



**GASTRONOMI  
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

## FROKOSTEN UGERNE 37 – 40

### Uge 37

---

#### Mandag d. 11.9

Pakistansk inspireret gryderet med groft brød og to komponerede salater.

Vegetar: Vegetarisk udgave.

#### Tirsdag d 12.9

Stor buffet med lune indslag og groft brød.

Vegetar: Vegetariske indslag.

#### Onsdag d. 13.9

Kyllingekødboller med bagte grøntsager i rød karry, frisk kokossalat med lime, løse ris. Broccolisalat i vinaigrette med ristede jordnødder, sesambrød.

Vegetar: Tofu i stedet for kyllingekødboller.

#### Torsdag d. 14.9

Sprødstegt mørksej i panko med sauce ravigote, ovnbagte kartofler og blomkålgarniture. Hvedekernesalat med springløg og persille.

Vegetar: Rodfrugter i panko i stedet for mørksej.

Kagen: Pæretærte med citron yoghurt

#### Fredag d. 15.9

Fredagssteg: Kamsteg med sprød svær, rosmarin og havsalt, hertil bagte rødbeder. Salat på sprøde grøntsager med jomfruolivenolie og citrus, tagliatelle og brøndkarsesauce samt surdejsbrød

Vegetar: Falafler med 2 dips.

*God ugeslut til alle!*



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

## UGE 38

---

### Mandag d. 18.9

Chunks af mørt kalvebryst med BBQ ristet sesam, coleslaw, spicy kartofler og sprøde salater.

Vegetar: Samosa med artiskok og ærter i stedet for Kalvebryst.

### Tirsdag d. 19.9

Kylling bagt med kartofler og forårsløg, serveret med yoghurt dip, sellerisalat med ristede nødder og blød gedeost samt groft brød.

Vegetar: Kåldolmer med linser i stedet for kylling.

### Onsdag d. 20.9

Krydrede oksedeller med bagte grøntsager og chili, tomatfricassé med abrikos og perleløg, løse ris og rødkålssalat med ristede nødder og citrusdressing.

Vegetar: Svampetærte med lun tomatfricassé.

### Torsdag d. 21.9

Bagt torvefisk, grov remo, citron, dildkartofler og tomatsalat med mynte.

Vegetar/veganer: bagte selleri stegt i pankko i stedet for fisk.

Kagen: Orange-mandelkage med kanelcreme.

### Fredag d. 22.9

Oksecuvette bourguignon med groft stampet mos med rodfrugter og sennep. Hertil syltede agurker og fyldig salat med ristede kerner.

Vegetar: Bagte løg og rodfrugter bourguignon.

*Bon weekend à tous!*



**GASTRONOMI  
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

## Uge 39

---

### Mandag d. 25.9

Tarteletter med hønsefyld, ærter, asparges, persillekartofler samt mormorsalat.

Vegetar: Vegetarisk udgave.

### Tirsdag d. 26.9

Svinekotelet i fad, stegte portobellosvampe og parmaskinke med estragon, sprød fennikel og gulerodssalat med ristede solsikker og sennepsdressing samt tomatbrød.

Vegetar: Halloumi i stedet for Kotelet.

### Onsdag d. 27.9

Sprødstegt andelår med bagte rødløg og vinaigre, bagte kartoffelchunks og timiansky. Salat med rødbeder og orange samt mandelcrust, surdejsbrød.

Vegetar: Stegte fyldte pimenter i stedet for andelår.

### Torsdag d. 28.9

Marokkansk inspireret lam, 2 slags hummus og sprøde brød, ris med peberfrugter og tomat, kålsalat med spidskommen og persille.

Vegetar: Marokkansk vegetarisk udgave.

Kagen: Æblekage med creme fraiche.

### Fredag d. 29.9

Helstegt mørbrad af gris, porrer og hjertesalat i mild soyasauce. Lun nudelsalat med lynstegte grøntsager og sesam, mangosalsa

Vegetar: Porrer og pastinak i stedet for gris.

*Hej då, allihopa, bra helg!*



**GASTRONOMI  
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

## Uge 40

---

### Mandag d. 2.10

Kalkun-gremolata: citron, mandler og persille, tomat/ peberfrugtsalsa med friskkogt pasta.

Vegetar: Rodfrugter i stedet for kalkun.

### Tirsdag d. 3.10

Helstegte kyllinger, agurkesalat, små persillekartofler, kyllingesky, blommekompot, stor kålsalat.

Vegetar: stegte endivie – alias escarole, alias julesalat - med rugmel og sauce beurre blanc.

### Onsdag d. 4.10

Diverse tapasretter, både kolde og lune, fisk og skaldyr....

Vegetar: variationer over vegetariske tapas.

*Den søde tand: Appelsin-chokoladecake med myntesirup*

### Torsdag d. 5.10

Pasta carbonara med parmesan, grøntsager og to komponerede salater. *Va bene?!*

Vegetarisk pastaret.

### Fredag d. 6.10

Porchetta stegt med kartofler og grøntsager og hvidløg, remoulade på selleri og svampe, grøntsticks og salat. *Basta così?!*

Vegetar: Bønneterrin i stedet for porchetta.

*Buon fine settimana per tutti!*