

Plan hebdomadaire de l'été ⁸

LA CUISINE SIMPLE ET RAFFINÉE
le menu

REPAS DE MIDI



LUNDI
Poulet grillé
au citron



MARDI
Pâtes d'été au pesto



MERCREDI
Panzanella aux
pois chiches



JEUDI
Ratatouille



VENDREDI
Linguine et pesto
à la pistache



**ASTUCE BOISSON
DE LA SEMAINE**
Rafraîchissement
aux fraises
et à la rose

SOUPER



LUNDI
Tartine estivale



MARDI
Soupe froide
au yogourt



MERCREDI
Steak au poivre et
salade d'été



JEUDI
Bowls à la pomme
de terre



VENDREDI
Chou-fleur grillé
et mayonnaise
au tahini



**ASTUCE BARBECUE
DE LA SEMAINE**
Escalope de porc au
citron au barbecue



Recevez le plan hebdomadaire
en tant que newsletter
www.lemenu.ch/plan-hebdomadaire