

LUCHA LIBRE EL MENÚ

Une invitation au voyage au travers de la gastronomie et de la culture d'Amérique latine

Postres caseros

CHURROS LOCOS Churros fourrés au chocolat et glace coco  **11.50 (3p.)**

TRES LECHES Gâteau aux 3 laits et dulce de leche  **11.-**

SUSPIRO LIMEÑO Base de crème au dulce de leche couronnée d'une meringue légère. **11.-**

CAFÉ GOURMAND Selon l'humeur du chef **12.-**

GLACES Demandez nos saveurs !   **3.50 / boule**

Experiencia Digestiva

une invitation à prolonger le voyage...

RHUM KANICHÉ – BARBADE

Rhum vieilli en fûts de bourbon, finition cognac. 2 cl **8.-**

Option expérience complète : servi avec un mini Tres Leches et un café **15.-**

CAFÉ GOURMAND LUCHA

Servi avec un espresso, deux pièces gourmandes, et notre cocktail "Madelaine", un mélange doux et crémeux qui donne l'impression de croquer dans une madeleine. **20.-**

TEQUILA DON JULIO AÑEJO – MEXIQUE

Vieillie 18 mois, aux notes douces de vanille et d'agave rôtie.
Servie avec une orange déshydratée et un carré de chocolat noir.
Dégustation 2 cl **9.-** / 4 cl **17.-**

*Nos rhums, tequilas et liqueurs classiques sont également disponibles en digestif.
Demandez nos suggestions du moment pour terminer votre repas en beauté.*

 Sans gluten

 Traces de gluten (friture)

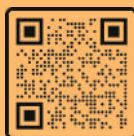
 Végétarien

 Vegan

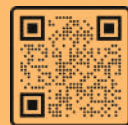
Chère cliente, cher client, si vous avez des allergies ou des intolérances, n'oubliez pas de vous renseigner auprès de nos collaboratrices et collaborateurs.



Envie d'en voir plus ? Suis-nous sur Instagram.



Votre avis compte. Merci de le partager sur Google.



Événements, groupes, privatisations — parlons-en.

Chère cliente, cher client, si vous avez des allergies ou des intolérances, n'oubliez pas de vous renseigner auprès de nos collaboratrices et collaborateurs.



Végétarien



Sans gluten



Traces de gluten (friture)



Vegan

Attention, tous les produits frits peuvent présenter des traces de contamination croisée

Provenance:
Bœuf et porc – Suisse / Poissons – Turquie et Tanzanie
Poulet – France / Agneau – Royaume-Uni
Thon et gambas – Vietnam
Pain – Suisse
Poulpe – Atlantique



Lucha Libre EL MENÚ

Une invitation au voyage au travers de la gastronomie et de la culture d'Amérique latine

Entradas

AGUACHILE



17.- (3 pièces) / 7.- La pièce

Crevettes, concombre, guacamole, citron vert, coriandre, piment.
Né sur la côte Pacifique du Mexique, l'aguachile – "eau de piment" – est le cousin épicé du ceviche. Les crevettes marinées au citron vert restent crues et fondantes. Plat froid.

CHICHARRON A LA COLOMBIANA



15.-

Poitrine de porc croustillante, avocat frais, tajadas (chips de banane plantain) et Pico de Gallo.
Symbole de la région d'Antioquia en Colombie, le chicharrón est l'âme de la Bandeja Paisa. Peau croustillante, chair tendre – une tradition perfectionnée pendant des siècles.

CROQUETAS DE PULPO



19.- (6 pièces)

Notre nouvelle création – le poulpe effiloché en croquette dorée, sauce "rosa" aux agrumes.

