

Viandes , accompagnements , sauces

Plats: viande

Volailles

[Aiguillettes de canard caramélisées](#)

[Boudin blanc de poulet](#)

[Boulgourotto poulet aubergines safran](#)

[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

Crêpes jambon béchamel

Farçon savoyard

Filet mignon de porc en croûte d'herbes et arachides

Filet mignon farci aux champignons

Risotto chou fleur jambon

Plats – poissons

Blanquette de la mer

Blanquette de poisson 2

Bowl saumon patates douces

Chupe de camarones

Curry épinards pois chiches fruits de mer

Dhal lentilles corail chou fleur saumon

[Hachis parmentier saumon laqué potimarron](#)

[Lieu sauce safran-poireaux](#)

[Rouille d'encornets](#)

[Saumon laqué à la cassonade](#)

Végétarien

[Cannelloni ricotta épinards](#)

[Galettes de boulgour et butternut](#)

[Lentil loaf](#)

[Ratatouille et oeuf mollet](#)

[Risotto aux cèpes](#)

Plats complets

[Aioli allégé](#)

[Bibimbap](#)

[Bo bun au bœuf](#)

[Boulgourotto poulet aubergines safran](#)

[Bowl saumon patates douces](#)

[Cannelloni ricotta épinards](#)

[Chili con carne](#)

[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

Poelée orge aubergines steak haché

Potimarrons farcis

Quinoa aux légumes

Risotto chou fleur jambon

Rougail saucisse

Tagliatelles au boudin blanc

Risotto de boulgour

Accompagnements

Aubergine farcie végétarienne

Butternut rôtie

Carottoto

Farçous aveyronnais

Frites de patates douces

Galettes de boulgour et butternut

Gratin dauphinois

Gratin épinards roquefort pommes de terre

Karjalan piirakka

Légumes rôtis au four

Potatoes

Purée maison

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