



# Menu Août 2021

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

0471 / 68.85.35 info@ohgranny.be

Samedi 31	Dimanche 01	Lundi 02	Mardi 03	Mercredi 04	Jeudi 05	Vendredi 06
<p>Potage de chou-fleur du Barry</p> <p>Cuisse de poulet grillée, jus brun laqué à la grenade, jeunes pousses d'épinards et petits pois, purée de pomme de terre.</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes et herbes vertes.</p>	<p>Velouté de carottes au lait de coco</p> <p>Korma de légumes aux noix de cajou, couscous. (plat indien)</p> <p>Salade de poivrons, courgettes et céleri vert grillé, houmous.</p>	<p>Potage de courgettes aux épinards</p> <p>Scampis sauce au vin blanc, jardinière de légumes et purée nature.</p> <p>Chou-fleur grillé, raisins, sésame, oignons et persil plat.</p>	<p>Potage de tomate et fenouil au persil plat</p> <p>Saucisse, sauce brune à la moutarde, compote de pommes fraises, quartiers de pommes de terre au persil plat.</p> <p>Taboulé libanais, haricots, jeunes pousses d'épinards et citron.</p>	<p>Potage de poivrons jaunes et basilic (froid)</p> <p>Jambonneau en hochepot de jeunes légumes et pommes de terre.</p> <p>Salade de boulgour, airelles, amandes, graines grillées, chili et sésame.</p>	<p>Bouillon asiatique aux petits légumes et nouilles de riz.</p> <p>Spaghetti bolognaise</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi</p>	<p>Potage froid de petits pois à la menthe.</p> <p>Filet de sole limande, curry de légumes aux épinards, riz sauvage aux herbes du jardin.</p> <p>Salade de fregola, beans, courgettes, aubergines et graines grillées.</p>
Samedi 07	Dimanche 08	Lundi 09	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13
Pas de livraison	Pas de livraison	Pas de livraison	Pas de livraison	Pas de livraison	Pas de livraison	Pas de livraison

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

**N°1 Lasagne végétarienne    N°2 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel.    N°3 Waterzooi de poulet et pdt nature.**

**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 Août 2021

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

0471 / 68.85.35 info@ohgranny.be

Samedi 14	Dimanche 15	Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20
<p>Potage de choux-fleur au persil plat</p> <p>Mijoté de poularde aux tomates, champignons et romarin, blettes à l'échalote, freekeh aux herbes.</p> <p>Taboulé libanais, beans, edamame, jeunes pousses d'épinards et citron.</p>	<p>Potage de carottes au lait de coco</p> <p>Paella vegan aux légumes de saison</p> <p>Salade de poivrons confits, courgettes et céleri vert grillés, caviar d'aubergines.</p>	<p>Potage courgettes et cresson</p> <p>Scampis ragoût 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>Boulette au gingembre et citron, sauce au curry vert, petits pois et courgettes, riz basmati au persil plat.</p> <p>Salade de pâtes grecques olives, tomates séchées et feta.</p>	<p>Velouté aux champignons de Paris.</p> <p>Navarin d'agneau et pomme de terre.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette au wasabi.</p>	<p>Bouillon au miso et enokis et shiitake.</p> <p>Hachis parmentier</p> <p>Salade de fregola, aubergines et courgettes, persil plat, menthe, houmous.</p>	<p>Velouté de poivrons jaunes au basilic (froid)</p> <p>Filet de saumon laqué, nouilles sautées, poireaux grillés à l'huile laurier et coriandre.</p> <p>Quinoa aux carottes, raisins, tomates cerises, graines grillées et herbes vertes.</p>
Samedi 21	Dimanche 22	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
<p>Potage poireaux à la noix de muscade</p> <p>Estouffade de bœuf (céleri, carottes, champignons..), pommes de terre au gros sel et romarin.</p> <p>Salade d'épinards, graines de sésame, mirin.</p>	<p>Velouté de tomates et mini boulettes</p> <p>Radiator (pâtes) sauce napolitaine, poivrons confits, câpres, tomates.</p> <p>Salade de freekeh, courgettes, aubergines, menthe et graines grillées.</p>	<p>Velouté aux poivrons doux. (froid)</p> <p>Scampis sauce au citron, linguine aux courgettes.</p> <p>Salade de pois chiches, lentilles vertes, lime et piments.</p>	<p>Potage de légumes du marché.</p> <p>Vol au vent, carottes et champignons, riz basmati.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi</p>	<p>Potage de choux fleur au curry doux.</p> <p>Tajine d'agneau et semoule.</p> <p>Salade de quinoa aux pois chiches, haricots rouges et blancs, persil plat.</p>	<p>Minestrone verte.</p> <p>Biryani au poulet, jeunes carottes au céleri à l'échalote, raïta (sauce au yaourt)</p> <p>Salade de lentilles noires, edamame, feta et graines grillées.</p>	<p>Gazpacho (froid)</p> <p>Filet de lingue en croûte d'épices, sauce aux épinards, champignons sautés aux oignons, purée de pomme de terre courgettes.</p> <p>Salade de boulgour, persillade, menthe, airelles et courgettes grillées.</p>

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

**N°1 Lasagne végétarienne    N°2 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel.    N°3 Waterzooi de poulet et pdt nature.**

**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 Août 2021

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

0471 /68.85.35 info@ohgranny.be

Samedi 28	Dimanche 29	Lundi 30	Mardi 31	Mercredi 01	Jeudi 02	Vendredi 03
Potage de choux-fleur du Barry  Poulet Jalfrezi (médium hot), légumes confits, riz complet aux épices douces.  Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes et herbes vertes.	Velouté de carottes au lait de coco  Rogan josh d'agneau, duxelles de légumes de saison et orzo.  Salade de poivrons, courgettes et céleri vert grillé, houmous.	Potage de courgettes aux épinards  Filet de saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pommes de terre en chemise.  Chou-fleur grillé, raisins, sésame, oignons et persil plat.	Potage de tomate et fenouil au persil plat  Casarecce (pâtes) sauce au parmesan, courgettes au thym.  Taboulé libanais, haricots, jeunes pousses d'épinards et citron.	Potage de poivrons jaunes et basilic (froid)  Boulette sauce tomate et riz.  Salade de boulgour, airelles, amandes, graines grillées, chili et sésame.	Bouillon asiatique aux petits légumes et nouilles de riz.  Lasagne bolognaise  Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi	Potage froid de petits pois à la menthe.  Filet de lieu jaune, sauce provençale, oignons grillés et petits pois, purée de pommes de terre aux tomates et thym.  Salade de fregola, beans, courgettes, aubergines et graines grillées.

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

**N°1 Lasagne végétarienne    N°2 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel.    N°3 Waterzooi de poulet et pdt nature.**

**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