

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna
Vegan réttir – vegan courses 5. – 9. júní

Mánudagur – Monday

Vorrúlar fylltar með hrísgrjónum, grænum baunum og gulrótum ásamt sætri chilisósu

Spring rolls filled with rice, peas and carrots

Þriðjudagur - Tuesday

Spaghetti vegan bolognese

Spaghetti vegan bolognese

Miðvikudagur – Wednesday

Blómkál og möndlubuff með hrísgrjónum og dressingu

Cauliflower and almond rissolle with dressing

Fimmtudagur – Thursday

Bakað „BRICK“

með steiktu hvítkáli, gulrótum, rófum, kjúklingabaunum, sætum kartöflum, papriku og spínati borið fram með mangó-karrý og kókossósu (G)

Baked “BRICK”

With fried cabbage, carrots, beets, chick peas, sweet potatoes, pepper and spinach.

Served with mango-curry and coconut sauce (G)

Föstudagur – Friday

Köld vefja með döðlumauki, spínati,

aspas, mangói, sveppum og gulrótum ásamt steiktu rauðkáli og sætri eldþiparsósu (G)

Cold wrap with date puree, spinach, asparagus, mango, mushrooms and carrots served with fried red cabbage and sweet chili sauce (G)

(G) – Glúten/Gluten (H) – Hnetur/Peanuts - (S)- Soyja/Soya

Vinsamlegast athugið að notum mikinn lauk og hvítlauk í okkar vegan rétti

Please note that we use a lot of onion and garlic for our vegan courses

Innihaldslýsingar – Ingredients descriptions

Í eldhúsi Kokkanna er notuð hráefni sem geta valdið ofnæmi eins og hnetur, mjólk, egg, baunir og ýmiskonar fræ.

Allir kraftar sem eru notaðir eru án MSG.

In our kitchen we use products that can cause allergy such as peanuts, milk products, eggs, beans and seeds. All our stocks are MSG free.

Mánudagur – Monday

Vorlaukur, gulrætur, núðlur, baunir, sesam olía, sveppir, hveiti, soya baunir, olía, sykur, kartöflusterkja, maizena, salt, soya baunaolía, Sweet chili : Rauður chili pipar, glukósasýróp, hvítlaukur, vatn, sykur, salt, tapíjoka, sítrónusýra (E-330), edik (E-260), Xantangummi (E415).

Þriðjudagur – Tuesday

Oumph hakk [vatn, sojaprótein (24,6%, olía, salt, krydd, brendur sykur], tómatur, svartar baunir, nýrnabaunir, hrísgrjón, tómatpúrta, laukur, hvítlaukur, grænmetiskraftur: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), sellerí, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], gulrót, rófa, eplasafi, salt, pipar, hveiti

Miðvikudagur - Wednesday

Blómkál, kjúklingabaunir, möndlur, hrísgrjón, **Grænmetiskraftur:** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý,** bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], **Vegan majónes:** [repjuolía, vatn, sykur, umbreytt kartöflusterkja, salt, **sinnep**(vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ,** salt, krydd, bragðefni), sinnepsduft, krydd, rotvarnarefi (E202, E211, E260), bindiefni (E415), sýra (E330), litarefni (E160a)], hvítlaukur, salt, pipar, krydd

Fimmtudagur – Thursday

Kjúklingabaunir, rófur, gulrót, hvítkál, sætar kartöflur, paprika, spínat, mango, kókosmjólk, kartöflur, Karry: [túrmerik, kóríander, dillfræ, múskat, eldpirar], **Grænmetiskraftur:** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý,** bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], hveiti, olía vatn, hvítlaukur, salt, pipar, vatn,

Föstudagur – Friday

Aspas, sveppir, gulrót, spínat, mango, döðlur, rauðkál, engifer, eplasafi, hveiti, vatn, olía, sykur, eldpirar, hrísgrjón, salt, pipar

(G) – Glúten/Gluten (H) – Hnetur/Peanuts - (S)- Soyja/Soya

Vinsamlegast athugið að notum mikinn lauk og hvítlauk í okkar vegan rétti

Please note that we use a lot of onion and garlic for our vegan courses