

Waarom Desembrood?

- Desembrood is erg voedzaam, maar licht verteerbaar
- Fris van smaak (niet zuur)
- Vrij van Koemelkeiwit en lactose
- Bevat meer calcium, ijzer, mineralen en vitamine
- Bevat geen dierlijke vetten
- Blijft langer mals en heeft een heerlijk aroma

Waarom Speltbrood?

Spelt is het oergraan en momenteel erg populair bij de Nederlandse consument. Het is een zuiver graan dat belangrijke voedingsstoffen bevat waaronder hoogwaardige eiwitten, koolhydraten en vetten.

De voordelen van spelt ten opzichte van tarwe:

- Het heeft een betere verhouding tussen koolhydraten en vetten
- Het helpt de cholesterolspiegel te laten dalen, doordat het veel hoogwaardige onverzadigde vetzuren bevat
- Het levert gemakkelijk te verbruiken energie
- Het bevordert de spijsvertering; doordat spelt gemakkelijk te verteren is komen de voedingsstoffen snel in het bloed en zorgen niet alleen voor celvernieuwing, maar bewerken tegelijkertijd een goede ontgiftiging van het lichaam, doordat de nierwerking gestimuleerd wordt
- Het bevat meer B-vitamines dan tarwe, die goed zijn voor de stofwisseling van het zenuwstelsel en de hersenen.

Kortom: Speltbrood draagt bij aan een bewuste voedingskeuze en dus een gezonde levenswijze.

Openingstijden



Dinsdag t/m vrijdag vanaf 12.00 uur
Zaterdag vanaf 14.00 uur
Zondag gesloten, maandag op afspraak

www.brodshoes.nl

Lunchkaart



Eiergerechten

Uitsmijter met:

- Ham € 6,50
- Kaas € 6,50
- Spek € 6,50

Omelet

Gevuld met:

- Diverse groenten en spekjes € 7,00
- Verse zalm en bos ui € 7,50
- Ham, kaas en champignons € 7,00

Broodjes

- Stokbroodje gezond € 6,50
- Stokbroodje brie € 6,50
- Stokbroodje gemarineerde zalm € 8,50
- Stokbroodje tonijnsalade met mosterdmayonaise € 8,50

Salades

Geserveerd met:

- Gemarineerde zalm en gerookte forel € 12,50
- Gebakken gamba's € 15,00
- Thaise salade met gebakken stukjes runderlende en kokosnippers € 12,50
- Italiaanse salade met Pomodori tomaten, verse mozzarella en Coppa di Parma € 10,50

Soep

- Kop runderbouillon met garnituur € 5,50
- Kop soep van het seizoen € 5,00

Brods Toppers!

TBB (Twentse Brods Burger) € 11,50

Huisgemaakte hamburger van Twents rundvlees op gegrild speltbrood en belegd met sla, tomaat, augurk, spek en oude kaas. Geserveerd met frites.

Crispy Salad € 12,50

Frisse salade met gebakken zalm, garnalen en uitgebakken spekjes, geserveerd in een crispy mandje van aardappel

Brods kroketten € 6,50

De enige, echte originele Brods kroketten naar grootvaders recept. Geserveerd op brood naar keuze.

Brods Tostie € 9,00

Twee sneetjes bruin of wit brood met gebakken champignons, ui, tomaat en gesmolten oude kaas

Cesar Salad kip € 11,50

Verse bindsla met gegrilde kip, Parmezaanse kaas, croutons en hard gekookt ei, aangemaakt met een lichte knoflookdressing

Club Sandwich € 9,00

De originele Club Sandwich, op de Brods manier bereid, met gegrilde kip, gebakken ei, bacon, ham en ravigotesaus

12 uurtje € 13,50

Kop soep en twee sneetjes Pain Rubèn (origineel Twents desembrood naar Frans recept), rijkelijk belegd met huisgerookte zalm en Twentse ham

Dubbele Carpaccio € 15,00

Carpaccio van kalf en rund met olijfjes, zongedroogde tomaatjes en Parmezaanse kaas

