

Recettes du 14 AU 18 OCTOBRE

Salades

-- Penne, olive noire, graine de courge, tomate confite, roquette, purée de basilic

-- Pois chiche au cumin, fenouil, ciboulette, lin brun, iceberg, raisin sec, cacahuète, graine de fenouil, betterave rouge,

-- Carotte, chou rouge, endive, pomme, radis, pousse épinard, melon vert, sésame noir, céleri branche

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 14 AU 18 OCTOBRE

Pièces salées

-  **Cake salé 1**: Epinard, chèvre, tomate confite, noix
-  **Cake salé 2** : Patate douce, courgette, feta, graine de courge, ciboulette
-  **Tarte salée** : Courge rôtie, champignon, tomme blanche, zaatar et moutarde à l'ancienne
-  **Bun** : Chou rouge, tomate, feta , pickles oignon rouge, pousse d'épinard et cream cheese, basilic
-  **Wrap** : Carotte, radis, poivron rôti, haricot mungo, roquette, crème végétale au gingembre
-  **Moricette** : Œuf brouillé, moutarde à l'ancienne, emmental, graines de lin
-  **Bun bretzel** : Poireau, bleu d'auvergne, champignon, noix, roquette, purée de basilic