE 10

TARTARES (BOEUF, SAUMON OU THON) TARTARES (BEEF, SALMON, TUNA) 12

CROÛTONS DE CHÈVRE CHAUDS WARMED GOAT CHEESE 8

SAUTÉ DE CREVETTES ET PÉTONCLES AU PERNOD 12
SAUTÉED SHRIMPS AND SCALLOPS

CROQUETTES DE HOMARD LOBSTER CAKES 12

Notre permis d'alcool nous oblige à servir un plat à chaque personne voulant consommer de l'alcool.
Our Liquor permit allows us only to serve alcohol accompanied by a meal.

SANDWICHES

- SANDWICH À LA CALIFORNIENNE** 12
CALIFORNIAN SANDWICH
_Concombres, oignons rouges, tomates, luzerne, fromage cheddar, avocat et mayonnaise au pesto sur pain ciabatta. *Cucumber, red onion, fresh tomato, alfalfa sprouts, cheddar cheese, avocado and sundried tomato pesto mayo on a black olive ciabatta.*
+ POULET 4
- BAGEL AU SAUMON FUMÉ** 14
SESAME SEED BAGEL WITH SMOKED SALMON
_Saumon fumé, oignons rouges, câpres et fromage à la crème sur bagel au sésame grillé. *Smoked salmon, red onion, capers and cream cheese served on a toasted bagel.*
- SANDWICH OU WRAP DE POULET GRILLÉ CAJUN, CÉSAR OU CHIPOTLE** 14
GRILLED, CAJUN, CAESAR OR CHIPOTLE CHICKEN SANDWICH OR WRAP
_Poitrine de poulet cajun grillée, laitue, tomates, fromage suisse, oignons et mayonnaise sur kaiser au sésame. *Chicken breast, lettuce, tomato, swiss cheese, onion and mayonnaise served on a sesame seed Kaiser or wrap.*
- BURGER TENNESSEE NOIRCI AU JACK DANIELS** 15
TENNESSEE JACK DANIELS BLACKENED BURGER
_Oignons et champignons sautés au Jack Daniels, laitue, tomates, fromage suisse et mayonnaise sur pain kaiser au sésame. *Blackened burger, sautéed mushrooms and onions, lettuce, tomato, swiss cheese and mayonnaise served on a sesame seed kaiser.*
- BURGER À LA PARISIENNE** 15
PARISIAN BURGER
_Burger grillé, oignons et champignons sautés, laitue, tomates, cornichons à l'aneth, fromage à la crème et sauce dijonnaise sur pain kaiser au sésame. *Grilled burger, sautéed mushrooms and onions, lettuce, tomato, dill pickle, cream cheese and dijonnaise sauce served on a sesame seed Kaiser.*
- GUÉDILLE AU HOMARD** 17
LOBSTER ROLL
_Chair de homard, mayonnaise maison et ciboulette sur pain grillé au beurre. *Lobstermeat, house mayonnaise and chives on a grilled buttered bun.*

Notre permis d'alcool nous oblige à servir un plat à chaque personne voulant consommer de l'alcool.
Our Liquor permit allows us only to serve alcohol accompanied by a meal.

SALADES

CHOIX DE VINAIGRETTES

Balsamique, maison, miel et dijon, orientale ou canneberges et xérès.

CHOICE OF

House, Balsamic, Honey Dijon, Oriental or Dried Cranberry and Xeres sherry wine dressings.

ENTRÉE SALADE MESCLUN // REPAS MESCLUN **9/13**
ENTRÉE MESCLUN LETTUCE SALAD // LARGE MESCLUN LETTUCE SALAD

ENTRÉE SALADE CÉSAR MAISON // SALADE CÉSAR REPAS **10/14**
ENTRÉE CAESAR SALAD // LARGE CAESAR SALAD

_Laitue romaine, bacon, parmesan, croûtons et vinaigrette César.

Romaine lettuce, homemade bacon bits, parmesan, croutons and caesar dressing.

