

SAND M.

CARTE

PRINTEMPS – ÉTÉ

2026

**BATCH COOKING À DOMICILE
PARIS & BANLIEUE OUEST**

MENU DE SAISON

Légumes

Courgettes citron romarin

Riz sauté aux légumes façon asiatique

Patates douces au paprika fumé

Ratatouille

Plats complets

Boulettes aux herbes, sauce tomate

Brocolis vapeur et riz

Poulet rôti sauce citron moutardée

Pommes de terre & carottes au four

Parmentier cabillaud & patate douce

Filet de saumon laqué miso

Pomme de terre vapeur & haricots verts aux échalotes

Curry de légumes riz basmati

Avec poulet ou crevettes

Artichauts farcis au haché de bœuf

Plats réconfortants

Lasagnes bolognaises

Lasagne légumes

Aubergines parmigiana

Tartes & cakes salés

Accompagnés d'une bonne salade verte

Tarte petit pois, feta & menthe

Cake thon, olives & tomates séchées

Tortilla de pomme de terre au four

Douceurs

Gâteau chocolat noisette
sans beurre

Compote de pommes maison
sans sucre ajouté

Granola

Crumble aux pommes

VOTRE SEMMAINE, DÉJÀ CUISINÉE.

Je viens chez vous · Paris & banlieue ouest

ÉLIGIBLE AU CRÉDIT D'IMPÔT À 50%

SAND M.