

Jour 1

Formation

Salade de corail et carottes

Bâtonnets de légumes et tartinade : Mayonnaise de légumes secs et
Houmous de betterave

*

Polenzia

Croquettes de betterave

Crumble de millet

*

Pudding de Chia

Fondant Haricot chocolat

Granola de kasha

Jour 2

Immersion

Salade de pomme de terre aux algues

Lasagne bolognaise végétale

Crème rapadura