



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

FROKOSTEN UGERNE 19-26

UGE 19

Mandag d. 10.5

Wokret med nudler, svinemørbrad og masser af grøntsager tilsmagt med citrus, ristet sesam og lys soya, hertil melonsalat, surdejsboller samt chiliolie

Vegetar: Vegetarisk/vegansk nudelret med lys soya, svampe

Tirsdag d. 11.5

Nordafrikansk kylling med persille og frisk koriander, kikærter, couscoussalat med peberfrugt og tomater, myntedip og sesambrød

Vegetar: Nordafrikansk cassoulet med lun linseterrine, kikærter persille og frisk koriander, couscous salat med peberfrugter og tomater, myntedip og sesambrød

Onsdag d. 12.5

Gazpacho med toppings, hvidløgsbrød og fyldig hvedekernesalat

Vegetar: Samme

Kage: *Banan-chokolade kage med citronglasur*

Torsdag d. 13.5

LUKKET KRISTI HIMMELFART

Fredag d. 14.5

Madder med grønne indslag på groft brød

Vegetar: Vegetarisk pålæg og grønne indslag på groft brød

samt små chokolader



**GASTRONOMI
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soeren@gastro-co.dk

Uge 20

Mandag d. 17.5

Tagliatelle al arrabiata med stegt kalkun og forårsløg. Hertil salat med grillede grøntsager i citrus og peber, rosmarinbrød

Vegetar: Fyldte portobello med kikærter og pecorino

Tirsdag d. 18.5

Daal med diverse tilbehør samt sursød kålsalat og naanbrød

Vegetar: samme

Onsdag d. 19.5

Stegt torvefisk med aioli, små, nye kartofler og sursød spidskålssalat samt grov ratatouille

Kagen: Rabarberkage med farin og nødder

Torsdag d. 20.5

Pocheret kalvespidsbryst serveret med nudler), masser af grøntsager. Linsyltet agurke”pickles” samt kålsalat kimchee style, hertil hvedebrød med kerner

Vegetar: Silketofu i stedet for kalv

Fredag d. 21.5

Madpandekager med spicy mexicansk inspireret fyld, avocadodip, tomatsalsa

Vegetar: Vegetarisk udgave af madpandekager



**GASTRONOMI
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

Uge 21

Mandag d. 24.5

Lukket 2. Pinsedag

Tirsdag d. 25.5

Marinerede svinekæber "asianstyle" med nudler og stegte grøntsager teriyaki, sur-sød salat med vandmelon og mynte

Vegetar: Halloumi i stedet for svinekæber

Onsdag d. 26.5

Grøntsagscurry og krydrede ris, ristet kokos og krydret olie

Vegetar: Samme

Kagen: jordbær muffin med vanilleskyr og lime

Torsdag d. 27.5

Hakkebøf med sommergarniture, bagte kartofler med urtedip samt fyldig grøn salat

Vegetar: Svampeflan i stedet for hakkebøf

Det søde: rabarbertrifli med mandeldrys

Fredag d. 28.5

Kalkundeller med urter og estragon, hertil nye kartofler med yoghurt og grov sennep, salat med kikærter samt groft brød

Vegetar: Bønnedeller i stedet for kalkun



**GASTRONOMI
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

Uge 22

Mandag d. 31.5

Spaghetti med ristet kylling og grøntsager i citrus og basilikum, grov salat med ristede jordnødder, groft brød

Vegetar: bagte rødder i stedet for kylling

Tirsdag d. 1.6

Kalkun i rød karry med piment og løg, nudler og koriander, grøntsticks med dip

Vegetar: Tofu i stedet for kalkun

Onsdag d. 2.6

Klassiske fiskefrikadeller med hjemmelavet remo, nye kartofler og letstuvet spidskål

Vegetar: Aspargestærte med gruyere i stedet for fiskefrikadeller

Torsdag d. 3.6

Stegt kyllingebryst med 2 komponerede salater (1 kold og 1 lun) rosmarin focaccia

Vegetar: Fyldte auberginer med parmesan, 2 komponerede salater og rosmarin focaccia

Fredag d. 4.6

Kalvecuvette stegt med timian, urter i krydret tomatsauce, couscous med abrikos og mynte, fyldig grøn salat

