

Die drei Fragen

Eine Karte, einmal gefragt, bei jedem Essen unterwegs. Karte ausschneiden, falten, in die Tasche. Die zweite ist für eine Freundin oder einen Freund.

1

Ist es glutenfrei?

Die einfache Frage. Zuerst stellen, vor allem anderen.

2

Getrennt vom Weizen gekocht?

Eigener Topf oder eigene Pfanne, eigenes Wasser, eigenes Besteck. Nicht das Nudelwasser, nicht die gemeinsame Fritteuse.

3

Wer in der Küche weiß Bescheid?

Die Frage, auf die es ankommt. Ist die Antwort ein Schulterzucken, hat sich niemand Gedanken gemacht. Dann gewinnt dein mitgebrachtes Essen diese Mahlzeit.

3 Fragen · glutenfrei

1. Ist es glutenfrei?
2. Getrennt vom Weizen gekocht? Eigener Topf, eigenes Besteck?
3. Wer in der Küche weiß Bescheid?

HOWTOGLUTENFREE.COM · GRATIS · DE · EN · IT

3 Fragen · glutenfrei

1. Ist es glutenfrei?
2. Getrennt vom Weizen gekocht? Eigener Topf, eigenes Besteck?
3. Wer in der Küche weiß Bescheid?

HOWTOGLUTENFREE.COM · GRATIS · DE · EN · IT

✂ an der gestrichelten Linie ausschneiden · einmal falten · passt ins Portemonnaie

Wann du gehst

Nicht, wenn der Koch gerade viel zu tun hat, und nicht, wenn nur Pasta auf der Karte steht. Du gehst, wenn niemand Frage drei beantworten kann. Eine Küche mit zweitem Topf und beschriftetem Regal hat schon mitgedacht. Wer ohne hinzusehen sagt, dass alles in Ordnung ist, nicht.

Warum die Karte besser ist als eine Rede

Eine Rede macht dich zum Thema. Eine Karte macht das Essen zum Thema. Einmal fragen, ruhig, der Reihe nach. Dann essen.

Einmal fragen. Drei Fragen. Dann essen.