Recettes hiver, rubrique "menus, repas" 2018

entrées, plats de résistance, desserts

Menus M39 à M55

A	M40	accompagnement : barbes de poireau frits et amandes effilées toastées
	M48	avocat à l'orange
B	M40	blinis au sarrasin
	M47	betterave et radis en salade
C	M39	chou rouge et chou blanc à la poire
	M39	croissants aux champignons
	M39	cocotte de légumes racines
	M41	chou à l'ananas et au tofu lacto-fermenté, riz basmati
	M42	chou rouge aux noix
	M44	crèpes au Saint-Nectaire
	M48	chou à l'ananas et au tempeh
	M49	chou rouge au maïs
	M54	carottes et poireaux à l'étouffée
	M55	couscous
	M55	crème de frangipane et sa sauce cassis groseillles
G	M51	gratin de pommes de terre aux cèpes séchés
	M54	galettes de sarrasin et sa sauce à la butternut
	M54	gâteau aux poires
L	M50	lasagnes aux épinards
N	M45	nouilles au chou et aux champignons

P	M40	poireaux, sauce aux kumquats
	M40	potage poireau, lentilles
	M43	potages et veloutés de saison : champignon, poireau, châtaigne, courge, panais
	M43	potage potimarron, châtaigne
	M43	potage potimarron, patate douce
	M44	purée orange (patate douce et courge)
	M46	pâtes aux légumes d'hiver, recette de base
	M48	purée de topinambour, sauce tomate
R	M47	raclette végétarienne
	M55	ragoût de haricots au seitan et son couscous
S	M41	salade de lentilles aux olives
	M44	salade de chou-fleur et oeufs durs
	M45	salade exotique : avocat, pamplemousse et vanille
	M49	soba au chou et aux endives
	M50	salade de pommes de terre et petits pois à la mayonnaise
	M51	salade avocat, pamplemousse, noix
	M52	salade composée facile et rapide pour rencontre amicale
	M53	salade d'endives et de pois chiches
	M54	salade de champignons
	M55	salade de choucroute crue
T	M42	tarte feuilletée aux oignons et aux échalotes
	M49	truite saumonnée et sa super sauce
	M53	tarte feuilletée aux oignons et au poivron
V	M43	velouté aux champignons et ses noisettes grillées
	M43	velouté poireau, châtaigne
	M43	velouté butternut, panais
W	M40	wok de chou à la pomme