

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan réttir – Vegan courses

21. – 25. september

Mánudagur – Monday

Grænmetis pottur með baunum og grænmeti ásamt hrísgrjónum

Vegetable pot with vegetables and beans served with rice

Þriðjudagur – Tuesday

Blómkáls- og möndlubuff með kartöflum og dressingu

Cauliflower and almond buff with potatoes

Miðvikudagur – Wednesday

Brokkolí- og blómkálsbollur með hrísgrjónum og soja-sesam sósu(G,S)

Broccoli and curly flour balls with rice and soya sesame (G,S)

Fimmtudagur – Thursday

Grænmetis massaman karrý með hrísgrjónum og salati

Vegetable Massaman curry with rice and salad.

Föstudagur – Friday

Vegan souvlaki með grænmeti og kaldri dressingu(G)

Vegan souvlaki with vegetables and cold dressing (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.

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

Mánudagur – Monday

Grænmeti, svartar baunir, kjúklingabaunir, kókosmjólk, grænmetiskraftur [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), Sellerý, bakaður laukur, nípa), Ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd, olía

Þriðjudagur – Tuesday

Kjúklingabaunir, blómkál, möndlur, hrísgrjón, **majónes** [Repjuolía, vatn, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], rôtargrænmeti, krydd, repjuolía, salt, pipar

Miðvikudagur - Wednesday

Grænmetisbollur [Blómkál, kartöflur, brokkólí, vatn, sterkja, laukur, sólblómaolía, kartöfluflögur, salt, spínatduft], sósa [vatn, sykur, appelsínusafi, mangó purée 5,6%, jalapeno chili 4,4%, gulrót, mais sterkja, salt, tómát purée, rauðvínsedik, edik, hvítlaukur, laukur, túrmerik, mangó lyktarefni, sýra (E330), andoxunarefni (E300), rotvarnarefni (E415, E202, E211)], Sojasósa [**sojabaunir**, **hveiti**, vatn, salt]

Fimmtudagur – Thursday

Sætar kartöflur, massaman karrý [Tómatar, rauður chili, hvítlaukur, skarlottu laukur, salt, sítrónugras, kúmen, kóríanderfræ, engifer], kjúklingabaunir, strengjabaunir, laukur, hrísgrjón

Föstudagur – Friday

Brauð.**Hveiti** (bætt með kalki, járni, níasíni og þíamíni), vatn, ger, sykur, salt., „Kjúlli“: [Vatn, sojaprótein duft, repjuolía, ilmefni, salt, maltoextrakt, grænmeti (laukur, gulrætur, tómatur), Vegan mæjónes [repjuolía, vatn, sykur, umbreytt kartöflusterkja, salt, SINNEP (vatn, edik, sykur, **SINNEPSFRÆ**, salt, krydd, bragðefni), **sinnepsduft**, krydd, rotvarnarefni (E202, E211, E260), bindiefni (E415), sýra (E330), litarefni (E160a)]