



Türkei (türkisch)

Aşçıdan bir rica

Karın boşluğu ile ilgili hastalığım var ve çok sıkı bir glütensiz perhize uymam gerekiyor. Bu nedenle, en az miktarda olsa dahi buğday, çavdar, arpa, yulaf, kızılca buğday ve ham buğday taneleri ya da Örn; un, taneleri gibi bunlardan türetilmiş ürünler içeren hiçbir yemek yememe izin verilmemektedir.

Yemek mөнünüzden benim için uygun yemekleri seçebilir misiniz ya da benim için glütensiz bir yemek hazırlayabilir misiniz (Örn; un içeren sosları kullanmadan ya da galetaya bulanmamış, unlanmamış soslar kullanarak)?

Bunun yerine mısır, pirinç, darı, patates ya da karabuğday gibi tahıl türleri kullanabilirsiniz. Emeğiniz için çok teşekkür ederim!

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!