

DEL DILLUNS 18 AL DIUMENGE 24 DE MAIG 2020

MENÚ SETMANAL

DILLUNS

Tempura d'espàrrecs verds
Pollastre amb xerris
Taronja amb canyella

Crema d'espinacs i iogurt
Torrada amb paté de sardina
Maduixes i nabius

La Tempura és un fregit ràpid japonès

DIMARTS

Amanida d'arròs integral
Cigrons amb sípia
Polo d'albercoc

Raves al forn amb ruca
Ous remenats amb pernil dolç
Cireres

Els raves al forn s'han de coure durant 20' a 230°

DIMECRES

Escabetx de verdures
Tonyina a la planxa
Pa de pessic de taronja

Boles de bledes farcides d'arròs
Llagostins amb Pico de Gallo
Creps amb llimona

El Pico de gallo són verdures fresques tallades a quadrats

DIJOUS

Amanida d'endívies i api
Llom amb tomàquet
Tarta de santiago

Guacamole amb nachos
Carxofa amb ou estrellat
iogurt amb mel

El guacamole és preparació culinària de Mèxic feta principalment amb alvocat

DIVENDRES

Papardelle amb bròquil i pinyons
Filets de Gall amb vinagreta
Coca de vidre

Graten de patata amb xampinyons
Hamburguesa de bròquil
Nectarines

La Papardelle és un tipus de pasta originari de la Toscana

DISSABTE

Crema de carxofes i pèsols
Llom fred amb olives negres
Flam de iogurt

Albergínies al forn amb romesco
Truita Caputxina
Cireres

La truita Caputxina és un plat típic d'Andalusia

DIUMENGE

Arròs melós amb bledes
Filet rus
Menjar blanc

Carpaccio de celeri i remolatxa
Empanada Gallega
Kiwi

El menjar blanc és una crema de llet d'ametlles aromatitzada amb canyella i llimona

PRODUCTES DE TEMPORADA

Faves
Pèsols
Mongeta verda
All tendre
Nespre
Albercoc
Nectarina
Cirera
Maduixa

LLISTA DE LA COMPRA