

## Exemple de buffet

Source : Facebook Vlanvodorp-nutrition

- 🍴 Taboulé de quinoa aux herbes fraîches + citron
- 🍴 Salade de lentilles vertes et brocoli + balsamique
- 🍴 Salade de choux blanc et fenouil + vinaigre de cidre + noix
- 🍴 Tartinade de poivrons rouges/carottes, façon US (tartare végétarien)
- 🍴 Pain de viande maison
- 🍴 Crevettes grises aux avocats et coriandre
- 🍴 Saumon "belle-vue"
- 🍴 Accras de cabillaud et son tzatziki
- 🍴 Pilons de poulet, mini-boudins blancs & mini-boulettes végétariennes... pour les petits.
- 🍴 Houmous
- 🍴 Tapenade de légumes méditerranéens
- 🍴 Concombre / laitue / tomate cerise
- 🍴 Vinaigrettes au choix: moutarde/miel & agrumes/estragon

