

## Rumänien (rumänisch)

### O rugămintă către bucătar

Eu sufăr de enteropatia glutenică și necesit respectarea unei diete stricte fără gluten.

Din acest motiv nu pot să consum bucate, ce conțin chiar o cantitate minimă/urme de grâu, orz, ovăz, speltă sau grâu verde, precum și produsele alimentare fabricate pe baza lor, cum ar fi pesmeți, boabe din aluat etc.

Ați putea să-mi recomandați din meniu bucatele care sunt destinate pentru mine sau ați putea pregăti pentru mine bucate ce nu conțin gluten (spre exemplu, prin evitarea sosurilor ce conțin făină sau pregătire nepane)?

Ați putea ca alternativă utiliza specii de cereale/amidon de cereale destinate pentru mine, așa cum sunt porumbul, orezul, meiul, amidonul de cartofi sau chiar hrișca.

Vă mulțumesc mult pentru efort!

### A request to the cook

I have celiac disease and must maintain a strict gluten-free diet.

Due to this, I may not eat any food that contains even the smallest amount/trace of wheat, rye, barley, oats, spelt and unripe spelt grain and/or products manufactured from this such as bread crumbs, soup noodles, etc.

Can you point out dishes suitable for me from your menu, or prepare my dish glutenfree (e.g., by omitting sauces containing flour or by preparing items without breading or flour)?

You can use as suitable replacements for me types of cereals/starches such as corn, rice, millet, potato starch or buckwheat.

Thank you very much for your efforts!

### Eine Bitte an den Koch

Ich habe Zöliakie und muss eine strikte glutenfreie Ernährung einhalten.

Deshalb darf ich keine Speisen zu mir nehmen, die auch nur kleinste Mengen/ Spuren von Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel und Grünkern bzw. daraus hergestellte Produkte wie z. B. Semmelbrösel, Backerbsen, usw. enthalten.

Können Sie mir aus Ihrer Speisekarte für mich geeignete Gerichte nennen, oder mein Gericht glutenfrei zubereiten (z.B. durch Weglassen mehlhaltiger Saucen oder unpanierte, unmehlierte Zubereitung)?

Sie können ersatzweise für mich geeignete Getreidesorten/ -stärke wie Mais, Reis, Hirse, Kartoffelstärke oder auch Buchweizen verwenden.

Velen Dank für Ihre Bemühungen!