

DEN VARME FROKOST HOS SPISERIET8000 - UGE 44

MANDAG

DET VARME

- **Sprødstegt flipper sej gordon bleu med ost og skinke (G/M, SV) serveret med spinatsauce og kartofler**

GRØNT OG SALAT

- Blandet salat med ærter, gul peber og rød spidskål (V)
- Kartoffelsalat med bagte sweet potatoes, rucola og valnødder (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

TIRSDAG

DET VARME - vegetar

- **Ungarsk gullasch fra det grønne køkken med løg, peberfrugt, champignon, hvidvin og hvidløg tilsmagt med kommen, hertil ris**

GRØNT OG SALAT

- Salat af broccoli og blomkål med hvidløgsdressing og forårsløg på toppen (M, V)
- Salat med sorte bønner, squash, danske æbler, grønkål og hasselnødder (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

ONSDAG

DET VARME

- **Mormors koteletter af dansk gris på bund af rodfrugtsauté og kartoffel garneret med en lækker cremet svampesauce**

GRØNT OG SALAT

- Linsesalat med danske rodfrugter og brødcroutoner (G, V)
- Coleslaw vendt med ravigotte dressing (M, V)

DET SØDE ELEMENT

- Halloween cookies fra MIBbagværk (G, M, V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

TORS DAG

DET VARME

- Krydderstegt kylling filet serveret med pasta og smagfuld og fyldig relish med løg, tomat og squash

GRØNT OG SALAT

- Kardemommekrydret bulgursalat med bolsjebeder (G, V)
- Sprøde salater med gulerod, agurk og blomkål (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

FREDAG

.

DET VARME

- Hot fredag med den klassiske chili con carne serveret med ris, kold fraiche og tortilla chips (M)

GRØNT OG SALAT

- Salat med majs, grøn peber, løg og friske tomater (V)
- Cesarsalat med Grana Padano og sprødt brød (G/M, V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

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

WWW.MARTINIB.DK



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