

Vegetar Menu

UGE 4 - Mandag

DAGENS LUNE RET

Indisk daal på gule linser med smag af gurkemeje, chili, hvidløg og ingefær. Toppet med feta^(6,15). Serveres med fladbrød⁽¹⁾

KREATIVE SALATER

Salat med feta, bagte rødløg, peberfrugt og croutoner^(1,6,15)

Salat af rødkål, melon, bær og honning

DET GRØNNE PÅLÆG

Tomatfad med koriander-emulsion og sprødt^(1,2,11,13)

Hvis tilkøbt: Økologisk blå kornblomst med hjemmelavet knækbrød^(1,2,6,)

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 4 - Tirsdag

DAGENS LUNE RET

Spansk tortilla^(2,6). Serveres med syltede peberfrugter⁽¹³⁾, artiskokker og bagte rødløg. Hertil aioli^(2,6,11,13,15)

KREATIVE SALATER

Bagt rødbede salat med kinaradisse, edamamme og lolo rosa^(7,13)

Blomkåls couscous med friskost, rosiner og kørvel⁽⁶⁾

DET GRØNNE PÅLÆG

Kartoffel, løg, karse og emulsion^(2,6,11,13)

Hvis tilkøbt: Gedeost med sprøde croutons og solbær^(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



JESPERS TORVEKØKKEN

Vegetar Menu

UGE 4 - Onsdag

DAGENS LUNE RET

Falaffel på kikærter, citron og persille^(1,2,6,10,15). Serveret med spicy salat og pita⁽¹⁾

KREATIVE SALATER

Grøn salat med yoghurt, ost, oliven toppet med croutoner^(1,2,6,13)

Spelt, salat, karry, kikærter, rød peber og majs⁽¹⁾

DET GRØNNE PÅLÆG

Hummus med sprødt brød^(1,8,15)

Hvis tilkøbt: Hjemmelavet hvidløgsost serveret med smørstegt rugbrød^(1,6,15)

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 4 - Torsdag

DAGENS LUNE RET

Friskbagt pizza med tomat , rødløg, artiskokker, courgetter og kartoffel toppet med mozzarella og rucola^(1,2,6,15)

KREATIVE SALATER

Græskar salat af butternut, bønner, perleløg og mozzarella^(6,13)

Salat af saltbagt selleri, agurk, grønkål og radise⁽¹⁰⁾

DET GRØNNE PÅLÆG

Cremet æggesalat med karse og sprøde croutoner^(1,2,6,11,13)

Hvis tilkøbt: 2 slags ost med stikkelsbærkompot^(6,13)

Chokolade- og valnøddekage^(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



JESPER TORVEKØKKEN

Vegetar Menu

UGE 4 - Fredag

DAGENS LUNE RET

Sellerifrikadelle^(1,2,6,10,15) med cremet speltotto med parmesan, svampe og løg. Toppet med ærter^(1,6,10,13,15)

KREATIVE SALATER

Appelsinbraiseret gulerod med stegt tofu, radisekarse, ristet sort sesam, springløg og chili^(7,8)

Rød spidskål vendt med stegte nektariner, spinat og hasselnød⁽⁹⁾

DET GRØNNE PÅLÆG

Rødbedetærte anrettet med creme på hytteost og urter. Toppet med fennikelsalat^(1,2,6)

Hvis tilkøbt: Stykker af ost på spyd med bagte tomater og grøn pesto^(1,6,9,15)

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



JESPER TORVEKØKKEN