



MATAPOTEKET
RÅFRISK RÅBRA RÅKOST

VECKANS MENY

Vecka 7

Hela veckan

NO NUT WRAP med morotsfalafel, paprikadipp, sallad, avokado, solroshummus, paprika och groddar. I torkugnsbakat bröd av groddat

bovete och frön. Serveras med stor sallad bestående av avokado, surkål,

algsallad, groddar, tomat, grönsallad och vinegrett. PEACEFUL PIZZA med cashewmozzarella, fyllig tomatsås, paprika,

ruccola, torkade champinjoner och rostad rödlök, på torkugnsbakat glutenfritt rawbröd. Serveras från torkugnen med en stor sallad

bestående av avokado, surkål, algsallad, groddar, tomat, grönsallad och vinegrett.

GRÖNKÅLSPAJ med saltorkad tomat, basilika, grönkål på en fröbotten.

Serveras med cashewmayo och en stor sallad bestående av avokado, surkål, algsallad, groddar, tomat, grönsallad och vinegrett.

SIMPLY SALAD med avokado, surkål, algsallad, groddar, tomat, grönsallad och vinegrett.

CREAMY COMFY TOMATO SOUP på färska ekologiska tomater, cashewgrädde och hackad persilja. Serveras varm, med frökex och cashewost.

VECKANS LUNCH : Zucchini Bolognese, spirularizerad zucchini med färs gjord på valnötter samt kockens bolognese sås, serveras med simply sallad & frökex m cottage cheese

POKE BOWL gjord på blomkålsris, chilisås, avokado, champinjoner, groddar, torkad lök koriander & Kimchi kaffe/te ingår

SMAKLIG MÅLTID!