

# Viandes, accompagnements, sauces

## **Plats: viande**

### **Volailles**

Aiguillettes de canard caramélisées

Boudin blanc de poulet

Butter chicken

Colombo de poulet

Curry poulet aubergines

Poêlée boudin pommes châtaignes

Poulet à l'aigre-douce

Poulet « au beurre »

Poulet champignons lardons

Poulet général tao

Poulet glacé au vinaigre balsamique

Poulet iranien mélasse de grenade et noix

Poulet aux pommes et au cidre

Poulet sauce aigre-douce

Poulet basquaise

### **Boeuf**

Bibimbap

[Bo bun au bœuf](#)

[Bœuf loc lac](#)

[Chili con carne](#)

[Hamburger maison](#)

[Moussaka](#)

[Pain de viande/meatloaf](#)

[Poelée orge aubergines steak haché](#)

## **Porc**

[Choutiflette](#)

[Filet mignon de porc en croûte d'herbes et arachides](#)

[Filet mignon farci aux champignons](#)

[Risotto aux cèpes](#)

## **Plats – poissons**

[Blanquette de la mer](#)

[Blanquette de poisson 2](#)

[Chupe de camarones](#)

[Curry épinards pois chiches fruits de mer](#)

[Hachis parmentier saumon laqué potimarron](#)

[Lieu sauce safran-poireaux](#)

[Rouille d'encornets](#)

[Saumon laqué à la cassonade](#)

## **Plats complets**

[Aioli allégé](#)

[Bibimbap](#)

[Bowl saumon patates douces](#)

[Cannelloni ricotta épinards](#)

[Choutiflette](#)

[Crêpes jambon béchamel](#)

[Couscous facile](#)

[Curry épinards pois chiches fruits de mer](#)

[Dhal lentilles corail chou fleur saumon](#)

[Farçon savoyard](#)

[Jambalaya](#)

[Hachis parmentier butternut patate douce](#)

[Lasagnes saumon épinards](#)

[Moussaka](#)

[Paella IG bas](#)

[Potimarrons farcis](#)

[Quinoa aux légumes](#)

[Rougail saucisse](#)

[Tagliatelles au boudin blanc](#)

[Risotto de boulgour](#)

**Accompagnements**

[Aubergine farcie végétarienne](#)

Butternut rôtie

Carottoto

Farçous aveyronnais

Frites de patates douces

Gratin dauphinois

Gratin épinards roquefort pommes de terre

Karjalan piirakka

Légumes rôtis au four

Potatoes

Purée d'aubergines grillées

Purée d'aubergine rôtie

Ratatouille et oeuf mollet

Risotto aux cèpes

Risotto à la butternut et au bacon

Tagliatelles aux cèpes

## **Sauces**

Sauce sucrée-épicée

Crème poivrons ricotta

Sauce safran-poireaux

Sauce au beurre blanc

Sauce aux foies de volaille