



Menu Mai 2022

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

0471 / 68.85.35 info@ohgranny.be

Samedi 30	Dimanche 01	Lundi 02	Mardi 03	Mercredi 04	Jeudi 05	Vendredi 06
<p>Potage poireaux à la noix de muscade</p> <p>Pain de viande, jus brun, blette et tomate au four, pommes de terre au romarin.</p> <p>Salade de chou kale, oignons rôtis, tomates séchées et graines grillées.</p>	<p>Potage Tom Kha Kai aux légumes</p> <p>Vol au vent Chikka, carottes et champignons, riz basmati aux herbes.</p> <p>Salade de freekeh, courgettes, aubergines, menthe et graines grillées.</p>	<p>Velouté aux poivrons doux</p> <p>Scampis, sauce citron, poivrons confits, linguine.</p> <p>Salade de pois chiches, lentilles noires, vinaigrette sésame et piments.</p>	<p>Potage de tomate au basilic</p> <p>Radiator, crème de parmesan, champignons de saison et persil plat.</p> <p>Salade de trois céleris, vinaigrette à la grenade.</p>	<p>Potage de chou-fleur au curry doux.</p> <p>Tajine de légumes aux abricots, freekeh aux courgettes et aubergines.</p> <p>Salade de quinoa aux pois chiches, haricots rouges et haricots azuki, persil plat.</p>	<p>Minestrone verte</p> <p>Gigue de cochon de lait, sauce moutardée, chou-fleur rôti et pommes de terre au gros sel.</p> <p>Salade de lentilles noires, edamame, feta et graines grillées.</p>	<p>Gaspacho</p> <p>Filet de merlan, sauce tomate light, bâtonnets de céleri vert rôti au citron, risotto tomates et basilic.</p> <p>Salade de boulgour, pois chiches, noix de cajou et herbes vertes.</p>
Samedi 07	Dimanche 08	Lundi 09	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13
<p>Potage de chou-fleur du Barry</p> <p>Saucisse, sauce moutardée, compote de rhubarbe et fraises, purée de pommes de terre.</p> <p>Salade de poivrons, courgettes et céleri aux olives, houmous.</p>	<p>Velouté de carottes au lait de coco</p> <p>Lasagne aux courgettes et petits pois, parmesan.</p> <p>Quinoa aux raisins, tomates cerises et poivrons, graines grillées et herbes vertes.</p>	<p>Potage de courgettes aux épinards</p> <p>Scampis sauce au vin blanc, petits légumes et purée de pommes de terre.</p> <p>Chou-fleur grillé, raisins, sésame, oignons et persil plat.</p>	<p>Potage de tomate et fenouil</p> <p>Waterzooi chikka au persil plat et quartiers de pommes de terre.</p> <p>Taboulé libanais, tomates, herbes vertes et citron.</p>	<p>Potage de poivrons jaunes au basilic</p> <p>Rogan Josh d'agneau, carottes Ras el hanout, orzo aux herbes vertes.</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes.</p>	<p>Bouillon au miso et enokis</p> <p>Butter chicken, courgettes, petits pois, laurier et coriandre, sarrasin aux herbes vertes.</p> <p>Salade de céleri-rave, chou blanc, carottes, vinaigrette au sésame et piments.</p>	<p>Potage froid de petits pois à la menthe</p> <p>Filet de daurade en croûte d'herbes, curry de légumes aux pois chiches, riz sauvage aux herbes du jardin.</p> <p>Salade de pâtes orzo, olives, tomates séchées et feta.</p>

Nous vous proposons comme suggestions du mois :

