

Le crepes

Dolci

- ✓ Miele grezzo e frutta secca tritata (noci, nocciole, etc.) oppure semi oleosi
- ✓ Marmellata
- ✓ Crema di nocciole
- ✓ Yogurt greco e frutti rossi o altra frutta fresca



Salate

- ✓ Ricotta di mandorle o robiola di capra e pomodorini freschi o secchi
- ✓ Tonno o salmone con zucchine
- ✓ Fesa di tacchino e funghi (o altra verdura)
- ✓ Mozzarella di bufala e insalata fresca o erbe