TACOS DORADOS



15.- (3 pièces)

Poulet, Végétarien ou Vegan

La tortilla de maïs frite jusqu'à être dorée et croustillante – une tradition de rue née au Mexique, bien loin du taco mou qu'on imagine souvent. Garnis de guacamole maison, salade et crème fraîche. Trois versions, même plaisir

EMPANADA DE CARNE MAISON



8,50.- (1 pièce)

Petit chausson en pâte feuilletée, bœuf mijoté aux épices servi avec salade.
Une tradition que l'on retrouve dans toute l'Amérique latine – chaque pays, chaque famille a sa version.

AREPAS CON REINA PEPIADA



9.50.- (2 pièces)

Petit pain de farine de maïs, poulet, mayonnaise, avocat.
Née à Caracas au Venezuela dans les années 50, la reina pepiada doit son nom à une reine de beauté.
Aujourd'hui incontournable dans toute l'Amérique latine.

SALADE ANDINA



13.- / 20.-

Une salade fraîche inspirée des hauteurs andines. Quinoa, concombre, papaya, maïs, avocat, graines de grenade – le tout nappé d'une salsa maison à l'hibiscus de Jamaïque.

Picaditas

VARIADO



31.-

Croquetas de pulpo, camote, tostones, totopos y guaca, tequeños et autres (choix du chef) – servis sur un plateau en bois. La meilleure façon de découvrir la carte – un tour d'Amérique latine en une assiette.

VARIADO VÉGÉTARIEN



31.-

Tacos dorados végétarien, camote, tostones, totopos y guaca, tequeños et autres (choix du chef) – servis sur un plateau en bois. Toutes les saveurs de la carte, avec viande vegan et sans poisson – généreux et gourmand.

TOTOPOS Y GUACA



9.50.-

Chips de maïs, guacamole maison. Un classique mexicain incontournable – l'avocat écrasé à la minute, servi avec les totopos croustillants.

CAMOTE



9.-

Frites de patate douce, sauce mayo chipotle maison. Dorées, légèrement sucrées, avec une sauce chipotle fumée qui réveille tout.

TOSTONES CON QUESO



14.- (4 pièces)

Banane plantain frite et écrasée, surmontée de fromage frais latino. Croustillant dehors, fondant dedans.

CHILI CON CARNE



15.-

Totopos, chili de bœuf haché aux haricots rouges, crème fraîche, fromage frais. Un classique des cuisines du nord du Mexique, relevé et savoureux.

PÃO DE QUEIJO



10.- (10 pièces)

Petits pains au fromage, croustillants à l'extérieur, moelleux à l'intérieur.
La star du petit-déjeuner brésilien – une recette sans gluten venue du Minas Gerais.

TEQUEÑOS



15.- (5 pièces)

Bâtonnets de pâte brisée au fromage frais, frits

PLATOS FUERTES

LOMO SALTADO



36.-

Bœuf sauté, tomate, aji, oignons rouges, sauce soja, riz.
Né à Lima au XIXe siècle avec l'arrivée des immigrants chinois – aujourd'hui l'ambassadeur de la cuisine péruvienne dans le monde.

AJÍ DE GALLINA



29.-

Poulet effiloché, sauce aji amarillo au fromage, pommes de terre, œuf, olives, riz.
Un des plats les plus aimés du Pérou. La sauce jaune dorée et crémeuse est une signature de la cuisine de Lima.

EL CEVICHE DE THON



34.-

Thon, oignon, leche de tigre, patate douce, coriandre, tajadas, canchita, choco.
Plat national du Pérou – le "lait de tigre" (ail, gingembre, lime et céleri) marine le poisson sans cuisson.
Servi froid, immédiatement.

CHAULAFÁN MIXTO



29.-

Poulet, crevettes, œufs, oignons frais, gingembre, sésame, sauce soja, riz sauté. (option vegan disponible)
Héritage de l'immigration chinoise en Équateur – réinterprété avec les saveurs locales. (Option Poulpe + 5.-)

BURGER DEL CHAMO



29.-

Viande effilochée, fromage queso de mano, pain de maïs, pico de gallo, mayonnaise avocat, citron, salade, frites fines. (option vegan +3.-)
Un burger né des saveurs du Venezuela – generoso, gourmand, sans compromis.

