



WIJ ZETTEN VOEDSELVERSPILLING OP DE KAART!

Welkom bij Instock! Wij zetten voedselverspilling letterlijk en figuurlijk op de kaart. Op deze kaart spelen wortels met twee benen, kromme vissen en rijpe mango's de hoofdrol; ingrediënten die normaal gesproken onverkocht blijven. Waarom? Door schoonheidsfoutjes, strenge kwaliteitseisen of simpelweg overschotten. Maaaaar, goed nieuws. Door hier te ontbijten, lunchen, dineren of borrelen, red je eten van de verspilling. Eet smakelijk!

LUNCH vanaf 11.30 uur

AMBACHTELIJKE GRANOLA 6,25

Yoghurt met fruit, speculaaskruiden en Instock Granola

Ook als ontbijt, vanaf 8.30 uur.

i Beer for breakfast! Onze granola is gemaakt van gered bierbostel: het moutrestant dat overblijft na het brouwen van onze biertjes. 0,0% vol. natuurlijk. Proost!

HEMELSE WENTELWAFEL 5,50

Wentelwafel van gered brood met karamel, gekonfijte mandarijn en citrusschuim

HEALTHY TOAST 6,50

Toast met gegrilde groenten, kikkererwten en sesam. Ei +1,00

SHAKSHUKA 6,75

Eieren in pittige tomaten-harissasaus met groenten, zoetzure ui en kaastost

VOOR DE KLEINTJES 3,50

Karnemelk pannenkoek met vers fruit en chocoladesaus

PROEVERIJ VAN DE CHEF 10,00

Kun je niet kiezen? Dit is onze ultieme aanrader! Alle hartige en zoete favorieten van onze chef, geserveerd op een feestelijk plankje

VISBURRITO 6,75

Burrito gevuld met kromme lekkerbek, geserveerd met frisse remoulade en zoetzure wortel

i Deze lekkerbek is letterlijk te krom voor de standaard verpakking. En wat niet past, wordt verspild! Tenzij het natuurlijk wordt gered door de Food Rescuers van Instock. Nu speelt deze kromme vis de hoofdrol in onze burrito!

SOEP VAN DE DAG 6,50

Vol geredde groenten, geserveerd met toast, dip en de allerlekkerste krokante garnituur

FALAFEL FATTOUSH 9,00

Kruidige Libanese salade met crunchy falafel en seizoensgroenten

LEKKER VOOR ERBIJ

BORRELPLANK 11,00 / 17,00

Variatie van huisgemaakte bitterballen, kaasballen, rösti, viskoekjes en pickles met huisgemaakte dips

KAAS-/BITTERBALLEN 5 stuks 5,00

BORRELPLANK VEGGIES 7,00 / 13,00

Een mix van rauwe groenten, groentetempura, pickles en broodsticks met dips

WATERIJSJE 2,50

FRUITMANDJE 3,50

ZOET VAN DE DAG vanaf 2,50

HUISGEMAAKTE FRIET / WEDGES 4,00

CHIPOTLE NACHOS 7,50

Pannetje met tortillachips, overgoten met kaas, avocado, yoghurt en pittig rundvlees

i Vlees halen we op bij distributiecentra. Dit vlees is nog helemaal goed, maar wanneer de schappen van de winkels al vol liggen, blijft het over. Wij redden dit vlees en gebruiken het voor onze chipotle nacho's.

DINER 4 GANGEN VOOR 29,50 OF EEN LOS GERECHT VOOR 8,50

Klaar om eten te redden? Wij raden je aan om vier gerechten uit te kiezen. Laat je verrassen vanaf 18 uur.

❶ Dit menu is het resultaat van alles wat we de afgelopen 4 jaar bij Instock hebben geleerd. Zoveel mogelijk eten redden door producten te gebruiken van schil tot pit en van kop tot staart, in combinatie met verschillende conserveringstechnieken uit ons kookboek *Instock Cooking*. Deze technieken maken eten niet alleen extra smaakvol, maar ook langer houdbaar. Kijk eens rond! In het restaurant vind je alle technieken terug.

WORTEL JERKY

Geroosterde en gedroogde wortel gemarineerd met een saus van citrus en gefermenteerde knoflook, vergezeld door een pesto van wortelloof en gered brood

❶ De wortel en pastinaak worden van kop tot teen gebruikt. Zo maken we knapperig papier en chips van de schillen en pesto van het loof van de wortel.

VICHYSOISE A LA INSTOCK

Een glazen kom gevuld met romig gerookt aardappelschuim met daarin gekonfijte prei-ringen, bedekt met een knapperige deksel van gezouten aardappelkrokant

❶ Vichyssoise is beter bekend als een aardappel-preisoep. Wij proberen hierbij om zoveel mogelijk van het product te gebruiken. Zo maken we van de preitoppen crème en olie.

ESCABECHE VAN GROENTE

Een salade van groenten, gegaard in een kruidige sap van bleekselderij, gember, harissa en citroen op een bedje van kokoscreme, avocado en ambachtelijke sriracha olie

❶ De klassieke escabeche is gemaakt met vis, maar wij gebruiken hem juist om zo veel mogelijk groente te redden! Samen met kaffir limoenbladeren - uit eigen tuin - brengen ze de kokoscrème op smaak.

HET BUIKJE VAN DE ZALM

Zalmbuik gepekeld in een mix van mosterd en vadouvan, met in zeezout geroosterde knolgroente of krieltjes met een frisse emulsie van gepekeld citroen **+2,95**

❶ Zalmbuik is een minder populair stukje zalm, omdat deze er minder mooi uitziet. Terwijl dit stukje juist lekker vet en zacht is. Ook de huid van de zalm wordt vaak verspild. Wij maken hier zalmhuidkrokantjes van!

FRIET / WEDGES 4,00

CASSOULET DE L'HOMME

Stoof van haan in tomatensaus met geiten-lamsworst, witte bonen crème en Mediterraanse groenten **+2,95**

❶ De haantjes, bokjes en stiertjes uit onze agrarische sector delven al jaren het onderspit. Dit omdat mannetjes geen eieren leggen of melk geven en een 'andere' smaak hebben. Deze smaak is, volgens ons, juist ontzettend lekker. Oordeel zelf over deze variant van de Franse Cassoulet.

GEFERMENTEERDE GROENTEKROKET

Een kroket gevuld met geredde groenten begeleid door een piccalilly van appel, selderij en komkommer én een schuim van witlof

❶ Bij het maken van de appel-piccalilly blijven de klokhuizen over. Deze worden gefermenteerd en gedroogd tot poeder met een kaneel-achtige smaak. Daarnaast is het paneermeel van onze kroket gemaakt van gered brood.

KOMBUCHA PAVLOVA

Een kombucha-citrus sorbet en citroengras meringue bedekt met citrus curd en in kombucha gepickled fruit

❶ Kombucha is een gefermenteerde drank. Lekker, vol goede bacteriën en heerlijk in combinatie met citrus: vruchten die wij regelmatig redden van de verspilling!

POMME D'AMOUR

Een twee dagen gedroogde warme appel, gevuld met dulcetontkaschuim met beurre noisette croissant-kruimels

❶ Door de appel te drogen ontstaat er een intense smaak die doet denken aan oma's appeltaart. Welk fruit we nog meer drogen? Bekijk onze droogoven in het restaurant!