



## Kroatien (kroatisch)

### **Molba kuharu**

Imam colijakiju i moram se strogo pridržavati bezgluteinske ishrane.

Stoga ne smijem uzimati namirnice koje sadrže i najmanje količine/tragove pšenice, raži, zobi, ječma, zelenog pira i žitnih pahuljica odn. od toga napravljene proizvode kao što su primjerice krušne mrvice, proizvodi od tijesta i sl.

Možete li mi navesti jela iz vašeg jelovnika koja bi bila prikladna za mene ili moje jelo pripravljati bez glutena (npr. izostavljanjem umaka koji sadrže brašno ili priprema bez pohanja i upotrebe brašna)?

Kao zamjenu možete koristiti prikladne vrste žitarica / škrobi poput, kukuruza, riže, prosa, krumpirova škroba ili pak heljda.

Zahvaljujem se na Vašem trudu!

### **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.

Vielen Dank für Ihre Bemühungen!