

## Restaurant bio rapide : Exki



Bon déménagement oblige pas eu le temps de faire des nouvelles recettes bio fabuleuses hihi. Du coup je vais vous parler des [restaurants bio](#) que j'ai testé avec les copines et pour le premier il s'agit d'Exki que j'ai testé avec mon amie [Flo Makanai](#).

Le principe d'Exki c'est de faire de la restauration rapide de haute qualité nutritionnelle. Sur leur site vous avez même une fiche avec les valeurs nutritionnelles des produits de leur carte. Vous pouvez consommer sur place ou à emporter, les ingrédients sont naturels et frais.

La part belle est faite aux produits bio (environ 30%) : tous les pains mais aussi les lentilles, les carottes, les potirons, les tartelettes salées, certains desserts sont bio. Et les légumes sont de saison et de préférence locale.

Notre première impression commune : beaucoup de choix ! Il y en a partout, nous avons été un peu lentes à nous décider, tellement le choix est vaste :). De prime abord c'est difficile de s'y retrouver ! On trouve de tout même sans gluten (oui oui même un brownie sans gluten), végétarien, sans lait. Mais il faut chercher, je pense que ça demande une certaine pratique ou de connaître déjà un peu l'enseigne pour gagner du temps. Mais personnellement j'aime avoir du choix. Et même pour la boisson il y a de quoi faire, des thés et cafés équitables, des limonades.

Et pour le prix ? En ce moment :

Une soupe + un sandwich et une Vittel 50cl

6,90€ à emporter / 7,30€ sur place

C'est honnête !

Et pour l'accueil ? Il n'y a pas de conseils quand vous choisissez vos plats, mais par contre aux caisses les gens sont très sympas.

Question goût je n'ai pas trouvé ma salade formidable mais je suis peut-être mal tombé, mais par contre la boisson fraîche à la menthe (j'y suis allée cet été) et le mousse au chocolat étaient à tomber ! Le café aussi excellent. J'ai envie d'y retourner en tout les cas c'est bon signe !

Le conseil de Karen

Liste de tous les Exki en France

Et n'oubliez pas de visiter le site de ma copine [Flo Makaanai](#)