CAUSA ACEVICHADA



34.-

Patate écrasée à l'aji amarillo et citron, avocat, chair de crabe à la mayonnaise, ceviche de thon, salade.
Né dans les Andes pré-incasiques – "causa" vient du quechua kausay, "ce qui nourrit". Vendu dans les rues de Lima pour financer l'indépendance du Pérou en 1821. Plat froid.

POULPE GRILLÉ



38.-

Le poulpe, star des côtes péruviennes, saisi à la plancha sur purée de yuca et camote, relevé d'un chimichurri maison, tomates cerises et légumes de saison. Tendré dehors, fumé dedans.

ENCOCADO DE GAMBAS



29.-

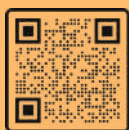
Gambas, sauce onctueuse au lait de coco, riz, tostones, avocat.
Une spécialité de la côte Pacifique équatorienne et colombienne – là où la jungle rencontre l'océan.

MENU ENFANT

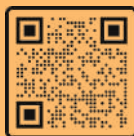


15.-

Poulet tendre façon tandoori, servi avec frites ou riz.



Envie d'en voir plus ? Suis-nous sur Instagram.



Votre avis compte. Merci de le partager sur Google.



Événements, groupes, privatisations – parlons-en.

Chère cliente, cher client, si vous avez des allergies ou des intolérances, n'oubliez pas de vous renseigner auprès de nos collaboratrices et collaborateurs.



Végétarien



Sans gluten



Traces de gluten (friture)



Vegan

Attention, tous les produits frita peuvent présenter des traces de contamination croisée

www.luchalibre.ch | @luchalibre_bar_restaurant

Provenance:
Bœuf et porc – Suisse / Poissons – Turquie et Tanzanie
Poulet – France / Agneau – Royaume-Uni
Thon et gambas – Vietnam
Pain – Suisse
Poulpe – Atlantique



Les Boissons

BIÈRES PRESSION

- Zepp - Blonde** 
- Embuscade - IPA** 
- Moonshine - Blanche** 

2,5dl / 5dl
5.- / 8,50.-
5,50.- / 9,50.-
5,50.- / 9,50.-

BIÈRES BOUTEILLE

- Corona**
- Modelo Especial** (Mexique)
- Negra Modelo**
- Pacifico** (Mexique)
- Ipa 0,5% - Diversion**
- Corona 0% alcool**



3,3 dl
7,50.-
8.-
8.-
8.-
8.-
7,50.-

LES PICHETS

À partager, servi pour 3–4 personnes

Margarita pichet 1L

Tequila, triple sec et citron vert — le classique du Lucha en grand format.
À commander en Classic ou en Spicy avec notre sauce piquante maison.

Margarita Spéciale pichet 1L

Notre Margarita en pichet, sublimée par une purée de fruits.
Choisissez votre saveur : passion, mangue ou fraise. Classic ou Spicy.

Pisco 1L

Le cocktail emblématique du Pérou en version partagée.
Pisco, citron frais et sirop de canne — servi sans mousse en format pichet.

Pisco Spéciale pichet 1L

Pisco, citron, sirop de canne — avec une touche fruitée
au choix : passion, mangue ou fraise. Servi sans mousse.

- Zepp - Blonde 1,5L** 
- Embuscade - IPA 1,5L** 
- Moonshine - Blanche 1,5L** 
- Sangria Maison 1L**
- Chicha Morada 1L**

COCKTAILS SANS ALCOOL

Exótico Virgin

Lait coco, purée passion, jus d'ananas sirop vanille.

Virgin Piña colada

Lait coco, jus ananas, sirop vanille.

Exótico Mango

Lait coco, purée mangue, jus d'ananas, sirop vanille.

Café frappé

Café froid battu avec lait de vache et sirop caramel — onctueux et glacé.

