

DEN PORTIONS FROKOST UGE 26



HVER DAG

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (1,10)
-

KOLDE ANRETNINGER

- Wiensalat vendt med rødløg, syltig agurker og sennepscreme (gris,2,3,4)
- Grov fiskefrikadelle serveret med sauce tartare (1,2,3,11)

DET VARME

- Klassiske tarteletter (2stk) med høn i asparges a la veloute(1)

GRØNT & SALAT

- Salat med hytteost, quinoa og spidskål, rucola og syltede rødløg (1,2,14)
 - Hjertesalat med agurk, radiser, majs og karse
-

KOLDE ANRETNINGER

- Kyllingebryst serveret med rødbedehumus og syltige beeder (2,3,4,14)
- Tunsalat med ærter, majs, rødløg, toppet med ristede kapers (2,3,4,11,14)

DET VARME

- Helstegt barbecue nakkefilet af gris serveret med pasta(1) vendt i urtehavens pesto med hvidløg

GRØNT & SALAT

- Bagt søde kartofler og feta, kål, spinat pyntet med peanuts (2,7)
 - Iceberg salat med ærter, agurk, peberfrugt, toppet med kerner
-

KOLDE ANRETNINGER

- Æg og rejer med citron og mayonnaise, dild og cherrytomater (3,4,12)
- Stegt kamsteg med gammedags rødkål og syltede agurker(14)

DET VARME

- En dag i oldeforældrenenes teg, serveret vi klassisk gullash af oksetern, med løg, gulerødder og champignon, hertil luftig kartoffelmos (2)

GRØNT & SALAT

- Råkost salat af gulerødder, æbler toppet med rosiner og peanuts(7,14)
- Blomkålsalat med spøde salatblade, tomat, grøn bønner i sennepsdressing og.(4,14)

DET SØDE ELEMENT

- Æblesnitte fra Mibbagværk (1,2,3,7)

DEN PORTIONS FROKOST UGE 26



HVER DAG

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (1,10)
-

KOLDE ANRETNINGER

- Kyllingesalat med asparges, løg, gulerøddertern i estragon mayonnaise (3,4)
- Blokspegepølse (gris) med peber, serveret remoulade og ristede løg (1,3,4,14)

DET VARME

- Krydderstegte kyllinge overlår serveret på bund af smagfulde grøntsager

GRØNT & SALAT

- Perlebygssalat med tomat, rød peberfrugt, og løg, basilikum (1)
 - Melonsalat med agurk, med frisk mynte
-

DEN MEXICANSKE KØKKEN

KOLDE ANRETNINGER

- Frisklavet guacamole serveret med sprøde tortillachips og salsa (2,3,4,14)

DET VARME

- Chili con carne med løg, majs, piement, kidneybønner og butterbeans, tomat tilsmagt med chili og varme krydderier, hertil dampede ris.

GRØNT & SALAT

- 🔥 Sortbønner, bagt majs, syltet rødløg, feta-agtig ost, frisk koriander og en røget chipotle-lime dressing (2,14)
- 🌿 Let salat med mango, avocado og agurk
Frisk mango, avocado, agurk, rødløg, mynte og lime-dressing. (2,14)