


*Lions Park Søllerød
Seniorcenter*

*Menukort
Januar 2021*




Januar 2021

Nytårsdag – Traditionen tro på Lions Park Søllerød

- Fre 1.* Hovedret: Forloren skildpadde med Sherry fino, øko æg, & hjemmebagt flutes*
Dessert: Pandekager med jordbærsyltetøj
- Lør 2.* Forret: Røget laks med ægge stand, dild, salat og brød
Hovedret: Braiserede svinekæber med vinter grønt og kartoffelmos*
- Søn 3.* Hovedret: Stegt kylling, glaserede gulerødder, skysauce, kartofler og agurkesalat
Dessert: Mokkafromage med flødeskum og chokolade pynt
- Man 4.* Forret: Gule ærter med magert flæsk og medister, sennep og syltede rødbeder*
Hovedret: Frugtsalat med råcreme
- Fiskedag**
- Tir 5.* Hovedret: Fiskefrikadeller med hjemmerørt remoulade, kartofler og årstidens grønt
Dessert: Abrikosgrød med mælk, fløde og strøsukker 
- Ons 6.* Forret: Tartelet med økologisk høns i asparges
Hovedret: Kogt spidsbryst med peberrods sauce, kartofler og smørdampet rosenkål
- Tor 7.* Hovedret: Mørbrad med stegte svampe, á la creme kartofler og råkost*
Dessert: Stikkelsbærgrød med piskefløde, mælk og strøsukker
- Fre 8.* Forret: Let tunmousse med kapersblomster og hjemmebagt flute
Hovedret: Forloren hare med vildtsauce, selleri/tyttebær salat og hvide kartofler*
- Lør 9.* Hovedret: Lammeragout med grønsager, kartoffelmos og surt
Dessert: Lun æbletærte med creme fraiche
- Søn 10.* Hovedret: Bankekød med bagt græskar og rødbeder vendt med honning og balsamico
Dessert: Chokolademousse med pynte bær
- Man 11.* Forret: Bortsch rødbedesuppe med let pisket flødeskum
Hovedret: Kalve boller i selleri med persille og hjemmebagt brød*
- Fiskedag**
- Tir 12.* Hovedret: Kogt torsk fisk i mild sennepssauce, dampede gulerødder og kartofler
Dessert: Svesketrifli med økologisk vaniljecreme 

- Ons 13.* Forret: Kartoffel-porre suppe med groft brød
Hovedret: Brunkål med flæsk, nakke, sennep og hjemmesyltede rødbeder*
- Tor 14.* Hovedret: Krebinetter med bearnaise, kartofler og fine ærter*
Dessert: Henkogt pære med makroner og fløde
- Fre 15.* Forret: Grønkålssuppe med kartofler og hjemmebagt brød
Hovedret: Lasagne på øko okse med frisk rosmarin, parmesan og grønne salater
- Lør 16.* Forret: Varmrøget laksesalat med sauce verte og hjemmebagt flute
Hovedret: Skinkeschnitzel med tomatsauce, brasede kartofler og ærtemiks*
- Søn 17.* Hovedret: Bœuf al mode, (rødvinsmarineret okse), gulerødder, perleløg og mos
Dessert: Citronfromage med fløde og chokolade pynt
- Man 18.* Forret: Cremet aspargessuppe med hjemmebagt flute
Hovedret: Bixsemad med øko spejlæg og hjemmesyltede rødbeder*
- Fiskedag**
- Tir 19.* Hovedret: Stegt fiskefilet med persillesauce, smørdampede porre og kartofler
Dessert: Brombærtærte med marcipan og creme 
- Ons 20.* Forret: Pastasalat med skinke, majs og cremefraiche dressing
Hovedret: Kotelet i fad med tomatsauce, stegte champignon, ris og salat*
- Tor 21.* Hovedret: Slagter medister med brunsauc, kartofler, surt og grønsager*
Dessert: Blåbærmousse med vanilje
- Fre 22.* Forret: Lun tærte med økologiske grønsager og sprøde salater
Hovedret: Vildtfrikadeller m. skysauce, kartofler og glaserede jordskokker & gulerødder
- Lør 23.* Hovedret: Frilandsflæsksteg med skysauce, rødkålssalat og kartofler*
Dessert: Appelsinfromage med nøddeknas
- Søn 24.* Forret: Jordskokkesuppe med ristet champignon og hjemmebagt brød
Hovedret: Unghanebryst med timian, bagte rødder, kartofler og svampe sauce
- Man 25.* Forret: Peber pate med drue agurker, brød og salat
Hovedret: Boller i mild indisk karry med æbler, løg, persille og basmatiris*

Fiskedag, Ønske menu

- Tir 26.* Hovedret: Bagt Laks med fennikel, tomat, rosmarin, kartofler og sauce med citron
Dessert: Yoghurtdessert med brombær 
- Ons 27.* Forret: Gulerodssuppe med porre og smørristet groft brød
Hovedret: Hakkebøf med bløde løg, agurkesalat, skysauce, søde majs og kartofler
- Tor 28.* Hovedret: Svinekam stegt som vildt med kartofler og bønner*
Dessert: Hvidchokolade panna cotta med passionsfrugt skum
- Fre 29.* Forret: Vegetarisk minestrone suppe med hjemmebagt rosmarinbrød
Hovedret: Frikadeller med stuvet hvidkål, hjemme syltede rødbeder og kartofler*
- Lør 30.* Hovedret: Ungarsk gullasch med røget paprika, urtemos og surt
Dessert: Osteanretning med kiks, frugt og grønt
- Søn 31.* Hovedret: Roastbeef med whiskysauce, ovn kartofler, bagte pastinakker og grøn salat
Dessert: Æble og kanel kage med cremefraiche

Vi glæder os til at se jer.

Forbehold for ændringer i menuplanen

* = retten indeholder svinekød