



## Catalan Gluten Free Restaurant Card

Sóc celíac i necessito seguir una dieta exempta de gluten.

**En cas de menjar aliments que continguin gluten procedent de farines o grans de blat, ordi, civada, sègol o derivats d'aquests cereals, em posaria malalt.**

Em podrien dir quins plats de la seva carta no contenen gluten? En cas de dubte sobre algun aliment, consultin-m'ho abans de servir-me'l, si us plau.

Puc menjar aliments que continguin arròs, blat de moro, patata, tot tipus de verdura i fruita, amanides, ous, formatge, llet, carn i peix **sempre que no hagin estat preparats amb farina de blat (arrebossats) o que continguin salses espessides amb farina de blat, preparats per arrebossar, farina de galeta o pa ratllat.**

Sense salses si us plau.

Moltíssimes gràcies per la seva ajuda.

[© Copyright Celiac Travel.com](http://www.celiactravel.com)