

Enero

2019

Menú mensual

Cocina libre y sé feliz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	¹ Bolitas de soja, papas y ensalada	² Vegan food en Vega, calle luna, 8 Madrid. Muy recomendable!	³ Picnic en el pico de la Maliciosa	⁴ Tortilla de papas y pico de gallo	⁵ Musaka vegetariana, buñuelos de bacalao y encurtidos	⁶ Lasaña verde
⁷ Pasta con tomate, atún y tapenade	⁸ Hamburguesa, papas a lo pobre y ensalada de col	⁹ Pakoras, chutney, arroz y raita	¹⁰ Salmón, puré de yuca y tomate aliñado	¹¹ Polenta, pisto y huevo escalfado	¹² Croquetas de setas y ensalada	¹³ Minipaella vegetariana
¹⁴ Ensaladilla rusa con seitán crujiente	¹⁵ Pollo guisado y rice noodles	¹⁶ Shakshuka, huevo, alubias de Tolosa	¹⁷ Pescaito frito con gazpacho	¹⁸ Fideuá de quinoa	¹⁹ Gyozas, arroz y ensalada	²⁰ Costillar asado a baja temperatura
²¹ Pasta con caponata y queso feta	²² Calamares rebozados con ensalada	²³ Lentejas al curry con arroz	²⁴ Polenta, verduras salteadas y huevo poché	²⁵ Papas a lo pobre, filete y tomate aliñado	²⁶ Sushi, ensalada de algas	²⁷ Cocido
²⁸ Ropa vieja y ensalada	²⁹ Arroz a la cubana	³⁰ Salmorejo y berenjenas rebozadas	³¹ Atún plancha, papas arrugás y tomatitos			