

Setembre del 2026 proposta de sopars de La Xupxup

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	1	2	3	4
7	Pastís fred de patata amb bonífol, crudités ratllades, encurtits i maionesa casolana 8	Crema de carbassa i porros Peix al forn amb llit de patates i pebrots 9	Nit de torrades de pa de pagès amb escalivada de pebrot i d'albergínia i anxoves  10	11
Crema de verdures amb lleties vermelles i picada d'ametlles logurt amb compota 14	Ous durs farcits amb amanit de pebrot, ceba i julivert Poma al forn amb panses 15	Vichyssoise (porro i patata) amb crostonets de pa Peix blau del dia amb tomàquet i alfàbrega** 16	Wok de col i pollastre talladets a tires i amb tamari ... i si no tens un wok doncs amb la paella! 17	Nit de crêpes en família. Pots provar a fer-ne de blat sarraí!  18
Patata i bledes saltades i hamburguesa de vedella bruneta del Pirineu 21	Truita de carbassó amb amanida de pastanaga, remolatxa i cogombre ratllats 22	Saltejat de pak choi, pebrots i albergínia Peix del dia arrebossat** 23	24	Nit de fajitas de pollastre al curry amb saltejat de verdures de temporada****  25
Esqueixada de bacallà amb pebrots, ceba i tomàquet de l'hort 28	Remenat de verdures de temporada **** i trossets de gall dindi 29	Mongeta del ganxet saltada amb oli d'alls i espinacs Poma al forn amb panses 30	1	2

* Formatge recomanat : "El traginer" de Mas el garet, ideal per fondre i de proximitat

** Seitons, verats o sardines. Hi ha vida més enllà del salmó. Compra a una peixateria del barri i pregunta

**** ESTIU: pebrots, albergínies, carbassons, espinacs, endívies, carbasses, cogombres, pastanagues, tomàquets, porros, pak choi, remoltxes...

***** Envia'ns la vostra recepta i alguna foto a hola@laxupxup.cat i la publicarem per compartir amb la resta de famílies

 Nit per cuinar en família