+ POITRINE DE POULET GRILLÉ OU CAJUN 5
+ 8 CREVETTES TIGRÉES CAJUN 6
+ FILET DE SAUMON GRILLÉ OU NOIRCI 7

SALADE SINGAPOUR **14**
SINGAPORE SALAD

_Bébés feuilles d'épinards, bok choy, céleri, fèves germées, champignons, poivrons et vinaigrette orientale. Baby spinach, leaves, bokchoy, celery, bean sprouts, mushrooms and bell peppers served with an oriental dressing.

+ POULET GRILLÉ 4
+ 8 CREVETTES TIGRÉES 5
+ TATAKI DE THON 8

SALADE DE FROMAGE DE CHÈVRE **16**
MARINATED GOAT CHEESE SALAD

_Laitue mesclun, fromage de chèvre, endives, tomates et vinaigrette aux canneberges séchées et xérès. Mesclun lettuce, goat cheese, endives and tomatoes served with dried cranberry and Xérès wine dressing.

+ CUISSE DE CANARD EFFILOCHÉE 8

SALADE D'AMOUR AVEC CHAIR DE HOMARD **20**
LOBSTER MEAT SALAD

_Feuilles d'épinards, germes de luzerne, raisins secs, échalotes et noix d'acajou, vinaigrette orientale. Spinach leaves, chop suey, dried raisins, shallots and cashews, oriental dressing.

Notre permis d'alcool nous oblige à servir un plat à chaque personne voulant consommer de l'alcool.
Our Liquor permit allows us only to serve alcohol accompanied by a meal.

PÂTES

CHOIX DE PÂTES

Pennine, linguini, capellini ou tortellini viande ou fromage.

CHOICE OF PASTA

Pennine, Linguini, Capellini or Tortellini meat or cheese.

PESTO AUX TOMATES SÉCHÉES 15

SUNDRIED TOMATO PESTO

_Purée de basilic frais, tomates séchées, noix de pin grillées et huile d'olive, sauce à la crème. *Purée of fresh basil, sundried tomatoes, roasted pine nuts, and olive oil in a creamy sauce.*

+ POULET 4

+ CREVETTES (8) 5

TORTELLINI ROSÉ 16

_Oignons, vin blanc et sauce tomate légèrement crémeuse.

Onion, white wine in a rosé sauce.

NAPOLI 17

_Saucisses italiennes, oignons, ail, basilic frais, vin blanc et sauce tomate maison. *Italian sausage, onion, garlic, fresh basil, white wine and tomato sauce.*

ROSEANNA 17

_Champignons, bacon, oignons, vin blanc et sauce tomate maison légèrement crémeuse. *Mushrooms, bacon, onion, white wine in a light creamy tomato sauce.*

TORTELLINI PROSCIUTTO ET CHAMPIGNONS 18

TORTELLINI PROSCIUTTO AND MUSHROOMS

_Oignons, vin blanc et sauce à la crème. *Prosciutto, mushrooms, onion, white wine in a creamy sauce.*

CARBONARA 18

_Bacon, tomates, oignons, jaune d'œuf et sauce à la crème.

Bacon, tomatoes, onion and egg yolk in a creamy sauce.

CREVETTES (5) ET PÉTONCLES (5) À LA CRÉOLE 26

CREOLE SHRIMPS AND SCALLOPS

_Poivrons, piments forts, oignons, vin blanc et sauce tomate crémeuse. *Shrimps, scallops, bell peppers, hot peppers, onion, white wine and fresh basil in a light creamy tomato sauce.*

Notre permis d'alcool nous oblige à servir un plat à chaque personne voulant consommer de l'alcool.
Our Liquor permit allows us only to serve alcohol accompanied by a meal.