Vegetar: Squashtærte med ricotta og persille i stedet for kalvecuvette



**GASTRONOMI
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

UGE 23

Mandag d. 5.6

Pasta carbonara, tomatsalat med skalotter og mozzarella, oliven focaccia og god olivenolie

Vegetar: Vegetarisk pastaret, samme tilbehør

Tirsdag d. 6.6

Kalkuncuvette "Joe Biden rub", bagte grøntsager, stampede nye kartofler, kålsalat med sesam marinade, durumbrød

Vegetar: Huevos rancheros, samme tilbehør

Onsdag d. 7.6

Sushiruller i noritang, 3 toppings

Sødt: chokolademousse med råsyltede jordbær med mynte

Torsdag d. 8.6

Sprød torsk serveret med tomatfricassé, salat af broccoli med citrus og græskarkerner nye kartofler med persille, timianbrød

Vegetar: Grøntsagstempura i stedet for torsk

Fredag d. 9.6

Chili con carne, creme fraiche og rødløg, hertil groft brød

Vegetar: Vegetarisk udgave – *chili sin carne*



**GASTRONOMI
EXPRESSEN**



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

Uge 24

Mandag d. 12.6

Mørbradgryde med rispilaf og syltede agurker, spidskålssalat med nødder og lime, groft brød

Vegetar: Sprød pie med nye porrer, kartofler og timian

Tirsdag d. 13.6

Kalkun i grøn karry og kokos med grønne grøntsager, løse ris og mynteyoghurt med tomat

Vegetar: Grøntsagscurry i stedet for kalkun

Onsdag d. 14.6

Bagt hvid fisk med smilende æg, sennepsmousseline, nye kartofler. Grønne grøntsager og groft brød

Vegetar: Svampeflan med estragon i stedet for bagt hvid fisk

Torsdag d. 15.6

Varm nudelsalat med grønne asparges og kylling i soya og sesam, sød chutney og kålsalat

Vegetar: Tofu i stedet for kylling

Kage: Mandelkage med jordbær og orange

Fredag d. 16.6

Nakkekam af gris med persille og citrus, pasta med bagte grøntsager, blomkålscrudité med mandler og skyr

Vegetar: Ratatouille i sprød filo med persille og citronskal i stedet for gris



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

Uge 25

Mandag d. 19.6

Kylling med agurkesalat, nye kartofler med smør og persille, ærter med perleløg, fyldig grøn salat samt surdejsbrød

Vegetar: Kartoffeltærte med fennikel og dild i stedet for kylling

Tirsdag d. 20.6

Lam á la tagine med ingefær, spidskommen og tomat, couscous med dadler og citron

Vegetar: Bønnecassoulet, ellers samme

Onsdag d. 21.6

Hakkebøf med kold bearnaise, sprøde nye kartofler, sommergrønt og fyldig salat

Vegetar: Kikærtebøf i stedet for okse

Torsdag d. 22.6

Fish'n chips med urtesauce og bitre salater med fyld

Vegetar: Sprøde filoruller med fyld i stedet for fisk

Kage: Chokoladebrownie med jordnødder

Fredag d. 23.6

Sandwich med 4 slags fyld - for alle

Vandmelon og ragusa



www.gastronomiexpresen.dk

T: 40 96 17 12

E: soren@gastro-co.dk

Uge 26

Mandag d. 26.6

Lasagne med oksekød og tomat, hertil spidskålssalat med nøddepesto og focaccia

Vegetar: Vegetarisk lasagne i stedet for oksekød

Tirsdag d. 27.6

Sommerkotelet af gris serveret med stegt spidskål med citron og grønne asparges. Hertil romanesco sauce og små nye kartofler samt surdejsbrød

Vegetar: Fyldte bellpeber i stedet for kotelet

Onsdag d. 28.6

Varm kartoffelsuppe med kartoffelfyld, purløgscreme fraiche og timianbrød

Vegetar: Samme

Det søde: rabarbertrifli med mandeldrys

Torsdag d. 29.6

Kalvekrebnet med sommergarniture, nye kartofler med urtedip samt fyldig grøn salat

Vegetar: Grønne asparges vinaigrettes med parmesan i stedet for krebnet

Det søde: rabarber trifli med mandeldrys

Fredag d. 30.6

Caesarsalat med parmesan og hvidløgs croutons samt grønne asparges

Melon og sommerbær med yoghurt og blomsterhonning