

## PLATS DU JOUR DU 26 AU 30 JANVIER 2026



### **LUNDI & MARDI – Emincé de seitan Colombo et son riz sauté (vegan, avec ou sans gluten)**

Plat : Emincé de seitan Colombo, accompagné de son riz sauté aux légumes et haricots.

Ingrédients : Riz, haricots, carottes, oignons, ail, huile de colza, oignons bottes, seitan de *Renski* / tofu, soja, épices colombo, noisettes.

Allergies : blé, soja, noisettes

A consommer dans les 2 jours

### **MERCREDI – Sorgho grillé au romarin & courge aux 5 épices (vegan, sans gluten)**

Plat : » Courges aux saveurs réconfortantes, accompagné de sorgho local & d'une salade hivernale.

Ingrédients : butternut/longue de Nice, sorgho, haricots, pois chiches, épinards, oignons, choux blanc, oignons, pomme, colrave, endive, sel, poivre, romarin, huile de colza, moutarde, cumin, curcuma, cannelle, cardamome, gingembre, sucre, vinaigre de pomme, orange et graines de lin.

Allergie : gingembre

A consommer dans les 3j

### **JEUDI & VENDREDI – Reibe Plätzchen aka « les deux pommes » (vege, sans gluten)**

Plat : Beignets de pomme de terre, compote de pomme, médaillon de pois chiches & salade saisonnière.

Ingrédients : Pomme de terre, pomme, oignons, pois chiches, farine de sarrasin, huile de colza, sel, poivre, muscade, choux/salade, andives, vinaigre de pomme, œuf, ail, paprika, gingembre.

Allergies : œuf, gingembre

A consommer dans les 2 jours

Tous nos mets sont cuisinés le matin-même. L'équipe de l'Unique reste à votre écoute et nous nous adaptons volontiers.  
N'hésitez pas à nous transmettre vos spécifications lors de votre commande.  
Bonne découverte et bon appétit !