PLATS

DE LA FERME

SAUTÉ ASIATIQUE VÉGÉTARIEN 14
VEGETARIAN ASIAN STIR FRY

_Sauté de légumes assortis avec gingembre, basilic frais, sésame rôti et sauce aux huîtres sur vermicelles.
Assortment of vegetables sautéed with ginger, basil and oyster sauce served with vermicelli and roasted sesame seeds.

+ POULET 4
+ BOEUF 6

POITRINE DE POULET NOIRCI 18
BLACKENED CHICKEN WITH PRIMAVERA LINGUINI

_Avec linguini primavera sauce pesto aux tomates séchées.
Served in a sundried tomato pesto sauce.

SAUTÉ DE POULET AU BEURRE 20
SAUTÉED BUTTER CHICKEN

_Poulet sauté avec julienne de poivrons, coriandre, noix d'acajou et pain naan sur riz basmati. *Sautéed chicken breast with julienned bell peppers, coriander, cashews and Naan bread on basmati rice.*

BAVETTE DE BOEUF ANGUS AAA GRILLÉ 28
GRILLED BEEF BAVETTE STEAK AAA ANGUS BEEF

_Servie avec frites belges et choix de sauces au cognac et poivre ou bordelaise au vin rouge en extra pour 1 \$.
Served with Belgian fries. Choice of Cognac and peppercorn sauce or Bordelaise red wine sauce for an extra \$1.00.

FILET MIGNON ANGUS AAA GRILLÉ 7OZ 44
GRILLED FILET MIGNON 7OZ AAA ANGUS BEEF

_Servi avec frites belges et légumes, choix de sauces cognac et poivres ou bordelaise au vin rouge en extra pour 1 \$.
Served with Belgian fries and vegetables. Choice of Cognac and peppercorn sauce or Bordelaise red wine sauce for an extra \$1.00.

Notre permis d'alcool nous oblige à servir un plat à chaque personne voulant consommer de l'alcool.
Our Liquor permit allows us only to serve alcohol accompanied by a meal.

MOULES IPE À LA VAPEUR (EN SAISON SEULEMENT) STEAMED PEI MUSSELS (SEASONAL) SERVED WITH BELGIAN FRIES <i>_Servies avec frites belges. / Choix de sauces : marinara, vin blanc, dijon, bière, cognac et poivres, cari, fromage bleu, saumon fumé ou César épicée. Choice of sauces: Marinara, White wine, Dijon, Beer, Cognac Peppercorn, Curry, Blue cheese, Smoked salmon and Spicy Caesar.</i>	18
SAUTÉ ASIATIQUE VÉGÉTARIEN VEGETARIAN ASIAN STIR FRY <i>_Sauté de légumes assortis avec gingembre, basilic frais, sésame rôti et sauce aux huîtres sur vermicelles. Assortment of vegetables sautéed with ginger, basil and oyster sauce served with vermicelli and roasted sesame seeds.</i>	14
+ CREVETTES (8) 5	
FILET DE SAUMON GRILLÉ OU NOIRCI GRILLED OR BLACKENED SALMON FILET <i>_Servi avec riz et légumes du jour. Served with rice and vegetables.</i>	24
SAUTÉ DE PÉTONCLES (8) À LA THAÏ SAUTÉED SCALLOPS (8) IN THAI CURRY AND ROASTED RED PEPPER SAUCE <i>_Sauce au cari et poivrons rouges rôtis, servis avec riz basmati et légumes. Served with Basmati rice and vegetables.</i>	28
TATAKI DE THON SUSHI SAISI AU SÉSAME SEARED SESAME TUNA TATAKI <i>_Salsa d'avocats, sauce au gingembre et riz basmati. Sushi Tuna with and avocado salsa , ginger sauce and basmati rice.</i>	30
ASSIETTE DE LANGOUSTINES D' ISLANDE (5) Temps de préparation 20 minutes BAKED ICELANDIC SCAMPIES PLATE (5) 20 minutes preparation time <i>_Garnie d'une crème d'ail, riz et légumes. Served with rice, vegetables and a creamy garlic sauce.</i>	46