

# BIENVENIDA AL



# MENÚ SEMANAL

Estás aquí porque te interesa tu alimentación y el día a día no deja que conviertas tu intención en realidad

¿Es así? Te felicito, has entrado al lugar ideal. Entre tú y yo daremos carpetazo a este limbo.

Cada jueves, tendrás a tu disposición, el planning del menú que cocinaré la siguiente semana y del que podrás elegir el plato o platos del día/días que necesites.

La calidad y el amor que le dedico a elaborar, comprar y cocinar este menú, quiero que lo veas reflejado en tus platos.

Por eso, me gusta cocinar el menú semanal para un grupo reducido de comensales, cada comida/cena. Tenlo en cuenta, no te despistes ;)

Por todo ello necesito que confirmes antes del sábado a las 10h. tu elección, y así poder darte lo más fresco del mercado. Si se te hace la boca agua con lo que vas a leer en el menú, solo tienes que mandarme un WhatsApp, con lo que necesitas. Por ej.: Comida y cena de lunes; o cena martes y comida viernes... o ¡quiero todos los días!

Pero antes .... quiero que conozcas qué se cocina en Ca Na Sibi:



- Alimentos saludables y naturales, sin conservantes, sin aditivos, sin refinados, sin procesados.
- Priorizando productos de proximidad, Km0, de temporada y en la medida de lo posible productos ecológicos.
- Las verduras, de payés y/o ecológicas.
- Las carnes, naturales o ecológicas.
- Los pescados, de mercado; es decir, de nuestro mar y en su defecto, libres de antibióticos.
- Los huevos, ecológicos siempre.
- Las especias y condimentos, a granel y 99% bio/ ecológico.
- Las legumbres, los cereales ecológicos...
- Proceso de elaboración de los platos totalmente artesanal, casero y consciente del equilibrio nutricional de los platos.

# MENÚ SEMANAL DEL 06 AL 10 MY 2024



CONSÚLTAME TU OPCIÓN VEGETARIANA  
O TU SIBIBOWL PERSONALIZADO

## COMIDA

## CENA

### LUNES

Ensalada de puerros con salsa tamari y mostaza

Crema de brócoli y gorgonzola

Lomo de cerdo ibérico relleno de pollo campero y dátiles con puré de calabaza

Lubina al horno con verduras salteadas

### MARTES

Ensalada campera con naranja

Ensalada tibiana de hinojo, cherries y aceitunas kalamata

Judías blancas con espinacas al azafrán

Salmón con costra de pistachos y puré de coliflor con cebolla morada caramelizada

### MIÉRCOLES

Salteado de arroz rojo con verduras

Crema de alcachofas

Thai curry de pavo, gambas o tofu con verduras

Croquetas de boniato, parmesano y nueces (opción sin lácteos levadura nutricional) al horno con pisto

### JUEVES

Ensalada de pepino, rabanitos y pimientos con queso feta y aliño verde

Tartar de verduras con huevo mollet

Lasaña de calabacín rellena de lentejas con bechamel vegana

Lomo de corvina con verduras a la mallorquina

### VIERNES

Quinoa con verduras con salsa tahini

Crema de judías verdes

Muslitos de pollo campero a la mostaza con verduras al horno

Wok de langostinos y verduras con noodles de soja

