



# Green Days

Menu fra Annes Gademad



## Varm ret

Grøn urtepolenta med fransk cassoulet på grønne linser med balsamico rødløg, fennikel og rodfrugter. Hertil langtidsbagte tomater og vores hjemmelavede sweet chillisaUCE.

## Rig salat

Sum tam salat med citron, hvidkål, gulerod, cherrytomat, peanuts, hvidløg, og frisk citrondressing.

## Grøn salat

Cæsar salat med hjertesalat, ærter, croutons, cherrytomater og parmesandressing.

## Dagens pålæg

Halve æg med dildmayo og brøndkarse. Svampecreme med marksvampe og champignon med rødbedesylte løg.

## Brød

Hjemmebagts rugbrød og madbrød



## Ugens grønne

Vidste du, at en række forskere hævder, at selv om kroppen er i stand til at fordøje kød, er vores kroppe faktisk designet til at spise plantebaseret. For eksempel hvis man kigger på vores tandsæt, så er det meget lignede andre planteædende dyr. Vores tænder er flade, hvilket gør dem perfekt egnet til at tygge grøntsager, fremfor at flå kød, som rovdyr.

