



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

FROKOSTEN UGERNE 33-36

UGE 33

Mandag d. 14.8

Tun tataki, crispy rugcroutons.

Syltede kapersbær, nødde"crust", 2 dejlige salater

Vegetar/vegane: Linseterrine i stedet for Tun

Tirsdag d.15.8

Krydrede fjerkrædeller, kolde og varme kartoffeludgaver-komponerede salater.

Salsa romesco, rå kålsalat, friskbagt brød

Vegetar: Kikærteedeller i stedet for Fjerkrædeller

Onsdag d. 16.8

Thaisuppe med kylling, lime og ingefær, masser af grøntsager, risnudler.

Sesambrød og chiliolie

Vegetar: Spicy grønsagssuppe i stedet for kyllingesuppe.

Den søde tand: Blomme"fool" med mynte og knas

Torsdag d. 17.8

Spaghetti bolognese, parmesan.

Heinz, salater, lækkert brød

Vegetar: Vegetarisk spaghetti ret

Fredag d. 18.8

Asiatisk inspireret svinekotelet i spicy sauce, masser af grøntsager og chutney.

Sprødt brød og chili/hvidløgsolie, løse ris

Vegetar: Svampetærte med tofu i stedet for kotelet.



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

UGE 34

Mandag d. 21.8

Bankekød, syltede agurker, klassisk kartoffelmos.
Grov salat – brød

Vegetar: Bønne cassoulet med rodfrugter i tomatsauce

Tirsdag d. 22.8

Farseret kalkunbryst med kruspersille og nødder.
Light coleslaw på spidskål og gulerødder i sur/sød vinaigrettes
bagte kartofler med havsalt,
varm tomatfrikassé med skalotter og brun farin.
Friskbagt brød med solsikker og græskarkerner

Vegetar: Stegt selleri med soufflé i stedet for farseret kalkun

Onsdag d.23.8

Lynstegt Norsk laks - thai style med dips, rå grøntsager.
Sprøde rejechips og basmatiris med anis og forårsløg.

Vegetar/ veganer: Bagte fennikel og urter – thai style i stedet for laks.

Kagen: Brunsviger med brombær

Torsdag d. 24.8

Det store kolde bord med lunt og groft brød

Vegetar: Vegetariske indslag som buffet.

Fredag d. 25.8

Kamsteg med arabisk "rub" - krydrede ris – stærk tomatsauce.
Salat med orange/rødløg/dadel salsa – sødt brød og dip

Vegetar: Nye pastinakker i stedet for kamsteg.



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

UGE 35

Mandag d. 28.8

Lynstegt svinekød – sprøde urter og nudler med gomadressing – teriyaki, melon salat samt sprøde brød

Vegetar: Nudelret med silketofu i stedet for svinekød.

Tirsdag d. 29.8

Let krydret okse”kebab”, kartoffelbåde med timian, mynteyoghurt. Marinerede auberginer og røde pimper, sprøde brød med chili

Vegetar: Porretærte med gryere i stedet for okse kebab.

Onsdag d. 30.8

1/1 stegte store kyllinger med kanel og citron, krydret sky. Couscous med æble og persille, rødkålssalat med nødder, pimentbrød

Vegetar: Bagte urter og kikærter med kanel og citron i stedet for kylling.

Torsdag d. 31.8

Deep pan pizzaer med diverse fyld, salater, dips

Vegetarer: vegetariske udgaver.

Kage: *Chocolate double chipped chocolate cookies med jordnødder*

Fredag d. 1.9

Tapas Catalanas y todos los españoles - og ditto til vegetarer.



**GASTRONOMI
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

UGE 36

Mandag d. 4.9

Kalkun i rød karry og kokos, bagte grøntsager, basmatiris.
Melonsalat med ingefær og citron, nøddebrød

Vegetar: Grønsags curry.

Tirsdag d. 5.9

Stegt flæsk med persillesauce, hjemmesyltede rødbeder, persillekartofler.
Hvidkålssalat og groft brød

Vegetar: Stegt haloomi og persillerødder i stedet for stegt flæsk.

Onsdag 6.9

Kartoffel-porresuppe med timianolie og hvidløgscroutons.

Kagen: kokostoppe med citrus og chokolade

Torsdag 7.9

Torskekrebinet med porrer og mynte i let cremesauce.
Hertil urter og kartofler med timian, sprøde salater

Vegetar/vegane: Urtekrebinet i stedet for torsk.

Fredag d. 8.9

Caesar salat, grillet kyllingebryst.
Salater, croutons, parmesan

Vegetar: Kartoffeltærte med æg og emmentaler i stedet for kylling.