



## Hungría (Húngaro)

### Egy kérés a szakácshoz

Lisztérzékenységben szenvedek és szigorúan gluténmentesen kell táplálkoynom.

Ezért nem szabad olyan ételeket fogyasztanom, amelyek a legkisebb mennyiségben/ nyomokban búzát, rozst, árpát, zabot, tönkölybúzát és aszalt tönkölyt tartalmaznak, ill. ezekből előállított termékeket mint pl. zsemlemorzsa, csipetke, stb..

Meg tudna –e nekem nevezni az Ön étlapjából számomra megfelelő ételeket vagy el tudná-e készíteni az én ételeimet gluténmentesen (pl. lisztmentes szószok elhagyásával vagy nem panírozott, nem liszttel történő elkészítéssel)?

Pótlásként használhat számomra megfelelő gabonafajtákat/ -keményítőt, mint például kukorica, rizs, köles, burgonyakeményítő vagy tatárka.

Nagyon köszönöm fáradozását!

### 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.