

Finlandia (el finés)

Pyyntö kokille keittiöön

Minulla on keliakia, joten minun täytyy noudattaa tiukkaa, luontaisesti gluteenitonta ruokavaliota. Tästä syystä en voi syödä ruokaa, joka sisältää edes pieniä määriä vehnää, ruista, ohraa, kauraa, spelttiä, raakoja speltin jyviä ja/tai mitään tuotteita, jotka ovat valmistetut näistä viljoista, esim. korppujauhot, krutongit ja nuudelit.

Voisitteko näyttää ruokalistasta minulle sopivia ruokalajeja tai valmistaa ateriani gluteenittomasti – esimerkiksi jättämällä pois kastikkeet, jotka sisältävät jauhoja tai valmistamalla ruoka-aineet ilman leivitystä tai jauhoja?

Voitte käyttää ruoissa keliakikoille sopivia, korvaavia viljatuotteita ja tärkkelyksiä, kuten maissitärkkelystä (Maizena), riisi- tai perunajauhoja, hirssiä tai tattaria.

Lämmin kiitos jo etukäteen avustanne!

Petición al cocinero

Soy celíaco, por lo que sigo una dieta estricta basada en alimentos sin gluten.

En consecuencia, no puedo tomar ningún tipo de comida que contenga trigo, centeno, cebada, avena, escanda y escanda secada en verde (variedades de trigo), ni siquiera en cantidades pequeñas o trazas, ni ningún producto fabricado a base de estos cereales como migas de pan, picatostes etc.

Me gustaría que me dijera qué platos de la carta puedo tomar o si sería posible que cocinara para mí un plato sin gluten (p. ej. prescindiendo de salsas que contengan harina, o hecho sin empanar/sin harina).

Puede sustituirla por otro tipo de cereales/fécula como maíz, arroz, mijo, fécula de patata o alforfón.

Le agradezco su atención y le ruego disculpe las molestias que pudiera causarle.