



## Tschechien (tschechisch)

### **Žádost na kuchaře/obsluhu**

Prosím o pomoc při výběru jídla, protože mám speciální stravu, mám celiakii. Musím dodržovat přísnou bezlepkovou dietu. Z toho důvodu nesmím jíst jídla, která obsahují i to nejmenší množství (nebo stopové množství) pšenice, žita, ječmene, ovse, zelených klíčků obilnin ani z nich připravené produkty, jako je strouhanka, polotovary, škroby, koření přípravky, atd.

Můžete mi prosím z Vašeho jídelníčku vybrat jídla, která jsou pro mě vhodná? Nebo mi připravit variaci na některý Vámi nabízený pokrm (třeba bez omáčky, nebo přípravu bez smažení v trojobalu - jen přírodní maso apod.)? Jako náhradu za mouku můžete použít škroby (bramborový, kukuřičný, rýžový), nebo pohanku a výrobky z ní. Za Vaši ochotu a laskavost Vám mnohokrát děkuji!

### **Eine Bitte an den Koch**

Ich leide an Zöliakie und muss eine strikte glutenfreie Ernährung einhalten. Aus diesem Grund 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, mehlfreie Zubereitung)? Sie können ersatzweise für mich geeignete Getreidesorten/ -stärke wie Mais, Reis, Hirse, Kartoffelstärke oder auch Buchweizen verwenden.

Vielen Dank für Ihre Bemühungen!