

REPAS NUTRI lé fresh SALON BIEN ETRE ZAZEN

10 déc 2023

REPAS FROIDS : 450 ML à 6,50 €

- 1- Menu fraîcheur** : -épice : curry du jardin
- légumes du marché cuits à froid - duo riz bio trempé (sans acide phytique)
- ail cuit à froid - haricots rouges trempé (sans acide phytique)

Supplément protéine animale (saucisse producteur péi) : 1 € AJOUTER P à la commande (exemple 1-P)

REPAS CHAUDS : barquette de 750 ML à 6,50 €

- 2- Boudha bowl façon quinoa tourné** : épice : curcuma, gingembre
- oignons + chou kale cuisson douce - lentilles bio trempés
- trio de quinoa bio

Supplément protéine animale (saucisse producteur péi) : 1 € AJOUTER P à la commande (exemple 2-P)

STEAKS VÉGÉ : environ 100 GRS à 3,00€

- 3- Steak « vert »** : épice : curcuma, gingembre
- duo riz bio trempé - lentilles bio trempés
- BREDES, pomme de terre vapeur

- 4- Steak « rouge »** : épice : curcuma, gingembre
- duo riz bio trempé - lentilles bio trempés
- CAROTTES / BETTERAVE ROUGE, pomme de terre vapeur

- 5- Steak « jaune »** : épice : curcuma, gingembre
- duo riz bio trempé - lentilles bio trempés
- PATATE DOUCE / ESPADON macéré dans huile colza bio, pomme de terre vapeur

Pour commander : tél 0692 20 32 17 (texto, message vocal) OU mail : geraldmontbressous@yahoo.fr