



gastronomi expressen

FROKOSTEN UGERNE 17- 24

UGE 17

Tirsdag d. 22.4

Kylling bagt med rød karry og forårsløg, serveret med yoghurt dip, bagt Jordskoksalat med ristede nødder samt groft brød og basmatiris

Vegetar: Samosa forårsløg, serveret med yoghurt dip, bagt Jordskoksalat med ristede nødder samt groft brød og basmatiris

Onsdag d. 23.4

Pasta carbonara classico

Vegetar: Bønnekrebinet med cremet spinat og sukkerkartofler samt en komponeret salat

Torsdag d. 24.4

Fiskedeller, grov remo, citron, persillesauce og små kartofler.
Let syrlig kålsalat med bønner, hertil groft brød.

Vegetar: Rugmelsstegte endiven. grov remo, citron, persillesauce og små kartofler

Kagen: Præstegårdskage

Fredag d. 25.4

Porchetta med fyld, bagte rødder og kartofler samt rosmarinsky med sennep

Rå rødkålssalat med ristede nødder og mild orangedressing, focaccia brød.

Vegetar: rødebedepatty , bagte rødder og kartofler samt rosmarinsky med sennep

Rå rødkålssalat med ristede nødder og mild orangedressing, focaccia brød.

Uge 18

Mandag d.28.4

Pakistansk inspireret kalkun med tomat og peber, groft brød og 1 komponeret salat.

Vegetar: gryderet med kikærter og rødder.

Tirsdag d 29.4

Tofu og asparges med glacerede løg og timian, bagte cremekartofler, fennikelsalat med ristede solsikker og vinaigrettes, surdejsbrød.

Til alle

Onsdag d. 30.4

Buffet med kolde og lune indslag, med groft brød og grønne indslag.

Torsdag d. 1.5

Bagt torsk med aspargesfricassé , persillekartofler og blomkåls garniture

Hvedekernesalat med springløg og salt citron, surdejsbrød.

Vegetar: tempeh med aspargesfricassé , persillekartofler og blomkåls garniture.

Hvedekernesalat med springløg og salt citron, surdejsbrød.

Kagen: Æbletærte med kanel og yoghurt

Fredag d. 2.5

Langtidsbraiseret glaseret landgris med rosmarin og havsalt, hertil bagte rødbeder, stampede kartofler med dijon og persille

Salat på sprøde grøntsager med jomfruolivenolie og citrus, groft brød.

Vegetar: grøn risotto med ristede hasselnødder og grønne grøntsager



gastronomi expressen

Uge 19

Mandag d. 5.5

kødboller og grønne grøntsager i grøn karry og kokosmælk med kanelris, sultanas og kokosflakes, sursød spidskål, sprøde brød

Vegetar: Spinat-svampeflan i sprød filodej med asparges og grøn karry

Tirsdag d. 6.5

Paella med rejer, kylling masser af grønt, tomat/chiliolie og majsbrød

Vegetar: Vegetarisk paella med masser af grønt, tomat/chiliolie og majsbrød

Onsdag d. 7.5

Lun Quiche med porrer og kartofler, salater og parmesandressing, kålsalat med syrlig dressing

Til alle

Torsdag d. 8.5

Hakkebøf med kold bearnaise, ovnbagte små kartofler, stegte forårsløg og courgetter. Fyldig grøn salat samt groft brød.

Vegetar: Tortilla med hvide bønner, peberfrugter og glacerede spicy løg

Dessert: chokomousse med mandelkrokant og orange

Fredag d. 9.5

Crispy chicken sandwich, kålsalat og chunky tomatdressing i blød bolle

Vegetar: Moussaka med tomat og brødkrumme samt kålsalat.

Uge 20

Mandag d. 12.5

Pasta bolognese med parmesan og grøn salat

Vegetar: Spinat-svampeflan i sprød filodej med asparges og grøn karry

Tirsdag d. 13.5

Nudelret med tigerrejer, chiliolie, sprøde grøntsager og ristet sesam, hjertesalat med bønner og jordnødder

Vegetar: nudelret med seitan, sprøde grøntsager etc.

Onsdag d. 14.5

Stegt flæsk med persillesauce, syltede rødbeder, grøn salat og kornbrød.

Vegetar: Ristede kikærter med spinat og sweet potatoes

Torsdag d. 15.5

Mulligatawny suppe med kylling og kokosmælk samt masser af grøntsager og ris

Vegetarisk udgave med tofu

Dessert: chokomousse med mandelkrokant og orange

Fredag d. 16.5

Daal med raita, naanbrød og frisk koriander

Til alle

Uge 21

Mandag d. 19.5

Spaghetti med citruscreme , edamame og grønne asparges. Spidskålssalat med rød pesto.

