

# SMART CATERING

## SÅ HÄR PLOCKAR DU IHOP DITT EGET MEDELHAV!

1) Välj menystorlek • 2) Välj rätter från kategorier • 3) Maila eller ring in din beställning

ELLER VÄLJ NÅGON AV BOSPHORUS FÖRKOMPONERADE MENYER.

### STEG 1

Välj **STORLEK** på meny, nedan ser du hur många rätter från respektive kategori du kan välja.

#### MINGEL - 7 rätter, pris 126 kr/person

- 2 st Filodeg & plättar
- 1 st Kolhydrater
- 1 st Vegetariskt
- 2 st Röror & tillbehör
- 1 st Kött & kyckling

#### LITEN - 10 rätter, 217 kr/person

- 3 st Filodeg & plättar
- 1 st Kolhydrater
- 3 st Vegetariskt
- 2 st Röror & tillbehör
- 1 st Kött & kyckling

#### MELLAN - 13 rätter, 277 kr/person

- 3 st Filodeg & plättar
- 2 st Kolhydrater
- 4 st Vegetariskt
- 3 st Röror & tillbehör
- 1 st Kött & kyckling

#### STOR - 18 rätter, 386 kr/person

- 4 st Filodeg & plättar
- 2 st Kolhydrater
- 6 st Vegetariskt
- 4 st Röror & tillbehör
- 2 st Kött & kyckling



Säsongsallad  
med granatäppel-  
dressing &  
pitabröd ingår i  
alla menyer

**MENYER GÄLLER  
MINST 10 PERSONER**

## STEG 2

Välj **RÄTTER** från **5 KATEGORIER**. Alla rätter finns presenterade med foto, näringsinnehåll och innehållsförteckning på [bosphorus.se](http://bosphorus.se) under Våra matkoncept - Lösвикtsrätter.

### FILODEG & PLÄTTAR

Spenat & vitostfylld filodeg - Börek  
Filodeg med ruccola, morot & purjolök  
Spenatknyten - Fatayer  
Mexikanska Friløjjesplättar  
Potatis & vitostfyllda filodegsrullar -  
Cigarrbörek  
Zucchiniplättar  
Aubergineplättar  
Rödbetsplättar  
Kikärtspättar  
Brassicaplättar

### KOLHYDRATER

Quinoasallad  
Bulgur finmalen - Kisir  
Bulgur grovmalen

### VEGETARISKT

Kikärtbullar - Falafel  
Rödbetsfalafel  
Rostade rödbetor  
Bönmix  
Vinbladsdolmar  
Rostade rotfrukter  
Fårost & grillade grönsaker  
Haricots verts & saltorkade tomater  
Tomat & mozzarellasallad  
Tabbouleh & granatäppeldressing  
Rostade kikärtor med aubergine  
Grillade medelhavsgrönsaker  
Grön hirssallad  
Nudelsallad

### KÖTT & KYCKLING

Kycklingspett Chili & Koriander  
Kycklingspett Texas Honey BBQ  
Kycklingspett Teriyaki  
Kycklingspett Thai Sweet Chili  
Nötfärsjärpar - Mitit Köfte  
Soja & ingefärakylking

### RÖROR & TILLBEHÖR

Kikärtsröra - Humus  
Morotstzatziki - Likya  
Pikant paprikaröra - Ezme  
Klassisk Tzatziki - Cacik  
Mynta & vitosttzatziki - Canki  
Grillad aubergineröra - Babga  
Fetaoströran - Lutfosta  
Zucchini & valnötstzatziki - Mamaganusch  
Paprikaröra med valnötter - Murafi

### EFTERRÄTT

Smördeg med pistagenötter - Baklava

## STEG 3

**BESTÄLL** genom att maila din beställning till [catering@bosphorus.se](mailto:catering@bosphorus.se) eller ringa till oss på telefon 08-619 00 40.

# FÖRKOMPONERADE MENYER

## MINGEL

Pris:  
139kr /  
person

Spenat & vitostfylld filodeg - Börek  
Zucchiniplättar  
Kikärtsröra - Humus  
Kycklingspett Chili & Koriander  
Mynta & vitosttatziki - Canki  
Quinoasallad

## LITEN

Pris:  
212kr /  
person

Brassicaplättar  
Aubergineplättar  
Spenat & vitostfylld filodeg - Börek  
Haricots verts & saltorkade tomater  
Bönmix  
Vinbladdolmar  
Grillade medelhavsgrönsaker  
Pikant paprikaröra - Ezme  
Mynta & vitosttatziki - Canki  
Grön hirssallad

Denna meny  
är lakto-ovo  
vegetarisk

## MELLAN

Pris:  
254kr /  
person

Nötfärsjärpar - Mitit Köfte  
Soja & ingefärakäckling  
Spenat & vitostfylld filodeg - Börek  
Zucchiniplättar  
Grillade medelhavsgrönsaker  
Fårost & grillade grönsaker  
Rostade rödbetor  
Vinbladdolmar  
Morotsttatziki - Likya  
Kikärtsröra - Humus  
Zucchini & valnötsttatziki - Mamaganusch  
Bönmix  
Bulgur finmalen - Kisir

## STOR

Pris:  
326kr /  
person

Nötfärsjärpar - Mitit Köfte  
Soja & ingefärakäckling  
Kycklingspett Thai Sweet Chili  
Potatis & vitostfyllda filodegrullar - Cigarrbörek  
Rödbetsplättar  
Kikärtspättar  
Rödbetsfalafel  
Grillade medelhavsgrönsaker  
Haricots verts & saltorkade tomater  
Rostade rödbetor  
Vinbladdolmar  
Morotsttatziki - Likya  
Kikärtsröra - Humus  
Pikant paprikaröra - Ezme  
Bönmix  
Mynta & vitosttatziki - Canki  
Grön hirssallad  
Quinoasallad

## VEGAN

Pris:  
155kr /  
person

Spenatknyten - Fatayer  
Kikärtsbullar - Falafel  
Rostade rödbetor  
Bönmix  
Rostade rotfrukter  
Haricots verts & saltorkade tomater  
Rödbetsfalafel  
Pikant paprikaröra - Ezme  
Kikärtsröra - Humus  
Paprikaröra med valnötter - Murafi  
Quinoasallad  
Bulgur finmalen - Kisir

Denna meny  
är 100%  
växtbaserad.

## VEGAN & GLUTENFRI

Pris:  
177kr /  
person

Kikärtsbullar - Falafel  
Grillade medelhavsgrönsaker  
Rostade kikärter med aubergine  
Vinbladdolmar  
Rostade rödbetor  
Rostade rotfrukter  
Pikant paprikaröra - Ezme  
Kikärtsröra - Humus  
Grillad aubergineröra - Babga  
Quinoasallad  
Grön hirssallad

Denna meny  
är 100%  
växtbaserad och  
glutenfri.