



Ementa

Clube de Culinária

A ementa contém três pratos equilibrados, baseados em ingredientes saudáveis e alinhados com os princípios da dieta mediterrânica.

Entrada

1. Omelete de legumes com cogumelos, courgette e pimentos variados.

Prato principal

2. Esparguete de courgette com molho de tomate e cogumelos.

Sobremesa

3. Crumble de maçã com mel e aveia.