

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 02 AL 06 SEP 2024



CONSÚLTAME TU OPCIÓN VEGETARIANA
O TU SIBIBOWL PERSONALIZADO

COMIDA

CENA

LUNES

Ensalada especiada de garbanzos eco

Crema fría de espárragos blancos

Wraps de zanahoria y trigo sarraceno eco rellenos de lomo ibérico mechado, gambas marinadas o tofu ahumado, crudités y aliño de naranja

Lubina a la sal con verduras salteadas

MARTES

Crema crudivegana de calabacín y anarcados

Ensalada coleslaw con salsa de rabanitos

Escabeche suave de raya mallorquina o pollo campero con verduras

Salmón con costra de sésamo negro, puré de brócoli y patata prebiótica

MIÉRCOLES

Sopa fría de melón y aguacate

Espirales de calabacín con cherries confitados y pesto de rúcula y nueces

Albóndigas de pavo en salsa de verduras y arroz basmati integral con champiñones

Wok de langostinos y verduras con quinoa

JUEVES

Taboulé de lentejas caviar eco

Crema fría de guisantes

Thai curry de pollo campero o gambas con verduras y arroz rojo

Berenjenas rellenas de merluza con salsa de tomate a la italiana

VIERNES

Gazpacho de sandía

Salteado de judías verdes y cherries confitados

Lasaña de calabacín boloñesa de ternera, pollo campero o soja texturizada

Quiche sin harinas rellena de verduras, tofu silken y jamón ibérico

