

Marokko (arabisch)

أنا مصاب بمرض في الأمعاء ويجب علي اتباع تغذية خالية تماما من مادة الغلوتين. ولذلك فإنه يستوجب علي عدم تناول
أكلات تحتوي ولو على كميات جد قليلة من القمح والحنطة السوداء والشعير والخرطال والحنطة والحنطة الخضراء أو
المواد الغذائية المستخرجة من هذه المواد، مثل دقيق الخبز والحمص، إلخ. هل يمكنكم أن تذكروا لي أكلة مناسبة من
قائمة أكلاتكم أو تعدوا لي وجبات خالية من مادة الغلوتين (مثل الوجبات التي لا تحتوي على مرق بالدقيق أو مغرقة
بالبيض ومرشوشة بمدقوق البقسماط)؟

وعوضا عن هذه المواد يمكنكم استعمال أنواع أخرى من الحبوب أو من مقويات الحبوب الملائمة لحالتي الصحية مثل
الذرة العادية والذرة البيضاء والأرز ومقوى البطاطا أو الحنطة السوداء.

شكرا على المساعدة!

A request to the cook

I have celiac disease and must maintain a strict gluten-free diet.

Due to this, I may not eat any food that contains even the smallest amount/trace of wheat, rye, barley, oats, spelt and unripe spelt grain and/or products manufactured from this such as bread crumbs, soup noodles, etc.

Can you point out dishes suitable for me from your menu, or prepare my dish gluten-free (e.g., by omitting sauces containing flour or by preparing items without breading or flour)?

You can use as suitable replacements for me types of cereals/starches such as corn, rice, millet, potato starch or buckwheat.

Thank you very much for your efforts!

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, unmehlerte Zubereitung)?

Sie können ersatzweise für mich geeignete Getreidesorten/ -stärke wie Mais, Reis, Hirse, Kartoffelstärke oder auch Buchweizen verwenden.

Vielen Dank für Ihre Bemühungen!