

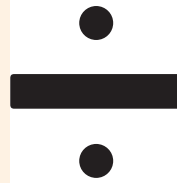
allergi over for soya

Når man ikke kan tåle nogle af proteinerne fra soya



muligheder

- Dip, saucer og dressinger [chilidip, wasabi caesardressing, sennepsdressing]
- Kimchee
- Sticks [vælg sticks uden teriyaki sauce og sticks sauce]



undgå

snacks

- Miso og misosuppe [miso er fermenteret soyabønnepasta]
- Edamame bønner [soyabønner]
- Soyaristede mandler

sushi

- Green maki big [gulerødderne er kogt i soya– vælg evt. uden gulerod]
- Inari
- Frabed soyaristede mandler på beef tataki

sticks

- Sticks vendt i teriyaki: tsukune, kylling med porrer i teriyaki, andebryst i teriyaki, laks vendt i teriyaki, kammuslingi teriyaki, oksefilet i sticks miso-sauce, mixed grønt [teriyaki indeholder soyasauce]
- Sticks, der er misomarinerede: misomarineret hvidfisk, misomarineret svinekød [miso er fermenteret soyabønnepasta]

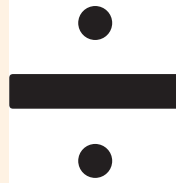
fortsættes næste side ...

allergi over for soya

Når man ikke kan tåle nogle af proteinerne fra soya



muligheder



undgå

salat

- Tofu [soyabønner, produktionsmetoden minder om ostefremstilling]
- Andebryst [marineret i soya]

dip & dressinger

- soya sesam - frabed soya sesam (indeholder soya) – stor kaos, lille kaos, mamma mia roll, asparges m. miso aioli.
- Dip, saucer og dressinger [keikodip, miso-dip, miso aioli, spicy misodip, stickssauce,
- teriyakisauce, gomadressing, wafudressing, unagisauce, zarusoba sauce, wasabi yuzu, limedressing til ceviche, denkagu miso, okonomiyaki sauce, tonkatsu og yakiniku sauce]