TRAITEUR DES SAISONS

ALBI • TARN • OCCITANIE



L'ALLIANCE DU VÉGÉTAL

De la saison et du territoire

MARIAGES • ENTREPRISES •
RÉCEPTIONS • BRUNCHS • ÉVÉNEMENTS

CUISINE SAVOUREUSE ET ENGAGÉE

TRAITEUR DU TERRITOIRE

ALLIANCE DU VÉGÉTAL ET DE LA SAISON

TRAITEUR DES SAISONS

DES ÉVÉNEMENTS À VOTRE IMAGE



« 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.

Légumes de saison, poissons français issus d'une pêche raisonnée, 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

Accueil café, petit-déjeuner, brunch, déjeuner, cocktail ou dîner : je construis des repas et buffets 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







PIQUE-NIQUES

UNE CUISINE NOMADE QUI PREND L'AIR

Un déjeuner au bord d'un chemin, une pause gourmande pendant une randonnée, un séminaire en pleine nature, une classe verte, une journée de stage ou une grande fête familiale sous les arbres…

J'imagine des pique-niques complets, généreux et faits maison, pensés pour être facilement transportés et dégustés dehors, où que votre journée vous emmène.

Sandwichs et focaccia maison, salades de saison, tartinades, fromages, œufs, viandes locales, fruits et douceurs… La composition évolue au fil des saisons et s'adapte à votre événement, au lieu et à vos envies.

Randonnées • Séminaires en extérieur • Classes vertes • Fêtes familiales • Stages & retraites • Festivals • Excursions • Journées nature

En formule individuelle ou à partager, chaque pique-nique est préparé sur mesure selon le nombre de convives et l'organisation de votre journée.







À partir de 19 € par personne
Selon la composition, le nombre de convives et le lieu de livraison.

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.









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.

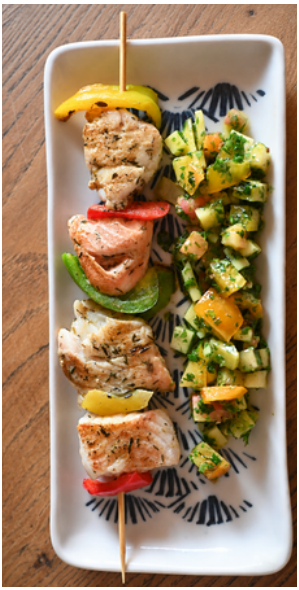
LE TERRITOIRE AUTOUR
Fromages, œufs, poissons ou viandes locales peuvent compléter les propositions selon votre événement, toujours sélectionnés avec attention.

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.

PIQUE-NIQUE
Un repas complet et gourmand, pensé pour être emporté et dégusté dehors.

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





2026/2027

FORMULES ENTREPRISES

PETIT-DÉJEUNER

Gâteaux maison, jus de fruits locaux, fromages, pains artisanaux, fruits de saison, cafés et thé bio

À partir de 12 €/pers
Min 20 pers

BRUNCH D'ENTREPRISE

Un assortiment généreux de recettes salées et sucrées, faites maison avec des produits locaux et de saison.

À partir de 25 €/pers
Min de 20 pers

COCKTAIL

Des bouchées gourmandes, salées et sucrées, pour vos apéritifs, pots de fin d'année et événements d'entreprise.

À partir de 17 €/pers
Formule apéritive
8 pièces - Min 20 pers

BUFFET DÉJEUNER/DÎNER

Des salades gourmandes, des plats de saison et des douceurs maison. Un véritable repas à partager entre collègues.

À partir de 22 €/pers
Min de 20 pers







Tarifs indicatifs TTC, devis personnalisé selon le nombre de convives, le lieu et la saison.

2026/2027

FORMULES COLLECTIVITÉS

ACCUEIL CAFÉ

Café, thés bio, jus de fruits locaux et petites douceurs maison. Une pause gourmande et conviviale pour accueillir vos invités, collaborateurs ou partenaires.

À partir de 8 €/pers
Min 20 pers

PETIT-DÉJEUNER

Gâteaux maison, jus de fruits locaux, fromages, pains artisanaux, fruits de saison, cafés et thé bio

À partir de 12 €/pers
Min 20 pers

COCKTAIL

Bouchées salées, sucrées, végétales et du terroir : focaccia, légumes rôtis, tartinades et gourmandises variées

À partir de 17 €/pers
Formule apéritive
8 pièces - Min 20 pers

BUFFET DÉJEUNER/DÎNER

Des salades gourmandes, des plats de saison et des douceurs maison. Un véritable repas à partager entre convives.

À partir de 22 €/pers
Min de 20 pers







Tarifs indicatifs TTC, devis personnalisé selon le nombre de convives, le lieu et la saison.

2026/2027

FORMULES MARIAGE

COCKTAIL & VIN D'HONNEUR

Des bouchées raffinées, salées et sucrées, pour accompagner le vin d'honneur et ouvrir les festivités.

À partir de 25 €/pers
10 pièces
Hors boissons et service

REPAS DE MARIAGE

Buffet généreux, grandes tablées ou dîner servi à l'assiette. Une cuisine de saison imaginée autour de vos envies.

Sur devis

BRUNCH DU LENDEMAIN

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

À partir de 35 €/pers
Hors alcool et service

BAR À BOISSONS FERMENTÉES

Kéfir de fruits, kombucha et autres boissons vivantes, préparées maison au fil des saisons. Une alternative originale, pétillante et sans alcool

À partir de 6 €/pers







Tarifs indicatifs TTC, devis personnalisé selon le nombre de convives, le lieu et la saison.

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 40 % est demandé à la signature du devis.
Les modalités de règlement du solde sont précisées sur le devis.

PARLEZ-MOI DE VOTRE ÉVÉNEMENT

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

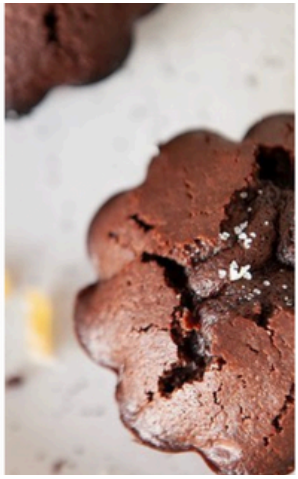
Bénédicte Longechal
Cheffe privée & Traiteur — Green et Local

CONTACT

Bénédicte Longechal
06 29 14 17 69
bonjour@greenetlocal.com
Instagram : @green_et_local
www.greenetlocal.com







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

« Une cuisine juste,
au rythme de la terre. »