

Recettes du 29 juillet au 9 août

Salades

-- Céréales méditerranéenne, edamame, carotte, raisin sec, graine de courge, menthe

-- Carotte, pastèque, pousse d'épinard, pois chiche, haricot mungo, radis, melon et melon jaune, cacahuète, sésame noir

-- Haricot vert, courgette râpée, tomate, pastèque, concombre, feuille de chêne, graine de tournesol et lin brun

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 29 juillet au 9 août

Pièces salées

-  ● **Cake salé 1** : Epinard, mozzarella, tomate confite, noix
-  ● **Cake salé 2** : Poivron, aubergine, fève, bleu d'auvergne, graine de lin
-  ● **Pita** : Falafel, courgette rôties, chou rouge, salade, cornichon aigre douce, crème végétale amande et soja à la menthe
- **Bagel** : Chèvre, miel, noix et salade , cream cheese
-  ● **Wrap** : Poivron rôti, carotte, radis rose, haricot mungo, haricot rouge, roquette, sauce tartare vegan (cornichon, capre, citron, ciboulette, crème flora)
- **Moricette** : Œuf brouillé, moutarde à l'ancienne, emmental, graines de lin
-  ● **Tarte fine** : Tomate de couleur, courgette , pickles d'oignon rouge, tapenade, graine de sésame
-  ● **Gaspacho** : Tomate, courgette, concombre, menthe, tabasco, sel de céleri