

Halal

UGE 39 - MANDAG

DET LUNE



Kyllingeoverlår alfredo (2 stk pr pers) med hvidløg, kalkunbacon, svampe og persille ^(1,6,10,11,13,15) Serveret med spaghetti ⁽¹⁾

DET GRØNNE

Radicchio, to slags bønner, persille, soltørrede tomater og hvid bønnepuré. Toppet med syltede rødløg ^(6,13,15)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebssdyr, 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

Halal

UGE 39 - TIRSDAG

DET LUNE

Chili con carne smagt til med kaffe og mørk chokolade (1,6,10,13,15)
Serveret med ris. Hertil cremefraiche (6)

DET GRØNNE

Spidskål, ærter, dild og salatost (6)

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



Får I for meget mad?

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



JESPERS TORVEKØKKEN

Halal

UGE 39 - ONSDAG

DET LUNE

Frikadeller af kalv (3 stk pr pers) (2,6) med stuvet spidskål (1,6,10,11,13)
Serveret med hvide kartofler vendt i persille

DET GRØNNE

Salat med bagte selleri, æbler, bladselleri, persille, hvedekerner og mild peberrodsvinaigrette (1,10,13)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebssdyr, 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

Halal

UGE 39 - TORSDAG

DET LUNE



Butterchicken. Toppet med mandler (1,6,9,10,13,15) Serveret med ris

DET GRØNNE

Grønne bønner, quinoa, rucola, æg, oliven og sennepsvinaigrette (2,11,13)

Karamelkage med peanuts (1,2,4,6,9)

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



Får I for meget mad?

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



JESPERS TORVEKØKKEN

Halal

UGE 39 - FREDAG

DET LUNE

Rosastegt kalv (2 stk pr pers) med sprødt grønt. Serveret med små stegte spicy kartofler ^(10,15) Hertil bearnaisemayonnaise ^(2,6,11,13)

DET GRØNNE

Broccolisalat med honning/sennepscreme. Toppet med ristede græskarkerner og tørrede tranebær ^(11,13)

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?

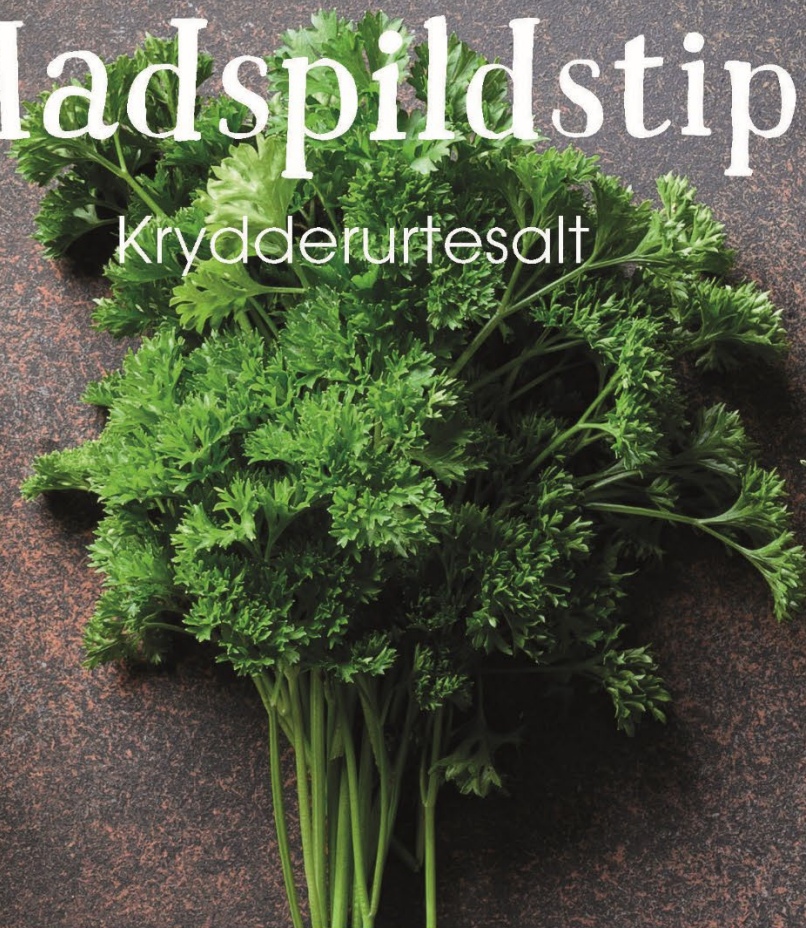
Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Madspildstip

Krydderurtesalt



Lav dine friske krydderurter om til krydderurtesalt

Sådan gør du

Skyl en stor håndfuld krydderurter fx basilikum og blend dem sammen med 2 dl. havsalt eller himalayasalt og et halvt fed hvidløg. Tør det i ovnen ved 70-75° i 1½ - 2 timer afhængig af hvor meget urtesalt der er.

 Brug stilkene. De indeholder masser af smag.



Scan QR-kode og finde flere nyttige madspildstips.



JESPERS TORVEKØKKEN

