



Menu Janvier 2022

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

0471 / 68.85.35 info@ohgranny.be

Samedi 01	Dimanche 02	Lundi 03	Mardi 04	Mercredi 05	Jeudi 06	Vendredi 07
Velouté aux poivrons doux. Boulettes de pois chiches, sauce curry vert, bâtonnets de courgettes à l'échalote, riz basmati aux épices. Salade de céleri-rave, chou blanc, carottes, sésame noir et piments.	Potage courgettes et cresson Suprême de poulet aux chicons et stracciatella, chicons au four et purée de pommes de terre. Quinoa aux carottes, tomates cerise, graines grillées et herbes vertes.	Minestrone Scampis, risotto de sarrasin aux champignons, courgettes, oignons et herbes vertes. Salade de chou-fleur grillé, raisins, noix et persil plat.	Potage de choux fleur au curry doux. Radiatori jambon, fromage. Bulgour, pois chiches, edamame, potiron grillé et grenade.	Velouté de betterave rouge Rogan Josh d'agneau, duxelles de légumes, orzo et persillade piquante. Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi.	Potage poireaux à la noix de muscade Aubergines à la parmigiana Salade de frekeh, potiron, fêta, aïelles et graines grillées.	Velouté céleri-rave Filet de sole limande, sauce à la moutarde douce, champignons sautés et épinards, stoemp aux poireaux. Salade de fregola, panais, carottes et aïelles.
Samedi 08	Dimanche 09	Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
Fermeture vacances d'hiver	Fermeture vacances d'hiver	Fermeture vacances d'hiver	Fermeture vacances d'hiver	Fermeture vacances d'hiver	Fermeture vacances d'hiver	Fermeture vacances d'hiver

Nous vous proposons comme suggestions du mois :

N°1 Tajine de légumes d'hiver N°2 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel N°3 Cannelloni haché et coulis de tomate.

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 Janvier 2022

**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 de chou-fleur du Barry</p> <p>Boulette, jus brun moutardé, salsifis grillés et purée nature.</p> <p>Salade de pâtes grecques olives, tomates séchées et feta.</p>	<p>Velouté de potiron au lait de coco.</p> <p>Lasagne potiron, ricotta, miso et cacahuètes, parmesan.</p> <p>Boulgour, pois chiches, edamame, potiron grillé et grenade.</p>	<p>Potage poireaux à la noix de muscade</p> <p>Scampis sauce au vin blanc, petits légumes et purée de pommes de terre.</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes et herbes vertes.</p>	<p>Chicken soup</p> <p>Cuisse de poulet désossé au miso, chicons confits, noix, pommes de terre au gros sel et romarin.</p> <p>Taboulé libanais aux tomates et herbes vertes.</p>	<p>Velouté de betterave rouge.</p> <p>Gigue de cochon de lait, jus brun, choux de Bruxelles aux lardons, pommes de terre.</p> <p>Salade de quinoa aux pois chiches, haricots rouges et blancs, persil plat.</p>	<p>Potage de courgettes aux épinards</p> <p>Chicons au gratin et purée de pommes de terre.</p> <p>Salade de lentilles noires, edamame, feta et graines grillées.</p>	<p>Velouté de champignons</p> <p>Filet de saumon aux épices, sauce aux épinards, courgettes et petits pois, sarrasin aux herbes.</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>Velouté de céleri-rave</p> <p>Choucroute garnie et pommes de terre.</p> <p>Salade de céleri-rave, chou blanc, carottes, sésame noir et piments.</p>	<p>Velouté de carottes au lait de coco</p> <p>Poulet madras (médiu hot), courgettes et petits pois, riz basmati.</p> <p>Taboulé libanais aux tomates et herbes vertes..</p>	<p>Potage de courgettes aux épinards</p> <p>Scampis, légumes provençaux, linguine à la tapenade de tomates.</p> <p>Salade de pâtes grecques olives, tomates séchées et feta.</p>	<p>Minestrone</p> <p>Saucisse, sauce moutardée, pomme aux aïelles au thym et aux noix, purée de céleri-rave.</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes et herbes vertes.</p>	<p>Velouté de champignons de Paris au thym.</p> <p>Tortelloni ricotta, épinards, champignons des bois.</p> <p>Salade de potiron grillé, chèvre, figues, noix et grenade.</p>	<p>Bouillon thaï aux dés de tomates.</p> <p>Escalope de dinde, emmental, lard et parmesan, champignons de Paris, et pommes de terre au gros sel.</p> <p>Salade verte protéinée (lentilles, courgettes, edamame ..)</p>	<p>Velouté de poivrons jaunes et basilic.</p> <p>Filet de daurade, sauce verte, carottes et petits pois, purée au persil et lardons.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi</p>

Nous vous proposons comme suggestions du mois :

N°1 Tajine de légumes d'hiver N°2 Saumon mi-cuit sauce au vin blanc, haricots verts et pdt en chemise au gros sel N°3 Cannelloni haché et coulis de tomate.

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