Vegetar: Samme

Tirsdag d. 20.5

Svinekæber asian style med soya og ingefær, serveret med chutney, spicy kålsalat. Marinerede nudler og chilibrød.

Vegetar: svampe og porrer asian style med soya og ingefær, serveret med chutney, spicy kålsalat Marinerede nudler og chilibrød.

Onsdag d. 21.5

Stegt dansk torsk med bagte rødbeder, mild senneps beurre blanc, nye kartofler. Spinatsalat med syltede rødløg og perlebyg.

Vegetar: Stegt patty med bagte rødbeder, mild senneps beurre blanc, nye kartofler. Spinatsalat med syltede rødløg og perlebyg.

Kagen: Rababer-makronkage med creme fraiche

Torsdag d. 22.5

Kylling i karry med basmatiris, chutney og salat med kokos og selleri

Vegetar: Grøntsags curry med basmatiris, chutney og salat med kokos og selleri

Fredag d. 23.5

Flæskestegssandwich med sprød rødkålssalat og sennepsdressing i briochebolle

Vegetar: Briochebolle med falafler, sprød rødkålssalat og sennepsdressing

1 stk. Hjemmelavet Ragusa chokolade

Uge 22

Mandag d. 26.5

Lune kartoffeltærter med salsa romesco, tomat-feta – oliven salat med persillemarinade

Vegetar: samme

Tirsdag d. 27.5

Kylling facon George Blanc, med bagte løg og svampe i let cremesauce, hertil løse ris
Kålsalat og timianbrød.

Vegetarer: Grøntsags gryderet med Hvide bønner i stedet for kylling.

Onsdag d. 28.5

Chili con carne med ris, yoghurt, rødløg og persille samt tomatbrød.

Vegetar: Chili sin carne ..

Torsdag d. 29.5

Kristi luftfart - lukket

Fredag d. 30.5

Ramensuppe med and, æg , nudler og masser af grønt

Vegetar: Vegetarisk ramensuppe med æg , nudler og masser af grønt

Kage: Mandelkage med orangeglasur



gastronomi expressen

Uge 23

Mandag d. 2.6

Pasta al arrabiata med bagt kylling og ristede peberfrugter, salat panzanella og surdejsbrød

Vegetar: Stegt tofu i stedet for kylling.

Tirsdag d. 3.6

Gryderet med kalkun og bagte grøntsager, hertil nøddepesto. Spinat salat med marineret mozzarella og grønne asparges, focaccia med krydderier.

Vegetar: Gryderet med kikærter, bagte grøntsager, hertil nøddepesto. Spinat salat med marineret mozzarella og grønne asparges, focaccia med krydderier

Onsdag d. 4.6

Udgaver af laks med grønne indslag.

Vegetar: Stegte artiskokker med ærter, feta og dild.

Kage: Kokosmakron dyppet i chokolade.

Torsdag d. 5.6

Buffet med lunt og sundt, hertil masser af groft brød.

Fredag d. 6.6

Citrongris!! Med sprød svær, bagte fennikel og nye kartofler med persille/ sennepssky. Fyldig salat på romaine med yoghurt dressing.

Vegetar: Stegte auberginer

Uge 24

Mandag 9.6

Squash pie med grønne asparges , ærter og mynte samt nye kartofler. Spidskålssalat med citrus emulsion og ristede græskarkerner.

Til alle

Tirsdag d. 10.6

Kylling – sweet chili glacering – krydder ris- mangosalsa – salat med kokos og piment.

Vegetar: Fyldte sprøde filopakker sweet chili glacering – krydder ris- mangosalsa – salat med kokos og piment

Onsdag d. 11.6

Lamme/kalkun deller med spinat-dadelsalat og ristede mandler, nye kartofler og rødbede/citrus yoghurt samt sprøde brød

Vegetar: Linse-urtedeller med spinat-dadelsalat og ristede mandler, nye kartofler og rødbede/citrus yoghurt samt sprøde brød.

Torsdag d. 12.6

3 udgaver af tun med kreative grønne indslag

Vegetar: 3 vegetariske indslag.

Kage: Sandkage med jordbær og vaniljeskum

Fredag d. 13.6

Falafler med yoghurt dip, kålsalat, lune marinerede grøntsager med sesam

Til alle