

LONDEN

DEZE KEER REIZEN WE AF NAAR LONDEN. WAAR MOET JE ZIJN ALS JE EEN WEEKENDJE NAAR DE BRITSE HOOFDSTAD GAAT EN GLUTENVRIJ BENT? WE VROEGEN OP SOCIAL MEDIA NAAR JULLIE GLUTENVRIJE ERVARINGEN EN KREGEN VELE REACTIES. OOK SPRAKEN WE MET COELIAC UK, DE BRITSE ZUSTERVERENIGING.

'In het algemeen is er in de supermarkt en gezondheids-winkels genoeg glutenvrij eten te koop in de 'free from' winkelpaden', vertelt Libby Willing van Coeliac UK. 'Als je uit eten gaat in Londen, staat er een lijst van restaurants (Venue Guide) op onze website Coeliac.org.uk. Deze restaurants zijn beoordeeld door onze leden.' Deze online gids is alleen beschikbaar voor Coeliac UK-leden, maar je kunt een tijdelijke login krijgen. Libby: 'Vraag vooraf een login aan via generalenquiries@coeliac.org.uk, dan kunnen wij een tijdelijk wachtwoord sturen.'

In ieder geval hebben in Londen de volgende restaurantketens het glutenvrije keurmerk: Carluccio's, Cote, Domino's Pizza, Frankie & Benny's, Pizza Express, Pizza Hut en Prezzo.



Kijk voor meer reiservaringen van NCV-leden, dieetpasje voor op reis en tips op www.glutenvrij.nl/vakantie



Italiaans restaurant Cotto

'Als de eigenaar coeliakie heeft, weet je vrij zeker dat het goed is', aldus Marjon Herregodts. 'Hij maakt alles zelf tot en met de tiramisu. En ik kreeg een doggybag mee.' Cotto is een bar, pizza-restaurant.

 89 Westminster Bridge Rd, Lambeth, London SE1 7HR, Verenigd Koninkrijk. Reserveren 020-79285535

Bill's

Eve_glutenfree laat op Instagram weten dat ze in veel Londense restaurants glutenvrij heeft gegeten. 'Vaak is er een aparte kaart, in ieder geval bij restaurants als Bill's en Cote Brasserie (alle drie restaurantketens) Bij warenhuizen Marks & Spencer en Sainsbury's heb ik ingeslagen en dit ga ik volgende maand weer doen!'

 Er zijn verschillende Bill's-filialen in Londen. Op de Bills-website co.uk kun je bij Find A Restaurant een wijk in Londen intikken waar je wilt eten.



Pret A Manger

In deze winkels/restaurants zijn er goede opties om te eten volgens Kathrin Knetsch. Er zijn er vele te vinden in Londen. 'Elk stadsdeel heeft een eigen Pret a Manger voor het hapje tussendoor.' Soep, sandwiches, baquettes, wraps, salades, lekkernijen, 'en elke dag vers gemaakt', aldus de website. En biologische koffie.

 Via de site van Pret a Manger kun je bij Find a Pret rechtsboven Londen intikken. Er verschijnt een kaartje van Londen met alle Pret-filialen. www.pret.co.uk



Lola's Cupcakes

Glutenfree.wanderlust verzamelde vooraf maar liefst 350 adressen waar ze glutenvrij kan eten in Londen. 'Dus het was prima te doen. Ed's Easy dinners, Prezzo en Lola's Cupcakes op Victoria Station waren alle drie goed en hebben een handige ligging', vertelt ze via Instagram.

 Je kunt overal in Londen Lola's cupcakes vinden. www.lolascupcakes.co.uk