



# 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. 1.6**

Flækestegssandwich med råsyltet rødkål, sennepsdressing i brioche

Vegetar: Svampe quesadilla med spicy tomat og krydderurter

## UGE 23

---



# gastronomi expressen

## **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: Kannelsnegle 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 hvidløgs croutons samt grønne asparges.

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

*Melon og sommerbær med yoghurt og blomster honning*