Virgin Cartagena Basil Spicy

Jus de pomme, Sirop basilic maison, sauce piquante maison,
citron vert, espuma miel-citron.

APÉRITIFS

Michelada clasica

Bière, citron vert, épices et sel — fraîche, légèrement relevée.
Bord sel et citron.

Michelada Amarillo

Bière et mangue, citron vert — fruitée et rafraîchissante.
Bord sucre et citron.

Michelada Roja

Bière, jus de tomate, citron vert et épices — corsée et épicée.
Bord Paprika sel et citron.

Sangria Maison

Aperol Spritz

Hugo Spritz

Lavander Spritz

Martini Blanc 6cl

Martini Rouge 6cl

Ricard 4cl

9.-
9.-
9.-
12.-
12.-
12.-
12.-
7.-
7.-
7.-

VINS

Blanc

50.-

Les Danaïdes, Chasselas.

Les Perrières, Sauvignon blanc.

55.-

Colomé, Torrontés

Catena, Chardonnay

55.-

Rouge

60.-

Catena Mendoza, Malbec

Domaine du Centaure, Pinot noir

La Chênaie, Gamay de peissy

23.-

25.-

25.-

30.-

20.-

1dl / Bouteille

6,20 / 45.-

6,80 / 49.-

6,80 / 49.-

6,80 / 49.-

1dl / Bouteille

8,50 / 55.-

8,90 / 59.-

6,80 / 49.-

Rosé

Domaine du Centaure, Rosé de gamay

1dl / Bouteille

7,50 / 48.-

Mousseux

Champagne - Pommery Brut

Prosecco - Sélection du moment

1dl / Bouteille

95.-

7,50 / 55.-

BOISSONS CHAUDES

13.-

Espresso

Double Espresso

12.-

Café (longo)

Décaféiné Espresso ou Café

13.-

Maté

Cappuccino

Renversé

12.-

Thé Maison

Citron et gingembre frais ou menthe fraîche.

12.-

Chocolat chaud

Thé Sachet

Citron-gingembre, thé noir, verveine, camomille, menthe verte ou menthe poivrée.

3,80.-
4,80.-
6.-
3,80.-
5.-
4,90.-
4,90.-
5,50.-
5.-
5.-



Les Boissons

COCKTAILS CRÉATIONS

Bridgetown Tonic

Gin Tanqueray, jus de pomme infusé concombre-gingembre-menthe, citron vert, tonic

Oaxaca Berries

Mezcal, cranberry, purée de fraise, citron vert, grenadine

São Paulo Açai

Cachaça, jus mangue, purée d'açaï, sirop vanille, citron vert

Cartagena Basil Spicy

Rhum brun, sirop basilic maison, sauce piquante maison, citron vert, espuma miel-citron

Margarita Frozen

Tequila, triple sec, purée de passion, citron vert — sans sel sur le bord

Daiquiri Frozen

Rhum blanc, sirop de canne, purée de passion, citron vert

Punta cana Passion

Rhum blanc, jus d'ananas, Triple Sec, Bitter Pêche, purée de passion, vanille Madagascar — frais et fruité

TEQUILA

Herradura Plata

Agave frais, agrumes, touche de vanille. Vive et propre.

Herradura Reposado

Vieillie 11 mois. Agave cuit, vanille, cannelle, légère touche boisée.

Patron Silver

Agave pur, agrumes, pointe de poivre. Légère et vive.

Patron Reposado

Vieillie en fût. Agave, vanille, caramel, poivre noir. Douce et ronde.

Patron Añejo

Vieillie plus d'un an. Agave cuit, miel, orange, caramel. À savourer pur.

Don Julio Blanco

Agave pur, agrumes, herbes fraîches, poivre en finale.

Don Julio Añejo

Vieillie 18 mois. Miel, agave cuit, caramel, vanille. Longue et veloutée.

SOFTS

Coca - Cola

3,3dl

Coca - Cola zero

3,3dl

Nectar de fruit

4dl

Mangue, fruit de la passion, ananas, pomme, orange, cranberry.

