

MENU UGE 9

MAN

TIRS

HVER DAG

- Stor bland-selv-salat-buffet
- Dressinger: Dijoncreme + Gomadressing + Citronvinaigrette
- Lækre oste og tilbehør, fx kiks, kompot og nødder i sirup (G, L)
- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (G)

KOLDE ANRETNINGER

- Fuglekvidder (SV)
- Pastrami og pesto
- Spread: Rødbedehummus med sesam

DET VARME

- Kylling Provençale med oliven og knuste kartofler i olivenolie med rosmarin

VEGETAR

- Bønne-ratatouille med Herb de Provence og knuste kartofler i olivenolie med rosmarin

GRØNT & SALAT

- Hvedekernesalat med frisk rødkål, butternutsquash og granatæblekerner
- Rå salat med blomkål, dild, friséesalat, radiser og ristede solsikkekerner

KOLDE ANRETNINGER

- Kyllingesalat i grøn aioli med soltørret tomat, asparges, ristede svampe og urter
- Oksepegepølse og oliventapenade
- Spread: Tomat-chili-flødeost (L)

DET VARME

- Hoisinmarineret gris og lynstegte grøntsager (SV)

VEGETAR

- Portobello stegt i hoisinsauce med lynstegt pak choi, gulerod, peberfrugt og æg

GRØNT & SALAT

- Cremet salat med mungbønner, broccoli, røde æbler, hvidkål og tranebær (L)
- Råkost af friske rødbeder, gulerødder, melon, ristede kerner og dijoncreme
- Shot: Appelsin med ingefær, honning og en smule sort peber

MENU UGE 9

HVER DAG

- Stor bland-selv-salat-buffet
- Dressinger: Dijoncreme + Gomadressing + Citronvinaigrette
- Lækre oste og tilbehør, fx kiks, kompot og nødder i sirup (G, L)
- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (G)

KOLDE ANRETNINGER

- Chorizo og pickles (SV)
- Halve æg med tomat og dildmayo

DET VARME

- Paneret fiskefilet med citron og remoulade (G)

VEGETAR

- Fredfisk med citron og remoulade (G)

GRØNT & SALAT

- Salat af haricot verts, rødløg, sprød salat, syltet havtorn og ristede peanuts
- Linsesalat med røde og grønne linser, gulerødder, sesam, mango og ristede kerner

DET SØDE ELEMENT

- Overraskelser fra MIBbagværk (G, L)

KOLDE ANRETNINGER

- Mortadella og tomattapenade (SV)
- Kyllingepålæg med agurkerelish og urter

DET VARME

- Harissa-kalkuncuvette med grov couscous, bagte peberfrugter, løg og aubergine samt agurkecreme (G, L)

VEGETAR

- Samosa med grov couscous, bagte peberfrugter, løg og aubergine (G)

GRØNT & SALAT

- Spidskål med ærter, mynte, artiskokker og tomat
- Blomkål med grillet peber, pærer og spinat

KOLDE ANRETNINGER

- Charcuteri, ost, syltede og friske grøntsager, tapenade og oliven (SV, L)

DET VARME & VEGETAR

- Blomkålssuppe med brødcroutoner (G, L)

GRØNT & SALAT

- MIB's fredagssalater
- Shot: Kiwi med æble og ingefær

ONS

TORS

FRE