



gastronomi expressen

FROKOSTEN UGERNE 19-26

UGE 19

Mandag d. 6.5

Wokret med nudler, svinekød og masser af grøntsager tilsmagt med citrus, ristet sesam og lys soya, melonsalat, surdejsbrød samt chiliolie.

Vegetar: Tofu i stedet for mørbrad

Tirsdag d. 7.5

Dejlige buffet med kolde og varme indslag og godt med grønt til alle

Onsdag d. 8.5

Krydret tomatsuppe med toppings, hvidløgsbrød og fyldig hvedekerne salat

Vegetar: Samme

Kage: Kanel kage med kaffeglasur

Torsdag d. 9.5

Lukket – Kristi Himmelfart

Fredag d. 10.5

Nordafrikansk kyllingeret med persille og frisk koriander, kikærter, cous cous salat med peberfrugt og tomater, myntedip og sesambrød

Vegetar: Nordafrikansk cassoulet med lun linseterrine, kikærter

persille og frisk koriander, cous cous salat med peberfrugt og tomater, myntedip og sesambrød



gastronomi expressen

Uge 20

Mandag d.13.5

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 14.5

Daal med diverse tilbehør samt sur-sød kålsalat og naanbrød

Vegetar: samme

Onsdag d. 15.5

Madder (saml selv) med grønne indslag på groft brød

Vegetar: Vegetarisk pålæg og grønne indslag på groft brød

Kagen: Rabarberkage med mandler og yoghurt

Torsdag d.16.5

Pocheret kalvespidsbryst serveret med nudler, masser af grøntsager og spice. Linsyltet agurke"pickles" samt kålsalat, hertil hvedebrød med kerner

Vegetar: Ramen med tofu, svampe og risnudler

Fredag d. 17.5

Frikadeller med salat af nye kartofler, groft brød og hjemmesyltede grøntsager

Vegetar: Vegetarisk udgave



gastronomi expressen

Uge 21

Mandag d. 20.5

2. Pinsedag - Lukket

Tirsdag d. 21.5

Marinerede svinekæber "asianstyle" med nudler og stegte grøntsager, teriyaki, sursød salat med vandmelon og mynte

Vegetar: Halloumi i stedet for svinekæber

Onsdag d. 22.5

Grøntsagscurry og krydrede ris, ristet kokos og chiliolie

Vegetar: Samme

Kagen: Gulerodskage med flødeost og lime

Torsdag d. 23.5

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

Vegetar: Svampeflan i stedet for hakkebøf

Fredag d. 24.5

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

Uge 22

Mandag d. 27.5

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

Vegetar: samme

Tirsdag d. 28.5

Laksedeller, rød karry med piment og løg, nudler og koriander, grøntsticks med dip

Vegetar: Dumplings med urter i stedet for Laksedeller

Onsdag d. 29.5

Buffet med groft, lunt og grønt til alle

Kagen: Romkugler

Torsdag d. 30.5

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

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

Fredag d. 31.5

Flækestegssandwich med råsyltet rødkål, sennepsdressing i brioche

Vegetar: Svampe quesadilla med spicy tomat og krydderurter



gastronomi expressen

UGE 23

Mandag d.3.6

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

Vegetar: Vegetarisk pastaret, samme tilbehør

Tirsdag d. 4.6

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

Vegetar: Huevos rancheros, samme tilbehør

Onsdag d.5.6

Stegt flæsk med persillesauce og syltede rødbeder

Vegetar: Aspargestærte med persillesauce og syltede rødbeder

Sødt: lille chokolademousse med råsyltede jordbær med mynte

Torsdag d.6.6

Bagt torvefisk serveret med aspargesfricassé, salat af broccoli med citrus og græskarkerner. Nye kartofler med persille, timian brød

Vegetar: Grøntsagstempura i stedet for torsk

Fredag d. 7.6

Chili con carne med madpandekager, yoghurt, rødløg etc.

Vegetar: Vegetarisk udgave – sin carne



gastronomi expressen

Uge 24

Mandag d. 10.6

Stegt kylling med edamame bønner i fricassé med grønne asparges, nye kartofler

Vegetar: Sprød filotærte med gedeost og tomater, fricassé med edamame bønner og grønne asparges

Tirsdag d 11.6

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

Vegetar: Grøntsagscurry i stedet for kalkun

Onsdag d. 12.6

Fiskedeller med remo, citron og nye kartofler som salat, fennikelsalat med sennepsdressing samt surdejsbrød.

Vegetar: marinerede stegte auberginer i stedet for fiskedeller

Torsdag d.13.6

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

Vegetar: Tofu i stedet for kylling

Kage: Kanelsnegle med rabarberglasur

Fredag d. 14.6

Stegt landgris 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.



gastronomi expressen

Uge 25

Mandag d. 17.6

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. 18.6

Det store kolde bord med lune retter – let og elegant

Onsdag d. 19.6

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

Vegetar: Kikærtebøf i stedet for okse

Kage: Chokoladebrownie med jordnødder

Torsdag d.20.6

Fish'n chips med urtesauce og bitre salater med fyld

Vegetar: Sprøde filoruller med fyld i stedet for fisk

Fredag d. 21.6

Vitello tonnato / crudité, karse. Rugknas. Vandmelon og ragusa. Haiku

Vegetar: Vegetarisk udgave med Aubergine og romesco salsa



gastronomi expressen

Uge 26

Mandag d. 24.6

Pita med oksekød og grøntfyld samt yoghurt dressing

Vegetar: Pita med Vegetarisk fyld i stedet for oksekød

Tirsdag d. 25.6

Gourmet tilberedt landgris serveret med stegt spidskål med citron og grønne asparges. Hertil romesco sauce og små, nye kartofler samt surdejsbrød

Vegetar: Fyldte bell peber i stedet for grisen

Onsdag d. 26.6

Kartoffelsuppe på nye kartofler med kartoffelfyld, purløgs creme fraiche og surdejsbrød

Vegetar: Samme

Det søde: jordbærtrifli med mandeldrys

Torsdag d.27.6

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

Vegetar: Grønne asparges (lune) vinaigrettes med parmesan i stedet for krebnet

Fredag d. 28.6

Caesar salat med kylling, parmesan og hvidløgscROUTONS samt grønne asparges.

Vegetar: Caesarsalat med sprødstegt haloomi, parmesan og hvidløgscROUTONS samt grønne asparges

Melon og sommerbær med yoghurt og blomster honning