

Maig del 2024 proposta de sopars de La Xupxup

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		Coliflor saltejada amb alls tendres Truita d'espàrrecs i patates	Cigrons amb espinacs i alls tendres amb patates al forn	Nit de bikinis en família. Pots provar a pintarlos amb ou batut i posar-los a la planxa....
29	30	1	2	3
Faves a la catalana amb menta fresca	Llentia vermella estofada amb verdures i pimentó vermell dolç amb crotons de pa	Sopa de ceba i formatge Ous al forn	Amanida de col a tires, pollastre fred i salsa de mostassa i iogurt amb crotons de pa	Nit de pizzes en família amb verdures de temporada **
6	7	8	9	10
Crema de patata, porro i carbassa Bunyols de bacallà	Tirabecs bullits / Pèsols al vapor Croquetes d'espínacs	Faves a la catalana amb alls tendres, botifarró i ceba tendra	Peix* al forn amb patates i verdures de primavera **	
13	14	15	16	17
	Wok de pollastre i pèsols amb arròs del Delta	Peix* al forn amb patates i verdures de primavera **	Truita d'alls tendres amb tirabecs i patates al vapor	Verdura de temporada ** a la planxa amb bistec de poltre o de vedella i bolets amb all i julivert
20	21	22	23	24
Crema de carbassó i formatge Ous al plat	Amanida tèbia de fulles, ceba caramelitzada, formatge i pollastre	Crema de pèsols amb menta fresca Cigrons amb espinacs i pinyons	Patata i pèsols frescs al vapor Seitons arrebossats amb farina de cigrons	Truita de patata, carxofes i alls tendres amb amanida de col lombarda amb pipes i panses i vinagreta de taronja
27	28	29	30	31

* Seitons, verats, maires, sèpia, canana, lluç de bou i sonso a l'ABRIL . Hi ha vida més enllà del salmó. Compra a una peixateria del barri i pregunta

** PRIMAVERA: espàrrecs, alls tendres, carxofes, pèsols, tirabecs , faves tendres, bledes, pastanaga, carbassa ravanets, apira ve i colirave, ruca, xicòria, enciams

AL NOSTRE INSTAGRAM HI TROBARAS MÉS INFORMACIÓ @laxupxup_cuinalescola

Plats tradicionals de la cuina catalana

