

Ementa Eco-Ementas Mediterrânicas | Eco-Cozinheiros

Sopa:

Canja de galinha, com legumes da horta:

(Caldo de galinha, aromatizado de legumes do campo cebola, alho, cenoura, curgete, beringela, gema, massa cuscos, hortelã, sal, pimenta.)

Prato principal.

Arroz de galinha do campo e ervas da horta.

(Frango desfiado, arroz agulha, alho, cenoura cozida, bacon, cebola, tomilho, alecrim, queijo parmesão, sal, pimenta.)

Sobremesa:

Molotof de groselha, salada de fruta cítrica.

(Claras, açúcar, groselha, laranja, limão, maçã.)