



Alterações nos pratos da ementa Eco- Cozinheiros, para celíacos e intolerantes à lactose

Entrada

“Torricado de espargos, shimeji e pleurotus com maionese de sementes de girassol e coentros”

Sugere-se a substituição do pão de trigo e da broa de milho por um pão sem glúten, por exemplo, pão de aveia sem glúten.

Prato Principal

“Gnochis de batata-doce com codorniz e espinafres”

Sugere-se a alteração da farinha de trigo por farinha sem glúten, o queijo da Ilha por levedura nutricional e a manteiga por azeite.

Sobremesa

“Bolo de pera com gelado de figo e nozes tostadas”

Sugere-se a alteração das natas por natas vegetais e da farinha integral por farinha de aveia sem glúten.