



LA FINCA de AL LADO

Catering



LA FINCA de AL LADO

Catering

Catering **saludable** que utiliza **ingredientes reales y crea recetas sin refinados, sin ultraprocesados y sin conservantes.**
-> Orgánico, casero & sostenible. ¡Con proveedores de mercado!

QUIÉN ESTÁ DETRÁS

“Como Biotecnóloga he estudiado células, tejidos y organismos en el pasado. Hoy en día todos esos conocimientos, además de mi experiencia en el mundo gastronómico y un máster en nutrición holística, me han ayudado a entender cómo la nutrición puede contribuir a sanar a nivel celular.

Los "porqués" y los "cómo" siempre me han intrigado y es desde esa perspectiva científica y humana, desde la que estoy comprometida a ayudar a los demás. Mi objetivo es conseguir que la gente obtenga más energía y bienestar a través de la comida con La Finca de al Lado”.





LA FINCA de AL LADO

Catering



NUESTRO PILAR

La nutrición es fundamental para sanar a nivel celular y está **intrínsecamente relacionada con la salud física y mental**

NUESTRO OBJETIVO

Nuestro objetivo es conseguir que nuestros clientes obtengan más **energía** a través de la comida y poder así contribuir a **mejorar su calidad de vida**



LA FINCA de AL LADO

Catering



I. SERVICIO CATERING

Servicio para eventos de empresa:

- **Reuniones**
- **Formaciones**
- **Otros**

II. MENÚS DIARIOS

- Servicio de **delivery** de menús diarios (consultar condiciones: precios, envío, pedidos mínimos, particularidades dietéticas)



LA FINCA de AL LADO

Catering

I. SERVICIO CATERING: PARA EVENTOS Y MEETINGS DE EMPRESA

MENÚ LA FINCA DE AL LADO

¡No te cortes y haznos tu encargo!

Utilizamos **ingredientes orgánicos, de temporada** y hacemos recetas ricas y saludables. **Sin refinados, sin conservantes;**

SALUDABLE, ORGÁNICO... ¡CASERO!

ESTE MENÚ ES ÚNICAMENTE ORIENTATIVO

VAMOS CREANDO NUEVOS PLATOS DE FORMA HABITUAL. NO DUDÉIS EN CONSULTARNOS PARA ADAPTARNOS MEJOR A VUESTRAS NECESIDADES



Todas los pedidos por encargo deben hacerse con un **mínimo de 3 días de antelación**. Para pedidos de más de 10 personas, se solicita una semana de antelación.

*Por favor, en caso de sufrir alguna alergia alimentaria, comuníquenoslo para tomar las medidas adecuadas.

TABLAS DE APERITIVOS

Tabla XXL (125X70CM)

Quesos variados, crackers, fruta, crudités, mermeladas, bimis, romescu, frutos secos, chips. (Para 15 personas +-)

Tabla M-L

Variado de quesos, embutidos eco, hummus, crudités, crackers y fruta (5-8 personas)

Tabla S

Variado de quesos, hummus, crudités, crackers y fruta (3-5 personas)

OTROS APERITIVOS

Gildas con chips de verduras

Bocaditos de salmón con salsa de mostaza

Hummus de guisante o clásico con crudités

Plato de jamón con picos integrales

Pasteles de mascarpone y coliflor

Tortilla de patatas clásica

Mini quiches de verduras (puerro y espárragos) con base de avena y coliflor

SÁNDWICHES DE PAN PROTÉICO ALEMÁN FRESCO BAJO EN CARBOHIDRATOS (ESPECIALIDAD DE LA CASA)

VARIEDADES:

- Salmón y queso finas hierbas
- Huevo hilado y jamón york
- Pastrami
- Vegetal

Caja variada de 5 ud

Caja variada 20 ud

Caja variada 30 ud

DE CUCHARA

Crema de Zanahoria

De Calabaza, Manzana y jengibre

De Calabaza y Coco

De Verduras asadas

Lentejas estofadas

Gazpacho

ENSALADAS SERVIDAS DE FORMA INDIVIDUAL – IDEAL PARA CATERING

Ensaladas templadas o frías

Ensalada ligera de mango, tomate y cebolla con anacardos

Ensalada de orzo con queso feta, canónigos, garbanzos y tomate seco

Ensalada de quinoa y calabaza

Bowl asiático de arroz integral, guisantes, garbanzos, rúcula selvática, brócoli, cacahuets y salsa asiática tamari

OTROS PLATOS PARA CATERING

Albondiguitas con base de arroz salvaje y pisto

Wraps con lechuga con carrilleras en salsa y cebolla encurtida

POSTRES

Bowl antioxidante: frutos rojos y frutas del bosque

Pudding de chía, yogurt griego y frutos rojos con pepitas de chocolate

Granola con yogurt griego y frutos rojos

Bocado de pistacho y chocolate

Muffin de limón y aceite de oliva virgen extra

(sin lactosa y sin gluten, contiene azúcar de caña integral)



LA FINCA de AL LADO

Catering

II. MENÚS DIARIOS; PRECIOS Y CONDICIONES

PRECIOS

MENÚ (14€)

- CREMA A ELEGIR + PRINCIPAL

MEDIO MENÚ (€ VARIABLE)

