

TRAITEUR DES SAISONS

ALBI • TARN • OCCITANIE



© MURIEL CAVANHAC

L'ALLIANCE DU VÉGÉTAL

De la saison et du territoire

MARIAGES • ENTREPRISES • RÉCEPTIONS •
BRUNCHS • ÉVÉNEMENTS

CUISINE SAVOUREUSE ET ENGAGÉE

TRAITEUR DES SAISONS

DES ÉVÉNEMENTS À VOTRE IMAGE



© MURIEL CAVANHAC

CUISINE DES SAISONS

« LE GOÛT NAÎT OÙ LA SAISON RENCONTRE LE TERRITOIRE. »

Je cuisine avec ce que la saison et le territoire nous offrent de meilleur.

Le végétal est au cœur de ma cuisine : légumes du Tarn, céréales, légumineuses, herbes fraîches, épices, marinades, fermentations et sauces maison. Autour de lui peuvent aussi trouver leur place des fromages, poissons ou viandes locales, selon votre événement.

Pour chaque réception, j'imagine une cuisine généreuse, colorée et gourmande, pensée pour le lieu, le moment et celles et ceux qui seront réunis autour de la table.

BÉNÉDICTE LONGECHAL
CHEFFE PRIVÉE & TRAITEUR

L'EXPÉRIENCE TRAITEUR

UN ÉVÉNEMENT • UNE HISTOIRE

Un mariage, un séminaire, un brunch, une réception organisée par une mairie ou une collectivité : aucun événement ne ressemble vraiment à un autre. C'est justement ce que j'aime.

Je compose chaque proposition en fonction de votre projet, du nombre de convives, du lieu, de la saison et de l'ambiance recherchée.

Buffet généreux, cocktail, brunch, repas à partager ou service à l'assiette : la cuisine s'adapte à l'événement, et non l'inverse.

Le végétal constitue le fil conducteur de ma cuisine. Je l'associe aux produits de saison et du territoire, avec la possibilité d'intégrer poissons, fromages et viandes locales lorsque le projet s'y prête.



MARIAGES

UNE CUISINE QUI FAIT PARTIE DE LA FÊTE

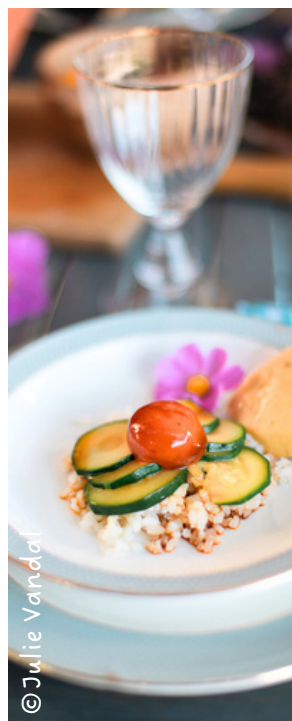
Le repas d'un mariage ne devrait jamais être une simple parenthèse entre deux moments de la journée.

Cocktail, grandes tablées, buffet, dîner servi, brunch du lendemain... j'imagine une cuisine qui vous ressemble, généreuse et vivante, guidée par les saisons et les produits du territoire.

Le végétal y occupe une place centrale, sans exclure poissons, fromages ou viandes locales lorsque vous souhaitez les intégrer à votre menu.

Cocktail • Buffet • Dîner • Brunch du lendemain

Chaque mariage fait l'objet d'une proposition sur mesure.





SÉMINAIRES & ENTREPRISES

BIEN MANGER POUR MIEUX SE RETROUVER

Petit-déjeuner, déjeuner, pause gourmande, cocktail ou dîner : je construis des repas adaptés au rythme de votre journée et à votre équipe.

Une cuisine fraîche et colorée, suffisamment gourmande pour créer un vrai moment de plaisir et suffisamment juste pour que tout le monde ait encore envie de travailler après le déjeuner.

Séminaires • Formations • Réunions • Team building • Journée de travail
Buffet, repas à partager, service à l'assiette ou formule sur la journée.



BRUNCH

DU SALÉ, DU SUCRÉ, DU FAIT MAISON ET SURTOUT DU BON.

J'aime le brunch lorsqu'il ressemble à une grande table sur laquelle on a envie de tout goûter.

Focaccia, légumes rôtis, tartinades, œufs, salades de saison, fromages locaux, cakes salés, granola, financiers, clafoutis aux fruits, douceurs maison...

Les propositions évoluent naturellement au fil des saisons.

**Mariage du lendemain • Anniversaire • Réunion familiale • Entreprise •
Événement privé • Séminaire • Journée de travail**



MAIRIES & COLLECTIVITÉS

UNE CUISINE LOCALE POUR LES TEMPS FORTS DU TERRITOIRE

Réceptions, inaugurations, vœux, repas des aînés, rencontres professionnelles, événements culturels, festivals ou temps forts communaux : j'accompagne les collectivités avec des prestations adaptées au lieu, au public et au nombre de participants.

Une cuisine faite maison, généreuse et accessible, construite autour des saisons et, autant que possible, des producteurs et artisans du territoire.

