

Composition des poêlées



Poêlée d'automne	Carotte orange et jaune, pomme de terre, panais
Bouquetière de légumes	Carottes, céleri, haricots verts, salsifis, oignons
Bretonne	Carottes rondelles, choux-fleurs, haricots verts coupés, brocolis, pommes de terre rissolées, oignons, lardons fumés
Campagnarde	Carottes rondelles, choux fleurs petites fleurettes, brocolis fleurettes, courgettes dés
Chinoise / Asiatique	Courgettes et carottes en julienne, poivrons jaunes en lanières, pousses de soja, champignons noirs émincés
Cordiale	Carottes, haricots verts, céleri
Forestière	Haricots verts, brocolis fleurette, poivrons rouges, champignons émincés, oignons
Gala	Jeunes carottes, pois mange-tout, choux fleurs, choux romanesco
Gourmande	Courgettes grillées, aubergines, chou romanesco, pointes d'asperges, poivron rouge
Italienne	Penne, tomates, courgettes, oignons frits, olives noires, herbes de Provence, ail, basilic, huile d'olive
Indienne	Courgette, aubergine, tomate, oignons, riz, curry
Jardinière de légumes	Carottes, petits pois, haricots coupés, navets

Composition des poêlées

Légumes	Haricots verts, carottes, salsifis
Légumes d'Antan / oubliés	Panais, céleris, carottes jaunes et oranges, potirons, topinambours, oignons rouge
Légumes d'hiver	Pommes de terre, légumes pot au feu
Légumes du pot	Carottes, pommes de terre, navets, poireaux, garniture de céleri, oignons
Maraîchère	Carottes, courgettes
Mélange légumes grillés	Rondelles de pommes de terre, de courgettes, lamelles d'aubergines, de poivrons rouges et jaunes, cubes d'oignons
Mélange légumes du soleil	Carottes, tomates, poivrons verts et rouges, poireaux, pois mange-tout, courgettes, oignons
Méridionale	Haricots verts, courgettes, aubergines pré-frites, poivrons rouges et jaunes, oignons
Parmentière	Pommes de terre risolées, oignons, persil
Printanière de légumes	Pommes de terre, jeunes carottes, haricots mange-tout, petits pois doux, oignons
Rustique	Pommes de terre, carottes, salsifis
Sous-bois	Salsifis, champignons
Trio choux fleurette	Choux fleurs, brocolis, chou romanesco
Trio légumes verts	Haricots verts, carottes, côtes de blettes
Villageoise	Petits pois doux, maïs doux, champignons émincés, poivrons rouges, haricots beurre, aubergines
Wok	Carottes, germe de haricots mungo, haricots mange-tout, champignons noirs, fèves de soja