

Lundi

Beignets de courgettes

Ingrédients

Courgettes, farine, levure, oeufs, huile d'olive, basilic

Rose des sables

Ingrédients

céréales natures, beurre, chocolat

Mardi

Clafoutis de tomates cerises

Ingrédients

Tomates cerises, farine, lait, oeufs, gruyère râpé

Smoothie aux fruits rouges

Mercredi

Toast avocat et burrata

Ingrédients

Pain de campagne, avocats, burrata, huile d'olive, échalotes

Glaces à la maison

Ingrédients

Cornets de glace, glace à la framboise, glace au chocolat

Jeudi

Salade de pâtes au pesto

Ingrédients

Pâtes, pesto, mozzarella, tomates séchées

Brochette de fruits de saison

Vendredi

Quiche tomates, courgettes et chèvre

Ingrédients

Pâte feuilletée, tomates, courgettes, chèvre, huile d'olive

Nectarines

Ma liste de courses pour la semaine

Rayon frais

Oeufs*
Beurre
Lait
Gruyère râpé
Burrata
Glace framboise
Glace chocolat
Mozzarella

Mayonnaise
Glaces
Boursin
Pâte feuilletée
Chèvre

Fruits & Légumes
Courgettes*
Basilic
Tomates cerises
Fruits rouges surgelés
Avocats
Échalotes
Nectarines*
Pêches
Framboises
Tomates

Autres

Farine*
Levure
Huile d'olive
Chocolat
Céréales natures
Pain de campagne
Cornets de glace

Pesto
Tomates séchées

maman vogue 

*ingrédients pour plusieurs recettes