

DEL DILLUNS 4 AL DIUMENGE 10 DE MAIG 2020

# MENÚ SETMANAL

## DILLUNS

Crema tibia de pastanaga,  
cúrcuma i in toc de taronja  
Timbal de lleties amb tomàquet  
sec i ous de guatlla  
Daus de síndria marinats

Sopa de tomàquet i remolatxa  
Sardines en escabetx

Batut de plàtan, iogurt i canyella

**El toc de taronja és amb ratlladura  
de pell de taronja**

## DIMARTS

Espaguetis amb pera i  
gorgonzola  
Cuixa de gall d'indi al forn  
Cireres

Amanida alemanya  
Oius remenats amb alls tendres  
Recuit amn lemon curd

**El lemon curd és una crema de  
llimona feta amb ous i sucre**

## DIMECRES

Tatin d'albergínies amb  
sobrasada  
Pèsols i faves ofegats  
Crumble amb maduixes i nabius

Amanida d'enciams amb tzatziki  
Salmó amb salsa tàrtar  
Nectarina amb iogurt de coco

**La Tzatziki és una salsa grega feta  
amb iogurt, all i cogombre**

## DIJOUS

Flam de carbassó i pebrots  
Picantons rostits i verdures  
Clafoutis de vainilla i nespres

Verdures al forn amb farigola  
Truita de patates i pa amb  
tomàquets

Saltat d'albercocs amb pebre

**El clafoutis és un pastís típic de la  
cuina occitana**

## DIVENDRES

Amanida grega  
Faves baby i salmó fumat  
Tetilla gallega amb codonyat

Crema de xampinyons i crema  
agra

Coca de recapte  
Sorbet de meló i gingebre

**La crema agra és una nata fresca  
fermentada dels països anglosaxons**

## DISSABTE

Amanida de col i pastanaga  
Carutx amb patata rústica  
Poma al forn amb crema  
catalana

Mongeta tendra estofada  
Croquetes d'ou dut  
Taronges amb mel i nous

**El carutx és una recepta catalana  
de l'edat mitjana**

## DIUMENGE

Coliflor amb beixamel  
Escalopa de vedella  
Crema de llimona i menta

Tomàquet amanit i alfàbrega  
Fesols de santa Pau i tellerines  
Polo de iogurt grec i gerds

**Els Fesols de Santa Pau són  
mongetes de terreny volcànic**

## PRODUCTES DE TEMPORADA

Faves  
Pèsols  
Mongeta verda  
All tendre  
Nespre  
Albercoc  
Nectarina  
Cirera  
Maduixa

## LLISTA DE LA COMPRA