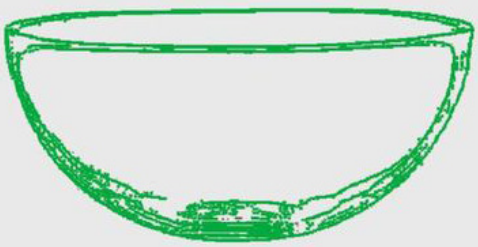
Brunch

BREAKFAST & DETOX CORNER

COMMENT CRÉER VOTRE BUDDHA BOWL

SAUCE ET ÉPICES
+
NOIX ET GRAINES
+
LÉGUMES ET SALADE
+
PROTÉINE
+
GLUCIDE
+
EXTRA



LE MASTER DÉTOX

en collaboration avec Audrey Carsalade,
Naturopathe & Coach Santé - Bien-être - www.Naturopathie-coaching.com

Un dimanche sur deux,
apprenez à créer votre buddha bowl suivant votre posologie.

SAUCES ET ÉPICES

Vinaigrette citronnée
Vinaigrette au soja
Vinaigrette au tahin

NOIX ET GRAINES

Amandes
Noix de Macadamia
Graines germées

LÉGUMES ET SALADE

Chou rouge
Carottes
Roquette
Mâche
Tomates cerise

PROTÉINES

Poulet *(animale)*
Pois chiches
Lentilles

GLUCIDES

Riz
Quinoa

EXTRAS

Avocat
Guacamole
Houmous

HÔTEL JUANA - 19, avenue Gallice - 06160 Juan Les Pins - Cap d'Antibes
Tél. : +33 4 93 61 08 70 - reception@hotel-juana.com - www.hotel-juana.com