

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 05 AL 09 AG 2024



CONSÚLTAME TU OPCIÓN VEGETARIANA
O TU SIBIBOWL PERSONALIZADO

COMIDA

CENA

LUNES

Ensalada de calabacín, queso feta y nectarina

Crema fría de espárragos blancos

Wraps de zanahoria rellenos de pollo campero, langostinos marinados o tofu ahumado con crudités y aliño aquafab

Lubina de estero al horno con verduras asadas

MARTES

Ensalada de garbanzos eco asados

Sopa fría de manzana verde y puerros

Escabeche suave de pavo o corvina y verduras

Hamburguesas de ternera con chips de boniato y berenjenas

MIÉRCOLES

Crema fría de melón y aguacate

Ensalada de tomate rosa Km0 con burrata y pesto de rúcula y nueces

Sibitumbet al vapor acabado horno con solomillo ibérico o huevos ecológicos plancha

Salmón con salsa de eneldo, espárragos verdes y cherries confitados

JUEVES

Salteado especiado de falso arroz de brócoli y coliflor con f.secos

Gazpacho de sandía

Thai curry de pollo campero, gambas o tofu con verduras

Canelones de berenjenas rellenas de rape y bechamel de calabacín (sin lácteos ni harinas)

VIERNES

Ensalada de lentejas y arroz basmati integral

Gazpacho de remolacha

Albóndigas de pollo campero en salsa de verduras con verduras salteadas

Quiche sin harinas de cebolla caramelizada, queso de cabra y jamón ibérico

