



PREPAREM UN MENÚ PER L'AGOST

Plena temporada dels **fruits del bosc**.

Préssecs, nectarines i **prunes**, que ara són més dolces que mai.
Seguim amb el **meló** i la **síndria**.

I les verdures d'estiu, com el tomàquet, el **cogombre**, l'**albergínia**,
el **carbassó**, els **pebrots**, la **mongeta tendra** i l'**enciam**.



DINAR

- Crema de meló amb encenalls de pernil salat
- Arròs integral saltat amb albergínia, pebrot, carbassó i daus de sèpia
- Postres: Iogurt amb fruits Vermell

SOPAR

- Amanida de tomàquet, cogombre, formatge fresc i menta fresca
- Truita de carbassó
- Postres: Prunes