



LISTE DE COURSES

Soupe de nouilles épicée à l'églefin

Huile de tournesol | bouillon de légumes | poivre et sel

Portobello gratiné au fromage de chèvre et aux noix

Huile d'olive | huile d'olive extra vierge | miel | poivre et sel

Tacos au poisson et chutney de mangue

Huile d'olive | poivre et sel

Pizza funghi sur pain plat à la mozzarella de bufflonne

Huile d'olive | vinaigre balsamique | poivre et sel

Couscous au halloumi et aux poivrons sautés

Huile d'olive | huile d'olive extra vierge | cube de bouillon de légumes | poivre et sel

Nouilles à l'asiatique, œufs brouillés et cacahuètes

Huile de tournesol | sauce soja sucrée (ketjap) | poivre et sel

Pain de viande épicé

Bouillon de légumes | moutarde | lait | | beurre | poivre et sel

Risotto épicé au lard et au poireau

Bouillon de légumes | beurre | huile de tournesol | poivre et sel

🕒 Pignons de poulet marinés et grenailles

Huile d'olive extra vierge | vinaigre balsamique blanc | moutarde | beurre | sucre | sel

🕒 Chilli sin carne et riz cargo

Huile d'olive | vinaigre balsamique blanc | poivre et sel

🕒 Pitas au bœuf haché à l'orientale

Huile d'olive extra vierge | beurre | poivre et sel

★ Poulet farci à la ricotta, enveloppé de coppa di parma

Beurre | Bouillon de légumes | huile d'olive | poivre et sel

★ Filet de skrei, crevettes grises et sauce à la crème

Huile d'olive | beurre | lait | huile d'olive extra vierge | poivre et sel

BOX PETIT-DÉJEUNER:

Muffins salés

Huile de tournesol | lait | poivre et sel

Biscottes multicéréales

-

Fromage blanc au kiwi et à la poire

-