



## Noruega (Noruego)

### En bøn til kokken

Jeg lider av søliaki og er nødt til å overholde en streng glutenfri ernæring.

Derfor må jeg ikke innta føde som inneholder bare de ringeste spor/mengder av hvete, rug, byg, havre, spelt og speltkorn eller produkter som er fremstillet herav, f.eks. brøtrasp, melboller o.s.v.

Kan De utpege retter på Deres meny som passer til meg eller tilberede min rett glutenfri (f.eks. ved å unngå melholdig saus eller i en upanert, melfri tilberedning)?

De ka i stedet anvende kornsorter/-stivelse som jeg ka tåle, f.eks. majs, ris, hirse, kartoffelstivelse eller også bokhvete.

Jeg takker mange ganger for Deres umak!

### 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.