- ES POSIBLE PEDIR SOLO EL PRINCIPAL CUYO IMPORTE VARÍA –solicitar información–

PRECIO DE ENVÍO 9€

- PARA PEDIDOS CUYO IMPORTE SEA IGUAL O SUPERIOR A 100€, EL ENVÍO ES GRATUITO (CORRESPONDE A 7 MENÚS COMPLETOS DE 14€)

PEDIDOS

- SOLICITAR LOS MENÚS CON 48 HORAS DE ANTELACIÓN
- PEDIDO MÍNIMO POR PLATO: 2 UNIDADES
- PARA PEDIDOS DE MÁS DE 10 PERSONAS, SE REQUIERE HACER EL PEDIDO CON UNA SEMANA DE ANTELACIÓN
- EN CASO DE SUFRIR ALGUNA ALERGIA ALIMENTARIA, COMUNÍQUENOSLO PARA TOMAR LAS MEDIDAS ADECUADAS
- ES POSIBLE QUE ALGUNOS PLATOS SE REPITAN DE MES A MES



LA FINCA de AL LADO

Catering

EJEMPLOS MENÚS

*Se pondrá en la web el menú mensual. Para particularidades, contactar directamente con la empresa por el email

CREMAS A ELEGIR

CREMA DE ZANAHORIA
CREMA DE CALABAZA, MANZANA Y JENGIBRE
CREMA DE VERDURAS
CREMA DE PUERRO, CALABACÍN Y TOMILLO

EJEMPLOS PRINCIPAL SEMANA 1

DÍA 1

COMFORT BOWL_LA FINCA DE AL LADO con quínoa

- *Ingredientes: Base de quínoa tricolor aguacate machacado con limón y aove, carne de ternera ecológica* con salsa bbq bio, calabacín plancha, garbanzos tostados con ajo, tomillo, hierbas provenzales y pimentón, brócoli con especias asiáticas, cebolla y pepinillos encurtidos y flecos de tomate.*

DÍA 2

SOTANGHON LA FINCA DE AL LADO (sin harinas)

- *Ingredientes: Fideos transparentes de guisante y habas de mungo, pimientos rojo, verde, amarillo, cebolla, col, zanahoria, espárragos, pollo eco, limón, salsa de soja, agave, anacardos, sal, pimienta*

DÍA 3

LASAÑA DE CALABAZA Y VERDURAS, SIN GLUTEN, SIN PASTA

- *Ingredientes: Calabaza, puerro, cebolla, calabacín, tomate frito eco sin refinados ni azúcares, aove, sal, pimienta, orégano y albahaca, queso* solo para gratinar (opcional)*



LA FINCA de AL LADO

Catering

EJEMPLOS PRINCIPAL SEMANA 2

DÍA 1

PASTA DE GARBANZO CON BOLOÑESA -EXTRA DE VERDURAS-

- *Ingredientes: Pasta de garbanzo, carne picada mixta de ternera y cerdo, pimiento rojo y verde, ajo, calabacín, cebolla, puerro, zanahoria, vino blanco, salsa de tomate, aove, albahaca, orégano, sal, pimienta*

DÍA 2

CURRY DE VERDURAS & POLLO CON ARROZ SALVAJE

- *Ingredientes: Puerro, cebolla, calabacín, calabaza, zanahoria, pollo eco, leche de coco, pasas, anacardos, curry, aove, sal, pimienta, ajo*
- *Arroz integral: caldo de verduras, arroz, laurel, ajo en polvo, aove*

DÍA 3

ENSALADA ORZO, GARBANZOS Y ESPINACAS al limón

- *Ingredientes: pasta de orzo, espinacas, garbanzos especiados, tomate seco, feta, limón, aove, albahaca, chili, tomillo, cebolla en polvo, orégano, paprika, sal, ajo*

EJEMPLOS PRINCIPAL SEMANA 3

DÍA 1 (el menú en este caso no incluirá crema)

LENTEJAS CON ARROZ INTEGRAL

- *Ingredientes: Lentejas, zanahoria, puerro, cebolla, tomate, calabaza, calabacín, pimiento verde, caldo de cocido 100% natural y caldo de verduras, aove, sal, cúrcuma y pimienta*
- *Arroz integral: caldo de verduras, arroz, laurel, ajo en polvo, aove*
- *Ensalada verde*

DÍA 2

PRIMO BOWL

- *Ingredientes: Quínoa tricolor socarrada, queso feta (opcional), pollo eco plancha, aguacate en dados, coliflor asada al horno con especias, tomate seco en aove, calabaza asada, pipas de girasol, nueces, brotes*
- *(Salsa aparte: yogurt con menta y limón o salsa tahini a elegir)*

DÍA 3

ALBÓNGIDAS EN SALSA CON QUÍNOA TRICOLOR

- *Ingredientes: Carne picada mixta, ajo, pimienta, sal, cebolla, zanahorias, calabacín, vino blanco, caldo de verduras, aove*
- *Arroz integral: caldo de verduras, arroz, laurel, ajo en polvo, aove*



LA FINCA de AL LADO

Catering

INFORMACIÓN DE CONTACTO

- web: www.lafincadeallado.com
- Email: administracion@lafincadeallado.com
- Tlfno: +34 659 091 729
- Instagram: [@la_finca_de_al_lado](https://www.instagram.com/la_finca_de_al_lado)
- Persona responsable: Patricia Riva
- Ubicación del obrador: C/ Diego de León, 26 (Local 6, **dentro del Mercado de Diego de León**)
- LinkedIn [Patricia](#)