



Qualche spunto per decidere cosa portare in tavola questo mese!

Per altre idee seguimi sul blog

lericettedicle.com

e su:



Meal Plan Aprile 2020 – by Le Ricette di Cle

	Ricetta	Lista spesa/Ingredienti	
Giorno1 (Formaggi)	Rotolo di patate svuotafrigo	Patate, salumi, formaggi, uova	
(Pesce)	Pasta con tonno e carciofi *I carciofi sono di stagione, vedi le Altre ricette con i carciofi	tonno, carciofi, aglio, panna	
Giorno 2 (Carni bianche)	Insalata di pollo e carote	Pollo, philadelphia, limone, carote, aglio, finocchio, olio, semi di finocchio	
(Uova)	Frittata con le fave fresche E alte ricette con le fave fresche ingrediente di stagione	Uova, zucchine/spinaci, parmigiano, prosciutto, olio, ,	
Giorno 3 (legumi)	Fagiolata Indian Style	Fagioli, pomodoro, cipolla, erbe aromatiche, olio, piadina	
(formaggi)	Sformatini di ricotta e piselli	Piselli, ricotta, uova, pancetta	

Meal Plan Aprile 2020 – by Le Ricette di Cle

<p>Giorno 4 (carni bianche)</p>	<p>Scaloppine di pollo al limone con Patate al forno</p>	<p>Pollo, limoni, burro,</p>	
<p>(cereali)</p>	<p>Insalata di orzo (2 versioni)</p>	<p>Orzo, pomodorini, tonno, erbe aromatiche, sedano, fave</p>	
<p>Giorno 5 (salsiccia/carni rosse)</p>	<p>Risotto con salsiccia Oppure pasta risottata con broccoli e salsiccia</p>	<p>salsiccia, riso, birra, brodo</p>	
<p>(Avanzi)</p>	<p>Frittata di spaghetti</p>	<p>Spaghetti al pomodoro o alla carbonara, besciamella, uova, formaggi</p>	
<p>Giorno 6 (pesce)</p>	<p>Spigola al sale</p>	<p>Spigola, sale grosso, erbe aromatiche</p>	
<p>(pizza)</p>	<p>Pizza parigina Pizza (al domicilio)</p>	<p>mozzarella, pomodoro, pasta sfoglia, pasta per pizza</p>	
<p>Giorno 7 (carne rossa/salumi)</p>	<p>Lasagne alle zucchini</p>	<p>Lasagne, zucchini, scamorza, (salmone affumicato), besciamella,</p>	

E come dessert, questo mese prova....

[Biscotti di Pasqua](#)

[Ferri di Cavallo](#)

[Pastiera Napoletana](#)



Meal Plan Aprile 2020 – by Le Ricette di Cle

Per altri spunti visita lericettedicle.com

Oppure dai uno sguardo a queste categorie:

[Che preparo oggi?](#) - [Facile e Veloce](#) – [Un due tre... cena!](#)

E se cerchi ispirazione **per colazione e merenda**, consulta [l'elenco fotografico dei dolci](#)

