MIB
SPISERIET8000

DEN VARME FROKOST HOS SPISERIET8000 - **UGE 39**

MANDAG

DET VARME
· **Karbonade af dansk gris serveret med kartofler og fyldig stuvning af gulerødder og ærter (SV, G)**

GRØNT OG SALAT
· Tabbouleh af perle couscous, løg, agurk, tomat – tilsmagt med mynte/citrus olie (G, V)
· Grønne og røde salater vendt med kinaradise, farvede rødder og gurkemeje syltede bøgehatte (V)

MIBBAGVÆRK
· Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

TIRSDAG

DET VARME
· **Tartelet tirsdag med høns og asparges i velouté sauce drysset med grøn kærlighed (G)**

GRØNT OG SALAT
· Blandet salater med bolche beder, ærter, gul peber og mozzarella (V)
· Blomkålssalat med radiser, forårsløg og oliven – tilsmagt med rød pesto dressing (L)

MIBBAGVÆRK
· Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

ONSDAG

DET VARME
· **Bedstemors onsdags ret hvor vi servere den gode gullasch af okse med løg, gulerødder og selleri med en lækker kartoffelmos (M)**

GRØNT OG SALAT
. Sellerisalat med gulerod og rødkål i cremet dressing (M, V)
. Klassiske salat af tomat, peberfrugt og agurk (V)

DET SØDE ELEMENT
· Franske vafler fra MIBbagværk (G, M, V)

MIBBAGVÆRK
· Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

G = gluten / L = laktose / SV = svinekød

MARTIN IB

SPISERIET 8000

TORSDAG

DET VARME

· **Barbecuestegt bryststeg af gris serveret med en smagfuld lækker kartoffelsalat (M)**

GRØNT OG SALAT

· Pastasalat med oregano-basilikumspesto, tomater og grønne bønner (G, V)
· Gulerodssalat med edamame bønner – tilsmagt med mango/chili dressing (V)

MIBBAGVÆRK

· Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

FREDAG Italiensk inspireret menu

DET VARME

· **Det varme køkken tager en smuttur til Italien, derfor serverer vi i dag kylling i cremet tomatsauce med løg, rodfrugter og champignon hertil pasta (G)**

GRØNT OG SALAT

· Italiensk bønnesalat med tomater og løg (V)
· Simpel grøn salat med genial dressing (V)

MIBBAGVÆRK

· Koldhævede focaccia brød (G, V)

G = gluten / M = mælk / SV = svinekød / V = vegetar

WWW.MARTINIB.DK

G = gluten / L = laktose / SV = svinekød