N°1 Gnocchi tartufata 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

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 2022

**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 Tom Kha Kai aux légumes</p> <p>Mijoté de poularde aux légumes, carottes céleri grillés, pomme de terre nature au persil plat.</p> <p>Salade de trois céleris, vinaigrette à la grenade.</p>	<p>Velouté aux poivrons doux</p> <p>Oiseau sans tête, fenouil, pommes et oignons au four, semoule aux herbes vertes.</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, jeunes pousses d'épinards, herbes vertes</p> <p>Quinoa aux haricots rouges et haricots azuki, herbes vertes.</p>	<p>Potage de tomate au basilic</p> <p>Gigue de cochon de lait, sauce moutardée, panais et tomate rôtie, risotto au basilic.</p> <p>Salade de lentilles noires, edamame, feta et graines grillées.</p>	<p>Velouté de champignons</p> <p>Casarecce (pâtes) sauce parmesan, courgettes au thym et petits pois.</p> <p>Salade de poivrons, courgettes et pois chiches grillés.</p>	<p>Bouillon thaï aux dés de tomates</p> <p>Escalope de poulet aux épices, sauce tartufata, champignons de Paris, linguine au parmesan</p> <p>Salade de chou kale, oignons rôtis, tomates séchées et graines grillées.</p>	<p>Gazpacho</p> <p>Filet de saumon aux épices, sauce miso, nouilles sautées aux légumes croquants et poireaux grillés à l'huile de laurier et coriandre.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi</p>
Samedi 21	Dimanche 22	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
<p>Potage de chou-fleur au persil plat</p> <p>Filet de poulet au sésame, blettes à l'échalote, freekeh aux herbes.</p> <p>Salade de chou-fleur, raisins, vinaigrette au sésame et piments.</p>	<p>Potage de carottes au lait de coco</p> <p>Spaghetti dello sport (haché, carottes, céleri)</p> <p>Salade de riz sauvage aux amandes, pois chiches, herbes vertes, houmous.</p>	<p>Potage de courgettes et cresson</p> <p>Scampis grillés, paëlla de légumes de saison, carottes et céleri.</p> <p>Salade de lentilles vertes du Puy, duxelles de légumes et herbes vertes.</p>	<p>Minestrone</p> <p>Boulette sauce curry vert, petits pois et courgettes, riz basmati au persil plat.</p> <p>Salade de pâtes grecques, olives, tomates séchées.</p>	<p>Velouté aux champignons de Paris</p> <p>Mafalde (pâtes) aux poivrons et cheddar.</p> <p>Salade de chou blanc et wakamé, vinaigrette wasabi</p>	<p>Bouillon au tofu et au miso</p> <p>Hachis parmentier (hacher, épinards, tomates)</p> <p>Salade de frégola, aubergines, persil plat, fromage de chèvre.</p>	<p>Velouté de poivrons jaunes au basilic</p> <p>Filet de sole limande, sauce estragon, tomates grillées au four, purée de petits pois à la menthe.</p> <p>Quinoa aux raisins, tomates cerises et poivrons, graines grillées et herbes.</p>

Nous vous proposons comme suggestions du mois :

N°1 Gnocchi tartufata 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

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 2022

**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 poireaux à la noix de muscade	Potage Tom Kha Kai aux légumes	Velouté aux poivrons doux	Potage de tomate au basilic	Potage de chou-fleur au curry doux.	Minestrone verte	Gazpacho
Waterzooi de poulet à la persillade au citron, gnocchi au parmesan et basilic.	Fines tranches de dinde sauce à la ciboulette aux oignons rouges, patates douces et pommes de terre grillées, haricots verts	Scampis, sauce citron, poivrons confits, linguine.	Biryani au poulet, jeunes carottes au céleri à l'échalote, sauce au yaourt.	Moussaka	Cuisse de poulet désossée, ratatouille de printemps aux petits pois et épinards, semoule.	Filet de saumon aux épices douces, sauce miso et cacahuètes, courgettes grillées, riz basmati aux graines de sésame.
Salade de chou kale, oignons rôtis, tomates séchées et graines grillées.	Salade de freekeh, courgettes, aubergines, menthe et graines grillées.	Salade de pois chiches, lentilles noires, vinaigrette sésame et piments.	Salade de trois céleris, vinaigrette à la grenade.	Salade de quinoa aux pois chiches, haricots rouges et haricots azuki, persil plat.	Salade de lentilles noires, edamame, feta et graines grillées.	Salade de boulgour, pois chiches, noix de cajou et herbes vertes.

Nous vous proposons comme suggestions du mois :

N°1 Gnocchi tartufata 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

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