

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 16 AL 20 SEP 2024



CONSÚLTAME TU OPCIÓN VEGETARIANA
O TU SIBIBOWL PERSONALIZADO

COMIDA

CENA

LUNES

Ensalada capresse, mozzarella búfala y pesto de rúcula y nueces

Crema fría de espárragos blancos

Wraps de espinacas rellenos de pollo campero, gambas o tofu marinadao con aliño de anacardos

Dorada Premium a la sal con verduras salteadas

Ensalada de quinoa con judías verdes

Crema de guisantes a la menta

MARTES

Paquetitos saludables (al vapor) de col con solomillo ibérico y su salsa

Salmón al horno con costra de tomates secos y puré de brócoli

MIÉRCOLES

Ensalada César de garbanzos eco

Sibissoise de apio

Pechuga de pavo rellena de higos frescos con portobellos salteados

Canelones de berenjena rellenos de merluza con bechamel de calabacín

JUEVES

Salteado de arroz rojo, verduras y frutos secos

Gazpacho de espárragos verdes

Thai curry de verduras y pollo campero, langostinos o tofu

Escabeche suave de llampuga con verduras

VIERNES

Tartar de verduras con huevo mollet

Crema de cebolla roja

Calabacines rellenos de chile vegano

Pastel de brócoli y zanahoria con tofu silken y salsa de pimientos

