

CHOIX LÉGER

Nos portions sont généreuses! Voici quelques options plus légères!

DÉLICIEUSES PAD SALADES

Essayer notre sauté chaud sur salade froide pour un choix plus léger mais rempli de saveurs.

Choix de 9 saveurs: arachides, aigre-douce, aubergine, arachides, basilic, gingembre, noix d'acajou, pâte de chili, soya à l'ail

DES SOUPES QUI RÉCHAUFFENT LE CŒUR!

Moins de bouillon, moins de sodium moins de calories! Demandez la moitié du bouillon ou une mini soupe.

Moins de nouilles, moins de glucides et moins de calories! Demandez moins de nouilles, ou aucune, et remplacez-les avec plus de fèves germées. Vous pouvez commander plus de légumes ou plus de protéines avec un petit extra.

DE DÉLICIEUX SAUTÉS!

Notre sauce végétarienne est un peu plus légère; demandez que votre plat préféré de

protéines (avec crevettes, bœuf, poulet, tofu ou poisson) soit servi avec la SAUCE VÉGÉTARIENNE.

Moins de glucides? Vous pouvez remplacer votre riz avec des fèves germées.

Moins d'huile? Demandez moins d'huile pour votre sauté.

UN DÉLICE DE RIZ FRIT!

Réduisez le cholestérol en demandant votre riz frit sans œuf.

Demandez pour la sauce végétarienne.

UN SUPER PAD THAÏ!

Pour un pad thaï plus léger, demandez :

- la sauce végétarienne
- sans œuf
- moins de nouilles, plus de fèves germées

UN CHOUETTE PAD SEW!

Pour un Pad Sew plus léger, demandez :

- la sauce végétarienne
- sans œuf
- moins d'huile

LES AVANTAGES DES PIMENTS THAÏ

- Les piments thaï contiennent une quantité élevée de vitamines C et de carotène (provitamine A);
- Ils réduisent le taux de sucre dans le sang;
- Ils améliorent la santé du cœur, amplifient la circulation, fluidifient le sang et protègent contre les maladies cardiaques;
- Ils procurent un soulagement de la douleur et réduit l'inflammation;
- Ils apportent un effet thérapeutique et relaxant;
- Ils aident à dégager la congestion;
- Ils réduisent les risques de cancer de l'estomac;
- Ils aident à brûler les graisses;
- Et finalement, il a été démontré que les piments aident à réduire le taux de cholestérol et de fibrine dans le sang, et en conséquence, la tendance à la coagulation.



Pad Salade : saveur basilic