

# LUNCH 11-14, vardagar.

SALLAD, BRÖD, LOKA/LÄTTÖL  
OCH BRYGGKAFFE INGÅR

Coca-Cola / FANTA / SPRITE	20:-
CAPPUCCINO / ESPRESSO	30:-
KAKA TILL KAFFET	10:-

# Sovel

08-641 81 50 | [www.sovel.se](http://www.sovel.se)  
Vi har öppet 11-22 alla dagar



## \* HAMBURGAREN 4.1 \*

200 gram nötkött från små svenska gårdar!!  
Serveras med ost, grönsaker och dressing.  
Vi har även glutenfritt bröd!

Med pomes eller sallad	155:-
Med 2 valfria tillbehör	175:-
Dubbelsovla 400g m. 2 valfria tillbehör	255:-

## \* DAGENS TIPS \*

- GRILLAD CHUCK EYE ROLL 145:-  
m. bearnaise o pomes
- GRILLAD ENTRECÔTE 250:-  
m. chilibearnaise o pomes

MÅNDAG

- GRILLAD FLANK 165:-  
m. bearnaise o pomes
- GRILLAD ENTRECÔTE 250:-  
m. chilibearnaise o pomes

TISDAG

- GRILLAD FLAP 165:-  
m. bearnaise o pomes
- GRILLAD BIFF 250:-  
m. chilibearnaise o pomes

ONSDAG

- GRILLAD ÖVERRASKELSE 175:-  
m. bearnaise o pomes
- GRILLAD BIFF 250:-  
m. chilibearnaise o pomes

TORSDAG

- GRILLAD OXFILE 185:-  
m. chilibaonbearnaise o pomes
- GRILLAD ENTRECÔTE 250:-  
m. chilibearnaise o pomes

FREDAG

- \* BYTE TILL BLANDAD SALLAD INGÅR
- \* BYTE TILL VALFRI SÅS 10:-
- \* BYTE TILL VALFRI KOLHYDRAT 20:-
- \* EXTRA TILLBEHÖR 35:-

## NIGIRI bara bitar

10 BITAR	195:-
13 BITAR	245:-
16 BITAR	295:-

## SASHIMI välj ris eller sallad

9 BITAR	135:-
12 BITAR	175:-
16 BITAR	225:-

## POKÉ BOWL

POKÉ BOWL är en hawaiiansk/japansk maträtt. På Sovel gör vi den så här:  
Sushiris, lime och citron-marinerad vitkal, inlagd rödkal, chili-morötter, gari, ingefära-marinerad gurka, sesamgroddar, frukt, wasabiärtor, chilimajonnäs och sesamfrön.

Toppas med:	
LAX	140:-
TOFU	140:-
TONFISK	150:-

Varmt på Toppen:	
BULGOGI-LAX	150:-
HALLOUMI & AVOKADO	150:-
FLANK & BACON	150:-
KRYDDIG KYCKLING	150:-
ANKTHAIKORV	150:-

### ALLERGIINFORMATION:

VÅR SUSHI OCH POKÉ BOWL KAN INNEHÅLLA FISK, KRÄFTDJUR, BLÖTDJUR, SOJA, GLUTEN, SENAP, SESAM OCH SULFITER. DET ÄR SENAP I VÅR MAJONNÄS. PRATA MED PERSONALEN OM DU ÄR OSÄKER!

## ALLTID PÅ SOVEL

CLUB SANDWICH m. pomes	150:-
CAESARSALLAD m. kyckling	150:-
CAESARSALLAD m. iberico	150:-
CAESARSALLAD m. halloumi	150:-
KAMBEN m. majs, cole slaw och pomes	175:-
CHILI m. tillbehör	110:-
PASTA m. krämig köttfärssås	110:-
SOVELS KORV m. mojo rojo och gratäng	140:-
GULA FISK- OCH SKALDJURSGRYTAN	175:-

## VEGETARISKT / VEGAN

HALLOUMIBURGARE	155:-
VEGANCHILI m. tillbehör	110:-
KRYDDIG TOFUGRYTA	155:-

## TILL DE SMÅ (UPP TILL 12 ÅR)

KYCKLINGFILE m. pomes och valfri sås	110:-
HAMBURGARE m. pomes	115:-
HALLOUMIBURGARE m. pomes	115:-
BARNBIFF m. pomes och valfri sås	125:-
PASTA m. kryddig köttfärssås	75:-

## CAFÉMAT

SMÅ SMÖRREBRÖD gubbröra, räkor, tonfisk	45:-
RÄKMACKA	175:-
RÄKSALLAD	150:-
FETASALLAD m. vittöksbröd	150:-
VARMRÖKT REGNBÅGE	150:-

## TILLBEHÖR

### KOLHYDRATER

- POMMES FRITES
- POTATISGRATÄNG
- VITLÖKSBRÖD

### SALLADER

- BLANDAD SALLAD
- FETASALLAD
- CAESARSALLAD (VEG)
- TOMATSALLAD

### SÅSER/RÖROR

- BEARNAISE
- CHILIBEARNAISE
- AVOKADORÖRA
- SALSAS
- TZATZIKI
- KIKÄRTSRÖRA
- MOJO ROJO
- CHIMICHURRI
- COLE SLAW

## ALLERGENER

- GLUTEN
- KRÄFTDJUR
- ÄGG
- FISK
- JORDNÖTTER
- SOJABÖNOR
- MJÖLK
- NÖTTER OCH MANDEL
- SELLERI
- SENAP
- SESAMFRÖN
- SVAVELDIOXID / SULFIT
- LUPIN
- BLÖTDJUR
- KONTAKTA PERSONALEN