

AAMIAISMENU

LEIVÄT, PIIRAKAT JA LEVITTEET

Musta leipä VG
Ciabatta VG, LF
Paahtoleipä VG
Täysjyväpaahtoleipä VG
Moniviljasämpylä VG
Voi VG, GF
Margariini VG, LF, GF
Yrttinen tuorejuustolevite VG, GF
Hummus V, VG, LF, GF

Baguette VG
Voicroissant VG
Vegaaninen croissant V, VG, LF
Täysjyväcroissant VG
Porkkana-hunajakakkua VG
Makeat pullat VG
Muffini VG
Donitsit VG
Suklaalevite VG, GF
Kattopuutarhan hunaja

Nordic Hotel Forumin kattopuutarhassa on mehiläispesä, joissa hyörii satoja tuhansia ahkeria kaupunkimehiläisiä. Vieraille tarjottava hunaja on mehiläistemme tuottamaa kaupunkihunajaa, joka on kerätty ympäristön viheralueilta.



JUUSTOT, LIHALEIKKELEET, KALAT, JUUREKSET, MAUSTEET

Eesti-juusto VG, GF
Emmentaljuusto VG, GF
Fetaki-juusto VG, GF
Raejuusto 2 % VG, LF, GF
Smetana VG, GF
Sitruunamehulla ja fenkolilla marinoitua tofua V, VG, LF, GF
Naudankinkku LF, GF
Siankinkku LF, GF
Salaatinlehdet
Kurkku
Tomaatti



Graavilohi LF, GF
Silliä tomaattikastikkeessa LF
Suolasilli LF, GF
Kapris V, VG, LF, GF
Punasipuli
Sitruuna
Marinoitu kurkku V, VG, LF, GF
Ituja
Mustat oliivit
Retiisejä
Ekstraneitsytoliiviöljy, kurpitsansiemenöljy, sinappi, pähkinäöljy, balsamietikka, valkoviinietikka

LÄMPIMÄT AAMIAISRUOAT

Keitetty muna 7 min VG, LF, GF
Munakokkeli VG, GF
Munakas tomaatin ja juuston kera VG, GF
Pavut tomaattikastikkeessa V, VG, LF, GF
Paistetut perunat sienten ja purjon kera V, VG, LF, GF
Pekoni LF, GF
Uunissa kypsennettyjä nakkeja
Vegaaninen leike herneestä ja härkápavusta V, VG, LF

Karjalanpiirakka VG
Kaurahiutalepuuro maidolla VG
Kaurahiutalepuuro maidoton V, VG, LF
Rahkapihvit VG
Pannukakut VG
Kaneli
Agavesiirappi V, VG, LF, GF
Vaahterasiirappi V, VG, LF, GF

Seuraava pysäkki: munatiski! Valmistamme kananmunaruokat haluamallasi tavalla: paistettuina yhdeltä tai molemmalta puolelta, runsastäytteisenä munakkaana tai juuri sellaisina kuin haluat. Käytämme paistamiseen oliivi- tai viinirypäleöljyä. Kaikki munatiskin ruokat valmistetaan vapaiden kanojen munista.

AAMIAISMUROT, SOIJATUOTTEET, JOGURTIT, HILLOT JA HEDELMÄT

Manteli-, kookos-, soijavaniljajuoma jook V, VG, LF, GF
 Laktoositon maito VG, LF, GF
 Maissihiutaleet VG, GF
 Fitness-hiutaleet täysjyvävehnystä ja kaurasta VG
 Mysli pähkinöillä VG
 Mysli marjoilla VG
 Suklaamysli VG
 Riisisuklaa VG, GF
 Mansikkahillo V, VG, LF, GF
 Vanilja-omenahillo V, VG, LF, GF
 Mustaherukkahillo V, VG, LF, GF
 Talkkunajuoma VG

Sokeriton soijajuoma V, VG, LF, GF
 Kaurajuoma V, VG, LF
 Marjasmoothie V, VG, LF, GF
 Maustamaton jogurtti VG, LF, GF
 Kreikkalainen jogurtti VG, GF
 Marjajogurtti VG, LF, GF
 Chia-kookosmaitovanukasta V, VG, LF, GF
 Kuivatut hedelmät kotitekoisessa siirapissa V, VG, LF, GF
 Marjat V, VG, LF, GF
 Meloni
 Appelsiin
 Greippi
 Kokonaiset hedelmät: banaani, omena

Talkkuna on Viron kansallisruoka, joka valmistetaan jauhetusta ja paahdetusta palkokasvi- ja viljasekoituksesta. Aamiaisella tarjottu talkkunajuoma valmistetaan talkkunajauhoista, omenamehusta, maustamattomasta laktoosittomasta jogurtista ja maustetaan kanelilla ja ripauksella sokeria! Eikö kuulostakin hyvältä?

PÄHKINÄT JA SIEMENET

Hasselpähkinä V, VG, LF, GF
 Kuivatut luumut V, VG, LF, GF
 Rusinat V, VG, LF, GF

Pellavansiemenet V, VG, LF, GF
 Auringonkukansiemenet V, VG, LF, GF
 Kurpitsansiemenet V, VG, LF, GF
 Chia-siemenet V, VG, LF, GF



GLUTEENITTOMAT AAMIAISET

Maissikakku V, VG, LF, GF
 Tattarikakku V, VG, LF, GF
 Riisikakku V, VG, LF, GF
 Gluteenittomat voileipäkeksit V, VG, GF
 Gluteeniton vehnäleipä V, VG, LF, GF
 Gluteeniton focaccia V, VG, LF, GF

Gluteeniton ruby-mysli V, VG, LF, GF
 Gluteeniton makea leivonnainen VG, GF
 Gluteeniton myslipatukka VG, GF
 Gluteenittomat keksit V, VG, LF, GF
 Gluteenittomat suklaakeksit VG, GF

Itä-Virumaan Täkumetsän tilalla valmistettu gluteeniton rubiinimysli on kuitupitoinen aamiainen, joka sisältää rapeaa luomuviljeltyä tuoretattaria, siemeniä, hunajaa, appelsiinimehua ja erilaisia öljyjä. Kannattaa ehdottomasti kokeilla!

MEHU, KAHVI, TEE

Kahvi vastajauhetuista papuista
 Valikoima erilaista teetä
 Kylmä maito VG, GF
 Kuuma maito VG, GF
 Valkoinen sokeri, ruskea sokeri, sokerinkorvike

Tuore paikallinen vesi
 Appelsiinimehu
 Omenamehu
 Maustettua vettä



Hyvä yöuni ja maukas aamiainen ovat kuin hyviä ystäviä, jotka ovat aina tervetulleita! Ne tuovat hyvää mieltä, eivätkä koskaan petä.

V - vegaaninen
 VG - kasvisruoka
 LF - laktoositon
 GF - ei lisättyä gluteenia

Aamiaismenu voi poiketa hotellissa tarjottavasta ja muuttua vuodenaikojen mukaan.