Sirop

4dl

Grenadine, menthe, hibiscus, orgeat, gingembre, pêche

El Tony Maté

3,3dl

Boisson énergisante naturelle au maté — sans sucre ajouté, option zéro sucre disponible.

Thé Froid du moment

4dl

Infusion de thé noir, sirop du moment et citron — selon l'humeur du barman.

Agua de la Lucha

4dl

Limonade maison aux tranches de citron et d'orange, menthe, hibiscus et jus de citron vert — eau gazeuse ou plate, au choix.

Eau Gazeuse

1L

Eau plate Filtrée

1L

COCKTAILS INCONTOURNABLES

18.-

Margarita

Tequila, triple sec, citron vert. Classic ou Spicy — sauce piquante maison. Version Spéciale avec purée de fruits : passion, mangue ou fraise (+2.-).

18.-

Pisco Sour

Pisco, citron vert, blanc d'œuf vegan — mousse crémeuse signature. Version Spéciale (+2.-) avec purée de fruits : passion, mangue ou fraise

18.-

Noisette Sour

Liqueur de Noisette, blanc d'œuf vegan, sucre, citron. Velouté et gourmand.

18.-

Piña Colada

Rhum blanc, Rhum Ambré, lait de coco, jus d'ananas, sirop vanille.

18.-

Mule (au choix)

Ginger beer, citron et bulles — à base de l'alcool de votre choix : vodka, mezcal, tequila, gin ou rhum.

18.-

18.-

Caïpirinha

Cachaça, citron vert, Cassonade - Version Spéciale (+2.-) avec purée de fruits : passion, mangue ou fraise

14.- / 16.-

16.- / 18.-

18.-

16.-

16.-

16.- / 18.-

16.- / 18.-

Mojito

Rhum, Menthe, citron vert, Cassonade - **Version Spéciale (+2.-)** avec purée de fruits : passion, mangue ou fraise

2cl / 4cl

7,50.- / 14.-

8.- / 15.-

7.- / 14.-

8.- / 15.-

9.- / 17.-

7.- / 14.-

9.- / 17.-

RHUM

2cl / 4cl

Kaniché (barbade)

Vieilli en fûts de bourbon, puis affiné en fûts de cognac. Doux et rond — vanille, noix de coco, caramel. Finale soyeuse

8.- / 16.-

Abuelo añejo blanco (Panamá)

Rhum blanc vieilli en fût puis filtré pour garder sa clarté. Doux et léger — fleurs, agrumes, touche de vanille. Idéal en cocktail.

8.- / 16.-

Santísima Trinidad (cuba)

Rhum cubain vieilli 7 ans. Doux et rond — vanille, amande, miel. S'apprécie pur ou sur glace.

7.- / 14.-

Bumbu (Barbade)

Rhum épicé de la Barbade. Vanille, cannelle, caramel — gourmand et généreux. Parfait en long drink.

7.- / 13.-

Rum nation 18 Ans (Panama)

Vieilli 18 ans au Panama. Ambré intense — miel, orange, chocolat. Long, doux, caressant. À savourer pur.

10.- / 18.-

Barceló Imperial (République Dominicaine)

Vieilli en fûts de chêne bourbon. Vanille, caramel, chocolat, épices douces. Riche et équilibré.

7.- / 12.-

5.-

5.-

6.-

4,50.-

SOFTS LATINOS

5.-

Tamarindo

4dl

Concentré de tamarin dilué, citron vert, servi sur glace — acidulé et rafraîchissant.

7.-

6.-

Horchata

4dl

Boisson douce aux arômes de riz, cannelle et amande — une spécialité d'Amérique latine.

7.-

6.-

Chicha morada

4dl

Boisson péruvienne à base de maïs violet, épices, fruits et citron vert — légèrement sucrée et sans alcool.

7.-

5,50.-

5,50.-