

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan réttir – vegan courses 4. – 8. desember

Mánudagur – Monday

Kartöflu og rauðrófubuff með linsubaunum ásamt hrísgrjónum og dressingu (G)

Potato and red beets rissole with lens beans served with rice and dressing (G)

Þriðjudagur - Tuesday

Sætkartöflu og karrý bollur með hrísgrjónum

Sweet potato balls with curry and rice

Miðvikudagur – Wednesday

Kúmen og eldpirar krydduð buff með kartöflum, kjúklingabaunum, svartbaunum, sellerírót og gulrótum ásamt sinneps mæjó

Cumin and chili spiced rissole with potatoes, chicken peas, black beans, celery root and carrots with mustard mayo

Fimmtudagur – Thursday

Hvítbauna og rôtargrænmetis hnetu steik með kartöflum og kaldri dressingu

Cannellini bean and root vegetable cashew steak with potatoes and cold dressing

Föstudagur – Friday

Grænmetisbollur með maisstöngli, southern krydduðum smælki kartöflum og dressingu

Veggie balls with corn on the cob, southern spiced potatoes and dressing

(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

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

Kartöflur, linsubaunir, rauðrófur, laukur, **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, 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)], **sinnep**: [Vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd (þ.á.m. laukur)], hvítlaukur, salt, pipar

Þriðjudagur - Tuesday

Sætar kartöflur, tómatu, Vegan rjómi: [Vatn, fullhert pálmaolía, glúkóssýróp, hleypiefni (E435; E471; E475), sterkja, bindiefni (E464; E466), salt, bragðefni], grænmeti, krydd, **Grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf]

Miðvikudagur - Wednesday

Svartar baunir, kjúklingabaunir, kartöflur, sellerírót, gulrót,], 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)], sinnep: [Vatn, edik, sykur, sinnepsfræ, salt, krydd (þ.á.m. laukur)], grænmetiskraftur: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), **ger**, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], salt, pipar

Fimmtudagur – Thursday

Hvítar baunir, rôtargrænmeti, cashew hnetur, sætar kartöflur, paprika, grænmetiskraftur [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd, 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)], kartöflur, soja sósa [**sojabaunir**, hveiti, vatn, salt], döðlur

Föstudagur – Friday

Gænmetisbollur [grænmeti (39%)(gulrætur, sellerírót, baunir, blaðlaukur, grænar baunir, paprika, **sellerí**, laukur), vatn, baunaprótein, repjuolía, trefjar, maltodextrin, þykkingarefni, salt, ilmefni, grænmetiskraftur (laukur, gulrætur, tómatu, skessujurt), vítamín (járn, sink, B12 vítamín)], maís, kartöflur, krydd, repjuolía, salt, pipar, **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)]

(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