

## HOMMIKUSÖÖGI MENÜÜ

### LEIVAD, SAIAD, PIRUKAD JA MÄÄRDED

Rukkileib VG  
*Ciabatta* VG, LF  
Röstsai VG  
Täistera röstsai VG  
Mitmeviljakukkel VG  
Või VG, GF  
Margarin VG, LF, GF  
Ürdi-toorjuustu määre VG, GF  
Hummus V, VG, LF, GF

*Baguette* VG  
*Vôicroissant* VG  
Vegan *croissant* V, VG, LF  
Täistera *croissant* VG  
Porgandi-meekook VG  
Magusad saiakesed VG  
Muffin VG  
Sõõrikud VG  
Šokolaadi määre VG, GF  
**Katuseaia mesi**

Nordic Hotel Forumi katuseaias on mesitarud, kus toimetavad sajad tuhanded usinad linnaesilased. Mesi, mida me oma külalistele pakume, ongi meie mesilaste toodetud linnaesilaste, kogutud naabruses asuvatelt rohealadelt.



### JUUSTUD, LIHALÕIGUD, KALA, JUURVILJAD, MAITSEAINED

Eesti juust VG, GF  
Emmentali juust VG, GF  
Fetaki juust VG, GF  
Kodujuust 2 % VG, LF, GF  
Hapukoor VG, GF  
Sidrunimahla ja apteegitilliga marineeritud tofu V, VG, LF, GF  
Veisesink LF GF  
Sealihasink LF, GF  
Salatillehed  
Kurk  
Tomat



Graavilõhe LF, GF  
Heeringas tomatikastmes LF  
Soolaheeringas LF, GF  
Kappar V, VG, LF, GF  
Punane sibul  
Sidrun  
Marineeritud kurk V, VG, LF, GF  
Idud  
Mustad oliivid  
Redis  
Ekstra-neitsioliivõli, kõrvitsaseemneõli, sinep, pähkliõli, balsamico, valge veini äädikas

### SOOJAD HOMMIKUROAD

Keedetud muna 7 min VG, LF, GF  
Munapuder VG, GF  
Omlett tomati ja juustuga VG, GF  
Oad tomatikastmes V, VG, LF, GF  
Praetud kartul seente ja porrulauguga V, VG, LF, GF  
Peekon LF, GF  
Ahjus küpsetatud Viini vorstikesed  
Taimne šnitsel hernest ja põldoast V, VG, LF

Karjala pirukas VG  
Kaerahelbepuder piimaga VG  
Kaerahelbepuder piimata V, VG, LF  
Sõrnikud VG  
Pannkoogid VG  
Kaneel  
Agaavisiirup V, VG, LF, GF  
Vahtrasiirup V, VG, LF, GF

Järgmine peatus: munajaam! Valmistame munaroad vastavalt soovile: ühelt või mõlemalt poolt praetuna, omlettina, milles rikkalikult lisandeid, või täpselt nii, nagu soovite. Praadimiseks kasutame oliivi- või viinamarjaseemneõli. Kõik munajaama road valmivad vabakanade munadest.

## HOMMIKUHELBED, SOJATOOTED, JOGURTID, MOOSID JA PUUVILJAD

|                                                  |                                             |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Mandli-, kookose-, soja-vanilljook V, VG, LF, GF | Suhkruvaba sojajook V, VG, LF, GF           |
| Laktoosivaba piim VG, LF, GF                     | Kaerajook V, VG, LF                         |
| Maisihelbed VG, GF                               | Marjasmuuti V, VG, LF, GF                   |
| Täisteranisust ja kaerast Fitness helbed VG      | Maitsestatamata jogurt VG, LF, GF           |
| Müsli pähklitega VG                              | Kreeka jogurt VG, GF                        |
| Müsli marjadega VG                               | Marjajogurt VG, LF, GF                      |
| Müsli šokolaadiga VG                             | Tšiia-kookospiima puding V, VG, LF, GF      |
| Šokolaadiga riis VG, GF                          | Kuivatatud puuviljad siirupis V, VG, LF, GF |
| Maasikamoos V, VG, LF, GF                        | Marjad V, VG, LF, GF                        |
| Õunamoos vanilliga V, VG, LF, GF                 | Melon                                       |
| Mustsõstramoos V, VG, LF, GF                     | Apelsin                                     |
| <b>Kamajook VG</b>                               | Greip                                       |
|                                                  | Terved puuviljad: banaan, õun               |

Millal viimati sõite Eesti rahvustoitu? Hommikusöögis pakutud kamajook on valmistatud kamajahust, õunamahlast, maitsestatamata laktoosivabast jogurtist ning maitseks on lisatud kaneeli ja natuke suhkrut! Kõlab ju hästi!?!



## PÄHKLID JA SEEMNED

|                                     |                                 |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| Sarapuupähkel V, VG, LF, GF         | Linaseemned V, VG, LF, GF       |
| Kuivatatud must ploom V, VG, LF, GF | Päevalilleseemned V, VG, LF, GF |
| Rosin V, VG, LF, GF                 | Kõrvitsaseemned V, VG, LF, GF   |
| Tšiaseemned V, VG, LF, GF           |                                 |

## GLUTEENIVABAD HOMMIKUSÖÖGID

|                                     |                                                |
|-------------------------------------|------------------------------------------------|
| Maisigalett V, VG, LF, GF           | <b>Gluteenivaba rubiin müsli V, VG, LF, GF</b> |
| Tatragalett V, VG, LF, GF           | Gluteenivaba magus saiake VG, GF               |
| Riisigalett V, VG, LF, GF           | Gluteenivaba müslibatoon VG, GF                |
| Gluteenivaba kreeker V, VG, GF      | Gluteenivaba küpsis V, VG, LF, GF              |
| Gluteenivaba sai V, VG, LF, GF      | Gluteenivaba šokolaadiküpsis VG, GF            |
| Gluteenivaba focaccia V, VG, LF, GF |                                                |

Ida-Virumaal asuvas Tākumetsa talus toodetud gluteenivaba rubiin müsli on kiudainerikas hommikusöök, mis koosneb krõbedast mahetoortatrast, seemnetest, meest, apelsinimahlast ning erinevatest õldest. Proovige kindlasti!

## MAHLAD, KOHV, TEE

|                                              |                     |
|----------------------------------------------|---------------------|
| Värskelt jahvatatud ubadest masinakohv       | Värsek kohalik vesi |
| Valik erinevaid teesid                       | Apelsinimahl        |
| Külm piim VG, GF                             | Õunamahl            |
| Kuum piim VG, GF                             | Maitsevesi          |
| Valge, suhkur, pruun suhkur, suhkru asendaja |                     |



Hea õõuni ning maitsev hommikusöök on nagu head sõbrad, kes on alati oodatud! Teevad tuju heaks ning ei vea kunagi alt.

Hommikusöögi menüü võib erineda hotellis pakutavast ning muutuda vastavalt hooajale.

V - vegan  
VG - taimetoit  
LF - laktoosivaba  
GF - gluteeni ei ole lisatud