

ENDER CONSELL
DESEMBRE
2020

Ja tenim Nadal a taula!

Per molt que canviïn les coses, continua sent una de les èpoques més especials de l'any.

Nadal és una bona oportunitat per cuinar en família.

Cal pensar en menús, decorar la casa i felicitar a tothom les festes...

Una bonica taula on potser enguany no ens trobem amb els mateixos éssers estimats que l'any passat.

Nadal continuarà tenint un fort component gastronòmic: gaudirem dels menjars, on hi haurà sopes, bullits, pollastre rostit, neules i torró.

L'ambient nadalenc no està només a casa, sinó en nosaltres mateixos.

Després de Nadal, esperarem als Reis Mags i despertarem amb la il·lusió. Però ara més que mai és important saber valorar el que ja tenim i no viure només desitjant el que no tenim.

Bon Nadal i bon profit!



BASAL



	Dimarts 1 Sopa de pasta Llucet al allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps <small>Cigrons amb verdures Tortilla francesa con ensalada Quallada amb mel</small>	Dimecres 2 Mongeta verda amb patata Estofat de vedella amb pastanaga Fruita del temps <small>Crema de verdura Pollastre al forn amb patata al caliu Formatge fresc i nous</small>	Dijous 3 Cigrons estofats amb verdures (carbassó, porro, pastanaga, pebrot verd i vermell) Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps <small>Coliflor amb patata Salmon a la papillot amb llimona Iogurt amb ametlles</small>	Divendres 4 Arròs amb tomàquet Escalopa de pollastre a la milanesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Iogurt <small>Amanida amb nous, panses, advocat i formatge Pizza cassolana amb verdures i bonitoll Poma al forn</small>
Dilluns 7 FESTIU	Dimarts 8 FESTIU	Dimecres 9 Mongetes blanques amb xoriço (ceba, pastanaga, pebrot verd i vermell) Lluç al forn amb patata brava Fruita del temps <small>Broquil amb patata Trita de bolets i ceba amb amanida Iogurt</small>	Dijous 10 Espirals al aglio e oleo Ous arrebossats amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps <small>Purè de carbassó Sipia a la planxa amb all i julivert Quallada i nous</small>	Divendres 11 Broquil amb patata Pollastre al l'all amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Iogurt <small>Patates estofats amb verdures Burrito de vedella i verdures Plàtan banyat amb xocolata negra</small>
Dilluns 14 Arròs amb verdures (pebrot, pastanaga, carbassó i ceba) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps <small>Sopa de pasta Llom al forn amb alls tendres i gambetes Iogurt</small>	Dimarts 15 Patates al gratén (beixamel i bacó) Nuggets de pollastre amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps <small>Mongeta verda saltada amb pernil Pommes frites amb verdures</small>	Dimecres 16 Llenties a la riojana (pastanaga, pebrot verd i vermell, tomàquet, ceba i xoriço) Bacallà amb samfaina (albergínia, carbassó, ceba, pebrot i tomàquet) Fruita del temps <small>Espinacs a la crema Gall dindi arrebossat amb espàrrecs verds Iogurt natural amb xocolata negra ratllada</small>	Dijous 17 Tricolor de verdures (patata, pastanaga i mongeta verda) Estofat de porc amb xampinyons Fruita del temps <small>Crema de carbassa Sardines al forn amb all i julivert i amanida Bol de iogurt amb fruita</small>	Divendres 18 MENÚ DE NADAL Sopa de galets amb pilota Pollastre a la catalana (prunes, panses i ceba) Postres especials <small>Sandvitx amb canonges, tomàquet, tonyina i salsa de iogurt cassolana Macedònia de fruita</small>
Dilluns 21 Coliflor amb patata Lluç arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps <small>Arròs integral amb salsa de tomàquet Sonsos arrebossat amb amanida Iogurt</small>	Bon Nadal i Felicitat Any nou!			

