




Recettes du 11 AU 15 NOVEMBRE

Salades

-- Pâte au basilic, tomate confite, roquette, olive noire, graine de courge 

-- Carotte, haricot mungo, pousse épinard, pomme, betterave, chou chinois, sésame noir, chou rouge, persil 

-- Pois chiche au cumin, céleri branche, radis champignon, endive, chou blanc, haricot rouge, 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 11 AU 15 NOVEMBRE

Pièces salées

-  ● **Soupe** : Patate douce, butternut, lentille corail, lait de coco, cumin, carotte, oignon
-  ● **Cake salé 1** : Epinard, chèvre, tomate confite, noix
-  ● **Cake salé 2** : Patate douce, mozzarella, aubergine aux herbes de Provence, graine de pavot
- **Tarte salée** : Oignon caramélisé, courge rôtie au miel, bleu d'auvergne, graine de courge
- **Bun** : Patate douce violette, salade iceberg, poivron, feta, cream cheese
-  ● **Wrap** : Carotte, radis, haricot mungo, betterave, roquette, amande, houmous au curcuma
- **Moricette** : Œuf brouillé, moutarde à l'ancienne, emmental, graines de lin
- **Bun bretzel** : Courge, roquette, poireau, bleu d'auvergne, olivade