

Recettes du 13 au 17 mars

Salades

- - Chou rouge, chou blanc, endive, edamame, raisin sec
- Pois chiche au curry, betterave chioggia, fenouil, ciboulette, graines de lin brun
- Duo de lentilles, carottes, champignon, grenade, persil, cacahuète

Sauces

Sauce 1 : Huile d'olive et/ou Vinaigre balsamique

Sauce 2 : Vinaigrette au vinaigre de framboise

Sauce 3 : Huile d'olive, gingembre, agrumes, miel

Sauce 4 : Vinaigrette au vinaigre de cidre, huile de sésame & tournesol, teriyaki, sésame noir (gluten)

Recettes du 13 au 17 mars

Pièces salées

-  ● **Soupe** : Lentilles, chou, carotte, oignon, cumin
-  ● **Cake** : Poireaux, carottes aux épices Tajine, ciboulette, tomate confite, graines de courge
- **Tarte salée 1** : Epinard, échalote, chèvre, noix, moutarde
- **Tarte salée 2** : Courge au gingembre, blettes, emmental, graines de courge
-  ● **Wrap** : Falafel, carotte, chou rouge, salade, menthe, olivade, amandes
- **Moricette** : Œuf brouillé, moutarde à l'ancienne, emmental, sésame noir
-  ● **Croque** : Poireaux, carottes sésame et curry, tomates confites, noix, béchamel maison
- **Bun** : Champignons marinés à la sauce soja, courge rôtie, bleu de St Veran, cream cheese