

Grieks Specialiteitenrestaurant

De Griek



VEGETARISCH MENU.

Plantaardig eten heeft belangrijke en positieve effecten op mens, dier en milieu. En al heel vroeg in de geschiedenis van de Griekse keuken hield men daar rekening mee. In de kookkunst hebben de Grieken altijd een grote interesse getoond voor groenten, vruchten en kruiden en wisten daar op een bijzondere wijze mee om te gaan.

Restaurant De Griek hoopt dat je ook deze kant van de Griekse keuken zult ontdekken, en zal z'n uiterste best doen om niet alleen gezond en natuurlijk te koken, maar vooral ook smaakvol!

De basis voor alle gerechten is plantaardige olie, zoals sojaolie, tijmolie, zonnebloemolie, maar de belangrijkste is natuurlijk: olijfolie. Daarbij behoren de grondstoffen en producten – groente en fruit - vers te zijn. In combinatie met een groot scala van verse kruiden en specerijen levert dit fascinerende smaken op. Dit maakt de Griekse keuken voor vegetarische gerechten dan ook zo bijzonder.

Daarom presenteren wij u graag de vegetarische menulijst; op de achterzijde treft u diverse gerechten aan, waarin vlees noch vis zijn verwerkt; hierdoor kunt uzelf dan ook een mooi vegetarisch menu naar wens samenstellen.

Mocht u het op prijs stellen om alleen veganistisch te eten dan dient u de gerechten met een * te kiezen.

Hiermee hopen wij de vegetarische gasten onder ons een plezier te doen en wensen wij hen een bijzonder smakelijk diner.

**Pavlos Passachidis
Henny van Vlijmen**

Grieks Specialiteitenrestaurant

De Griek



VEGETARISCH MENUKAART

VOORGERECHTEN:

KOUD:	Psomi* Tzatziki Eliës ke Piperiës* Yemistes Eliës Yemistes Pipieries Taramas Feta Gtipiti (Tyrosalata) Melitsanasalata*	<ul style="list-style-type: none">- Grieks brood met tapenade en kruidencrème- Griekse roomyoghurt met komkommer- Kalamata olijven met Griekse pepers- Kalamata olijven gevuld met kaas- Griekse pepers gevuld met kaas- Viskuitsalade met geklopte room- Traditioneel Griekse roomfeta van Hotos- Met room geklopte feta, pikant gekruid- Auberginesalata
WARM:	Tiropitha Spanakopitha* Patates Fournou* Feta Saganaki Feta tou Fournou Griekse Quiche	<ul style="list-style-type: none">- Deegdriehoek gevuld met feta- Spinazietaartje- Aardappelen uit de oven- Gebakken Griekse Hotosfeta- Feta met tomaat, ui, piperiës en kruiden uit de oven- Quiche van aubergine, courgette, spinazie en tomaat
SOEPEN:	Tomato soupa* Kremmido soupa	<ul style="list-style-type: none">- Kruidige verse tomatensoep, rijk gevuld met groenten- Griekse uiensoep met brood en kaas gratineerd
SALADES:	Lachano salata* Domato salata* Angouri salata* Choriathiki salata Salata Caprese	<ul style="list-style-type: none">- Gekruide koolsalade- Tomatensalade met kruiden en dressing- Komkommersalade met kruiden en dressing- Griekse boerensalade met feta en kalamata olijven- Buffelmozzarella met verse tomaat en basilicum

HOOFDGERECHTEN:

Mousaka Chortofagos	Een vegetarische pastei van aubergine, courgette, aardappelen, groenten en kruiden, afgedekt met romige bechamelsaus; met frites, rijst, feta, tzatziki en koolsalade
Omeletta me Kremmidi ke Tiri	Een vers gebakken fetakaas-omelet met ui, frites en koolsalade
Choriatiki Omeletta	'n Licht gekruide omelet met groente op Griekse wijze
Spanaki Tourta	Hoofdschotel van spinazietaart, groente en aardappelen uit de oven
Quiche Megalo	Een grote quiche van courgette, aubergine, tomaat, spinazie en bechamel uit de oven