



# Menu Mai 2021

Partie 2

**Commande par téléphone ou par mail  
avant le mardi 14h. Livraison le vendredi  
(Brabant Wallon)**

0471 /68.85.35 info@ohgranny.be

Samedi 15	Dimanche 16	Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
<p>Potage Tom Kha Kai aux légumes</p> <p>Gigue de cochon de lait, jus brun laqué à la grenade, carottes et petits pois, pommes de terre nature au persil plat.</p> <p>Salade de poivrons, courgettes et aubergines grillés, houmous.</p>	<p>Velouté aux poivrons doux.</p> <p>Iceberg grillée aux herbes vertes, stracciatella, tomates, riz complet.</p> <p>Salade de boulgour, duxelles de légumes, pois chiches et noix de cajou.</p>	<p>Potage de brocoli au thym frais.</p> <p>Scampis , risotto de sarrasin aux champignons, courgettes, oignons et herbes vertes.</p> <p>Taboulé libanais aux haricots rouges et blancs, herbes vertes.</p>	<p>Potage de tomates au basilic.</p> <p>Spaghetti dello sport (haché de volaille, carottes, céleri, oignons,...)</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes et herbes vertes</p>	<p>Velouté de champignons.</p> <p>Filet de poulet au paprika, sauce provençale, fenouil grillé à l'oignon, purée de courgettes et lime.</p> <p>Salade de céleri-rave, carottes et chou blanc grillé au sésame, piments, coriandre et menthe.</p>	<p>Bouillon thaï aux dés de tomates.</p> <p>Boulette sauce tomate et riz nature.</p> <p>Salade de pâtes grecques olives, tomates séchées et feta.</p>	<p>Gazpacho</p> <p>Filet de colin en croûte d'épices, ratatouille de légumes de saison, linguine aux câpres.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi.</p>
Samedi 22	Dimanche 23	Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
<p>Potage de choux-fleur au persil plat</p> <p>Escalope de dinde à l'estragon et stracciatella di buffalo, jeunes carottes et oignons, quartiers de pommes de terre.</p> <p>Taboulé libanais, beans, edamame, jeunes pousses d'épinards et citron.</p>	<p>Potage de carottes au lait de coco</p> <p>Salade liégeoise (haricots, lardons, oignons rouges, pommes de terre)</p> <p>Salade de poivrons confits, courgettes et céleri vert grillés, caviar d'aubergines.</p>	<p>Potage courgettes et cresson</p> <p>Scampis, ragout de patates douces et légumes de saison, sauce tomate au cumin.</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy et duxelles de légumes.</p>	<p>Minestrone</p> <p>Cannelloni bolognaise</p> <p>Salade de pâtes grecques olives, tomates séchées et feta.</p>	<p>Velouté aux champignons de Paris.</p> <p>Paella vegan aux légumes de saison.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette au wasabi.</p>	<p>Bouillon au miso et enokis et shiitake.</p> <p>Rogan Josh d'agneau, orzo aux petits légumes.</p> <p>Salade de fregola, aubergines et courgettes, persil plat, menthe, houmous.</p>	<p>Velouté de poivrons jaunes au basilic</p> <p>Filet de lieu jaune, ratatouille et pois chiches, riz complet aux herbes.</p> <p>Quinoa aux carottes, raisins, tomates cerises, graines grillées et herbes vertes.</p>

**Nous vous proposons comme suggestions du mois :**

**N°1 Cannelloni ricotta épinard et coulis de tomate    N°2 Moussaka    N°3 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel**

**Les allergènes alimentaires majeurs :** 1. Gluten 2. Oeufs 3. Lait 4. Soja 5. Céleri 6. Moutarde 7. Fruits à coque 8. Arachides 9. Poisson 10. Crustacés 11. Mollusques 12. Sulfites 13. Lupin 14. Sésame

# Menu Mai 2021

Partie 2

**Commande par téléphone ou par mail  
avant le mardi 14h. Livraison le vendredi  
(Brabant Wallon)**

0471 / 68.85.35 info@ohgranny.be

<b>Samedi</b> 29	<b>Dimanche</b> 30	<b>Lundi</b> 31	<b>Mardi</b> 01	<b>Mercredi</b> 02	<b>Jeudi</b> 03	<b>Vendredi</b> 04
Potage poireaux à la noix de muscade  Cuisse de poulet désossées au miso et cacahuètes, blettes et tomates au four, pomme de terre au gros sel et romarin.  Salade d'épinards, graines de sésame, mirin.	Velouté de tomates et mini boulettes  Radiatori (pâtes) sauce napolitaine, poivrons confits, câpres, tomates.  Salade de freekeh, courgettes, aubergines, menthe et graines grillées.	Velouté aux poivrons doux.  Scampis sauce au citron, linguine aux courgettes.  Salade de pois chiches, lentilles vertes, lime et piments.	Potage de légumes du marché.  Tajine d'agneau et riz.  Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi	Potage de choux fleur au curry doux.  Gigue de cochon de lait, sauce brune moutardée, chou-fleur et petits pois aux oignons, pommes de terre à l'origan.  Salade de quinoa aux pois chiches, haricots rouges et blancs, persil plat.	Minestrone verte.  Biryani au poulet, jeunes carottes, céleri et échalottes et sauce au yaourt et légumes.  Salade de lentilles noires, edamame, feta et graines grillées.	Gaspacho  Filet de saumon aux épices douces, sauce aux poivrons doux et basilic, courgettes et oignons grillés, riz sauvage.  Salade de boulgour, persillade, menthe, airelles et courgettes grillées.

## **Nous vous proposons comme suggestions du mois :**

**N°1 Cannelloni ricotta épinard et coulis de tomate**    **N°2 Moussaka**    **N°3 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel**

**Les allergènes alimentaires majeurs :** 1. Gluten 2. Oeufs 3. Lait 4. Soja 5. Céleri 6. Moutarde 7. Fruits à coque 8. Arachides 9. Poisson 10. Crustacés 11. Mollusques 12. Sulfites 13. Lupin 14. Sésame