



## Niederlande (niederländisch)

### **Een vraagje aan de kok**

Ik heb coeliakie en moet strikt glutenvrij voedsel krijgen.

Daarom mag ik geen voeding nuttigen, die ook maar de kleinste hoeveelheden/sporen van tarwe, rogge, gerst, haver, spelt en grove tarwe c.q. op basis daarvan gemaakte producten, zoals bijvoorbeeld paneermeel, knapperbolletjes, enz. bevatten.

Kunt u mij uit uw menu voor mij geschikte gerechten noemen of mijn gerecht glutenvrij bereiden (bijvoorbeeld door het weglaten van meelbevattende sauzen of niet-gepaneerde bereiding zonder meel)?

U kunt ter vervanging voor mij geschikte graansoorten/ -zetmeel zoals maïs, rijst, gierst, aardappelzetmeel of ook boekweit gebruiken.

Hartelijk dank voor uw moeite!

### **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!