Cocktails • Buffets • Déjeuners • Brunchs • Repas communaux • Réceptions

Une attention particulière est portée à la saisonnalité, aux régimes alimentaires, à la juste quantité et à la réduction du gaspillage.

Des formats sur mesure, du petit comité aux événements accueillant un public plus important.





BOX COCKTAIL

EN VERSION SALÉE ET/OU SUCRÉE

BOX COCKTAIL VÉGÉTALE

Une sélection généreuse de bouchées faites maison : focaccia, légumes de saison, tartinades, mini-sandwichs, bouchées et créations végétales.

À partir de 48 €

BOX VÉGÉTAL & TERROIR

Le végétal rencontre le terroir : bouchées maison, focaccia, légumes, fromages et charcuteries locales soigneusement sélectionnées.

À partir de 58 €

BOX DOUCEURS

Une sélection de douceurs faites maison, préparées au fil des saisons : financiers, cookies, cakes, fruits cuisinés, crumbles, verrines gourmandes et autres petites créations sucrées.

À partir de 48 €



UNE CUISINE QUI SUIT LES SAISONS

DES ÉVÉNEMENTS QUI RASSEMBLENT

LE VÉGÉTAL AU CŒUR

Légumes de saison, céréales, légumineuses, herbes, épices, marinades, pickles, fermentations et sauces maison composent le cœur de ma cuisine.

LE TERRITOIRE AUTOUR

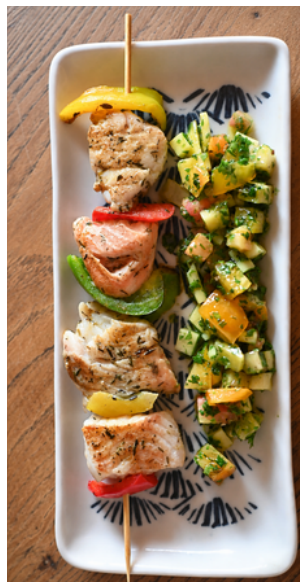
Fromages, œufs, poissons ou viandes locales peuvent compléter les propositions selon votre événement, toujours sélectionnés avec attention.

LE FAIT MAISON

Focaccia, pains, pâtes, tartinades, sauces, condiments, pickles, desserts et gourmandises sont préparés dans ma cuisine.

LES DOUCEURS

Fruits du moment, financiers, clafoutis, panna cotta, tartes rustiques, chocolat et desserts de saison.



À CHAQUE ÉVÉNEMENT SON FORMAT

QUEL EST VOTRE PROJET ?

COCKTAIL

Des bouchées à déguster debout, pour circuler, discuter et profiter.

BUFFET

Une table généreuse où chacun compose son assiette.

À PARTAGER

Les plats arrivent au centre de la table. On se sert, on échange, on partage.

À L'ASSIETTE

Un menu pensé dans son ensemble pour une expérience plus structurée.

BRUNCH

Du salé, du sucré et une grande table à découvrir à son rythme.

Chaque proposition est réalisée sur devis selon le projet, le nombre de convives, le lieu et le format choisi.



FORMULES

MARIAGE

Cocktail, buffet, à table
Imaginons ce qui vous ressemble

À partir de 45 €/pers

COCKTAIL & BUFFET

Bouchées apéritives + buffet généreux

À partir de 40 €/pers

BRUNCH DES SAISONS

Un brunch de saison et vivant, loin des standards,
où chaque préparation est faite maison.

À partir de 35 €/pers

BOX COCKTAIL

Bouchées salées ou sucrées, végétales et du terroir :
focaccia, légumes rôtis, tartinades et petites
gourmandises salées.

24 pièces
À partir de 48 €



CONDITIONS & LOGISTIQUES

UNE PRESTATION PENSÉE DE A À Z

Chaque prestation est préparée sur mesure : échanges en amont, conception de la proposition culinaire, sélection et achat des produits, préparation, dressage et mise en place.

Le service, le personnel, la vaisselle et les besoins logistiques sont définis selon le format de votre événement.

CONDITIONS DE PAIEMENT :

Afin de garantir la réservation de votre date, un acompte de 50 % est demandé à la signature du devis. Le solde est à régler avant la prestation.

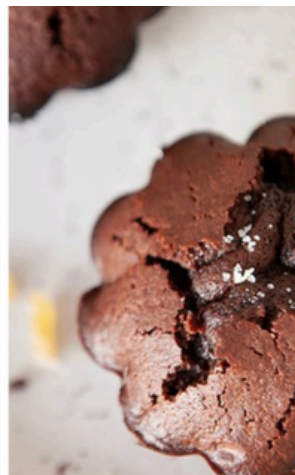
PARLEZ-MOI DE VOTRE ÉVÉNEMENT

Date • lieu • nombre de convives • type d'événement • vos envies.

Bénédicte Longechal
Cheffe privée & Traiteur — Green et Local

CONTACT

Bénédicte Longechal
Tel : 06 29 14 17 69
Mail : bonjour@greenetlocal.com
Instagram : @green_et_local
Site : <https://www.greenetlocal.com>



L'alliance du végétal, de la saison et du territoire.
Albi • Tarn • Occitanie • Partout où ma cuisine m'emmène.
