



KANTINEMENUEN I UGE 25

NB! Mandage er helt uden kød i begge kantiner

<h3>Falstersvej</h3> <p>Mandag: Risotto med svampe og hvidvin Små fyldte tarteletter med tomat og ost Falaffel</p> <p>Tirsdag: Champignonryde med fløde-kartoffelmos</p> <p>Onsdag: Græske frikadeller på okse/svinekød med feta</p> <p>Torsdag: Kun sandwich</p> <p>Fredag: Lukket</p>	<h3>Lindevangs Allé</h3> <p>Da vi er ved at lukke ned og der er Ramadan, kommer der ingen menuer for de sidste uger Køkkenet improviserer dag for dag</p> 
<h3>Tirsdag på Falstersvej: Champignonryde med fløde-kartoffelmos</h3>	
 <p>Champignon er en storsvamp som vokser vildt i skove og på marker mange steder i naturen, men som også dyrkes. Den er rig på proteiner, B-vitamin, Selen, jern og kostfibre. Den er energifattig og kan med fordel bruges som smagsgiver i vegetariske retter.</p> <p>Når champignon plukkes, er det med rod på. På den måde bevarer de en friskhed, der er helt enestående. Smagen forbliver intens, den karakteristiske spændstighed forbliver intakt og holdbarheden øges. Du er derfor bedst tjent med at købe champignon med rod og jord.</p>	<h4>Tips til tilberedning</h4> <p>Champignon skal blot skylles hurtigt i koldt vand når du renser dem og ikke ligge i blød, så bevares aroma og konsistens bedst. Champignon bør først rodkæres umiddelbart før brug, så holder de sig friske i længere tid Brug champignon rå i salater - dryp med citronsaft så farven bevares Brug champignon hele eller i skiver i sammenkogte retter, pastaretter eller på pizza Steg champignon på panden med hvidløg og masser af hakket persille Stuede champignon på brød eller i pandekager er skønt Vidste du at...</p> <p>Svampe indeholder den naturlige smag umami, som også kød er kendt for.</p> <h4>Opbevaring</h4> <p>Champignon opbevares bedst i ét lag, i køleskab i originalemballagen. Holdbarhed ca. en uge.</p>