

MARS / Semaine 4

Lundi

Dans mon panier de l'AMAP cette semaine, il y avait beaucoup de mâche... 🥬

MIDI
Restes de rôti de boeuf d'hier
/
Restes de gratin dauphinois d'hier

SOIR
Salade de mâche & betterave crue râpée
/
Jambon de Bayonne
/
Pomme fruit

Mardi



Roses pommées

Par karinel_b476

MIDI
Bavette d'ailou
/
Purée rustique au panais, pomme de terre et ciboulette
/
Poire fruit



Purée rustique au panais

Par cathybeal



Boisson désaltérante aux citrons bio

Par Stéphanie DEL BEN

SOIR
Salade de mâche & pourpier
/
Omelette aux champignons
/
Roses de pommes feuilletées
(les mêmes qu'au JT de France 2 📺
refaites avec mon Équipe de Choc' cet après-midi)

Mercredi

MIDI
Pâtes au chorizo et emmental
/
Pomme fruit



Tarte gourmande aux poireaux et au chèvre

Par cathybeal



Fondant au chocolat

Par sophielagourmande

Jeudi

MIDI
Steak haché à cheval
/
Purée de butternut et carottes
/
Fondant au chocolat



Purée de butternut et carotte

Par cathybeal

SOIR
Boeuf bourguignon (préparé dimanche dernier, sous vide)
/
Riz basmati
/
Pomme fruit

Vendredi



Lasagne au potiron et champignons

Par Chef Ulric Durnez



Les tigrés, ganache chocolat

Par Christine Dooremont

Samedi

MIDI
Boeuf bourguignon
sous Be Save depuis 8 jours
Rien à préparer ce midi :-)
/
Reste purée rustique au panais

SOIR
Salade de mâche & betterave râpée
/
Plateau de fromages
/
Pomme fruit

Dimanche



Petites tablettes poire chocolat coco

Par Stéphanie DEL BEN

MIDI
Risotto de cabillaud &
poulpe aux poireaux et parmesan

SOIR
Salade de crudités
/
Noix de daguet fumée
/
Pamplemousse fruit