



Recettes du mois d'avril : check

Scanne-moi !
Commandez vos recettes du mois en 1 clic grâce à jow



Avril

LUNDI

1/04
Cheese naan vache
qui rit express
& poulet au curry

MARDI

2/04
Quiche aux asperges
& truite fumée

MERCREDI

3/04
Bowl mélange de
céréales, poulet
& tzatziki

JEUDI

4/04
Gratin de pâtes
vache qui rit
& poireaux

VENDREDI

5/04
Tartine à la
provençale
& œuf mollet

SAMEDI

6/04
Rigatoni porc
& brocoli

DIMANCHE

7/04
Crevettes à la
méditerranéenne

8/04
Smash burger

9/04
Salade quinoa, poulet
& brocoli

10/04
One pan riz crémeux,
chèvre & chorizo

11/04
One pan truite
& pommes de terre
au beurre d'ail

12/04
Croque-monsieur au
blanc de poulet
& salade

13/04
Salade poulet, petits
pois & tzatziki

14/04
Haché de veau,
pommes de terre
& sauce au poivre

15/04
Gratin de brocoli
& chou-fleur

16/04
Saumon, boulgour
& ratatouille

17/04
Soupe express au
poireau & toast truite
fumée

18/04
One pot
spicy rigatoni

19/04
Cabillaud au beurre
citronné, riz
& haricots verts

20/04
Gnocchis
champignons, ail
& fines herbes

21/04
Salade boulgour,
brocolis & œuf mollet

22/04
Gratin de pâtes au
blanc de poulet

23/04
Salade de brocolis
& pavé veggie

24/04
Dahl de lentilles corail
& œufs

25/04
Fajitas dinde & feta

26/04
Poulet parma
& salade

27/04
Feuilletés épinard, feta
& salade

28/04
Salade de couscous
& saumon grillé

29/04
Pâtes au pesto, petits
pois & burrata

30/04
Sandwich poulet,
laitue & tomate
séchée

Scanne-moi !
Commandez vos
recettes du mois
en 1 clic grâce à **jow**

