

# SENSE PORC



**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!



**Dimarts 1**

(\*) Sopa vegetal de pasta  
Llucet al allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
Fruita del temps

**Dimecres 2**

Mongeta verda amb patata  
Estofat de vedella amb pastanaga  
Fruita del temps

**Dijous 3**

Cigrons estofats amb verdures (carbassó, porro, pastanaga, pebrot verd i vermell)  
Truita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)  
Fruita del temps

**Divendres 4**

Arròs amb tomàquet  
Escalopa de pollastre a la milanesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
logurt

**Dilluns 7**

**FESTIU**

**Dimarts 8**

**FESTIU**

**Dimecres 9**

(\*) Mongetes blanques amb verdures (ceba, carbassó, pastanaga, pebrot verd i vermell)  
Lluç al forn amb patata brava  
Fruita del temps

**Dijous 10**

Espirals al aglio e oleo  
(\*) Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
Fruita del temps

**Divendres 11**

Broquil amb patata  
Pollastre al l'all amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)  
logurt

**Dilluns 14**

Arròs amb verdures (pebrot, pastanaga, carbassó i ceba)  
Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
Fruita del temps

**Dimarts 15**

(\*) Patates al gratén (sense bacó)  
Nuggets de pollastre amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)  
Fruita del temps

**Dimecres 16**

(\*) Llenties amb verdures (pastanaga, tomàquet, ceba, carbassó, pebrot verd i vermell)  
Bacallà amb samfaina (albergínia, carbassó, ceba, pebrot i tomàquet)  
Fruita del temps

**Dijous 17**

Tricolor de verdures (patata, pastanaga i mongeta verda)  
(\*) Truita d'espínacs amb xampinyons  
Fruita del temps

**Divendres 18**

**MENÚ DE NADAL**  
(\*) Sopa d'au amb galets  
Pollastre a la catalana (prunes, panses i ceba)  
Postres especials

**Dilluns 21**

Coliflor amb patata  
Lluç arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)  
Fruita del temps



**Bon Nadal i Felicitat Any nou!**

