Petit déjeuner dans la rosée du matin

Confiture de fruits du marché à sucrer soi-même

Mettre la main à la pâte pour deux variations de pain

« Smoothie » bananes,
oranges et feuilles d'épinard fraîches
Crème Budwig: pour mine d'or
Brioche à la farine de quinoa

Petites choses salées

Mini galettes aux vertes herbettes,
cottage cheese et marmelade d'agrumes
Filet de truite fumée, dans son habit de
courgette croquante
Clafoutis de tomates cerise, chèvre frais et basilic
Rouge-Blanc : truffes de radis
aux noisettes grillées et philadelphia
Fagotins de roquette,
filet de canard fumé et sirop balsamique

Terminer en douceur

Petites madeleines,
parfummées à la cardamone et
recouvertes d'un glaçage à l'orange
Compote de rhubarbe au gingembre, flocons de faisselle