



# Menù della Settimana

Dal 7 dicembre

Al 13 dicembre



## Qualche Suggerimento

Cucino lo spezzatino domenica sera, così il giorno dopo la cena è pronta e la carne è ancora più saporita.

Per gli hamburger con la verdura, cuocio tanta verdura in modo che sia pronta anche per il contorno.

Con il menù della settimana già definito, posso fare la spesa completa e avere tutto in casa.

### Lunedì

- ❖ Gnocchi di patate con zafferano e pancetta
- ❖ Cavoletti di Bruxelles in padella
- ❖ Spezzatino ai funghi

### Martedì

- ❖ Risotto crescenza, zucchine e noce moscata
- ❖ Polpette di merluzzo e olive
- ❖ Peperoni con mollica (pangrattato)

### Mercoledì

- ❖ Tagliatelle panna e salmone
- ❖ Pomodorini confit
- ❖ Hamburger di tacchino, carote
- ❖ Carote ripassate in padella

### Giovedì

- ❖ Fusilli broccoli e acciughe
- ❖ Zuppa di legumi con crostini

### Venerdì

- ❖ Cous cous pollo e asparagi
- ❖ Fritta con spinaci

### Sabato

- ❖ Risotto alla zucca con semi di zucca
- ❖ Cena messicana

### Domenica

- ❖ Pasta alla norma
- ❖ Pesce spada agghiotta
- ❖ Toast super farciti