

Vegetar Menu

UGE 38 - Mandag

DET LUNE

Massaman karry med kartofler, søde kartofler og kokosmælk^(1,4,7,10,15)
Serveret med ris og mangochutney⁽¹³⁾

DET GRØNNE

Crudite af broccoli. Vendt i sød dressing på lime og honning. Toppet med
peanutsmuld og chili flakes^(4,6)

Bagte jordkokker, pærer og rucola. Serveres med en blåskimmelost,
ristede boghvedekerner og æblevinaigrette^(1,6,13)

TIL BRØDET

Æggesalat med karry og karse^(2,6,11,13)

Spread lavet på flækærter, smagt til med æbleeddike^(13,15) Serveret med
friteret brød⁽¹⁾

Hvis tilkøbt: Milde franske oste med tapenade af oliven og soltørrede
tomater^(6,15)

Dagens brød^(1,6,8,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder,
5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13.
Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan
bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Vegetar Menu

UGE 38 - Tirsdag

DET LUNE

Okonomiyaki madpandekage^(1,2,6) med sprøde grøntsager og bønnespread^(7,10,15) Serveres med rissalat med kål og hoissindressing af ingefær og chili^(1,7,8,15)

DET GRØNNE

Råkost af gulerod, rødbeder og kernemix. Serveres med citrusdressing
Grønne salater med sorte bønner, agurk, hytteost og sennep^(6,11,13)

TIL BRØDET

Ærte- og myntecreme^(2,6,11,13,15) Toppet med sugarsnaps og med grissini⁽¹⁾
Kartoffelfad med røget creme fraiche⁽⁶⁾ og rødløg
Hvis tilkøbt: Brie og gouda med bæerkompot⁽⁶⁾

Dagens brød^(1,6,8,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?
Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Vegetar Menu

UGE 38 - Onsdag

DET LUNE

Tagliatelle med rød linsesauce. Toppet med sprøde grøntsager, bagte tomater, parmesan og rosmarin^(1,2,6,7,10,15)

DET GRØNNE

Pastasalat med persillepesto, spinat, semidried tomater, oliven, artiskokker og lolo rosa^(1,6,9,15)

Mormor salat lavet på savoykål med syrnet fløde og brøndkarse^(6,11,13)

TIL BRØDET

avocado med hytteost, syltede tomater og sennepskarse samt lyse hørfrø^(6,13)

Grøntsagsfrikadeller^(1,2,6,10,11,13,15) med kaperscreme^(6,13) og radicchio

Hvis tilkøbt: Mix af oste med oliven^(6,15)

Dagens brød^(1,6,8,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Vegetar Menu

UGE 38 - Torsdag

DET LUNE

Forårsruller (1 stk. pr. person) med torvets grønt. Serveret med grøn karry^(1,4,7,8,15) og ris

DET GRØNNE

Græsk salat med tomater, peberfrugter, rødløg, oliven, persille, feta og olivenolie⁽⁶⁾

Mix af kålblade anrettet med bagte squash, syltede rødløg og persille⁽¹³⁾

TIL BRØDET

russisk salat^(2,6,11,13) med stegt rugbrød⁽¹⁾

½ æg med miso-mayo^(2,6,7,11,13) og tangsalat^(7,8)

Hvis tilkøbt: Mix af oste med marmelade⁽⁶⁾

Marmorkage^(1,2,6,9)

Dagens brød^(1,6,8,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Vegetar Menu

UGE 38 - Fredag

DET LUNE

Gryderet med kikærter, varme krydderier, peberfrugt, tomat, søde kartofler og rosiner^(10,15) Serveret med fladbrød⁽¹⁾

DET GRØNNE

Crudite af fennikel, 2x squash, kinaradise, røde æbler og babyspinat. Toppet med solsikkekerner

Torvets salater og stegte marinerede champignoner toppet med grønne linser og ærteskud

TIL BRØDET

Svampesalat med østershatte, champignon, asparges, ærter og dressing^(6,11,13)

Hummus med sprødt brød^(1,8,15)

Hvis tilkøbt: Mix af oste med tapenade og grissini^(1,6)

Dagens brød^(1,6,8,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPER TORVEKØKKEN