

Kungsörnen flyttar in bönor och rotfrukter på mjölhyllan

Under parollen ”Ät mer grönt” lanserar Kungsörnen nu två nya mjölsorter och en brödmix som innehåller rotfrukter och vita bönor – ett enkelt sätt att göra både bakningen och matlagningen grönare. Låt dig inspireras av Agnes Gällhagens goda recept på rotfruktspannkakor, baka eget rotfruktsbröd eller ge en grönare touch till dina favoritrecept i höst!

Genom att byta ut vetemjölet i vardagsrecept som pannkakor, frallor eller kanelbullar mot Kungsörnens nya rotfrukts- och bönmjöl är det enkelt att få i sig mer grönsaker - och hitta nya favoritsmaker.

Eftersom både rotfrukter och vita bönor binder vatten ger mjölet saftiga, spänstiga degar som passar perfekt för såväl rotfruktsbröd som till sötare bakverk.

– Genom att arbeta fram en perfekt balans mellan vanligt vete, rotfrukter och vita bönor ger våra nya mjölvarianter verkligen det bästa av två världar. Det är ett bra sätt att ge familjens favoriträtter en grön twist utan att tumma på varken smak eller kvalitet, säger Katarina Szostak, Senior Nordic Brand Manager på Lantmännen Cerealia.

Rotfruktsmjölet kommer i tre olika varianter:

- *Vetemjöl med rotfrukter* innehåller 10% mjöl gjort på morötter och palsternackor, vilket motsvarar 704g färska rotfrukter. Passar till kanelbullar, pannkakor och bröd.
- *Vetemjöl med vita bönor* innehåller 15% mjöl gjort på vita bönor, vilket motsvarar 285g färska vita bönor och ger extra protein till vita degar.
- *Brödmix för rotfruktsbröd* innehåller 10% mjöl gjort på vita bönor, vilket motsvarar 185g färska vita bönor, och 5% mjöl gjort på morötter, vilket motsvarar 395g färska morötter. Brödmixen ger två stora limpor.

Rekommenderat pris är 19,50 kronor för mjölen och 24,50 kronor för brödmixen. Produkterna finns i dagligvaruhandeln från vecka 43.

För att inspirera till grönare bakning och matlagning har Kungsörnen tagit hjälp av receptkreatören Agnes Gällhagen, som skapat ett härligt höstrecept med Kungsörnens rotfruktsmjöl: *Rotfruktspannkakor med salt kolasås*. Lika gott till frukost som till middag.

För att hämta mer inspiration till grön bakning och matlagning, gå in på <http://www.kungsornen.se/>

För mer information, vänligen kontakta:

Katarina Szostak, Senior Nordic Brand Manager för Lantmännen Cerealia.

E-post: katarina.szostak@lantmannen.se

Om Lantmännen

Lantmännen är ett lantbrukskooperativ och norra Europas ledande aktör inom lantbruk, maskin, bioenergi och livsmedel. Vi ägs av 25 000 svenska lantbrukare, har 10 000 anställda, har verksamheter i ett 20-tal länder och omsätter 40 miljarder kronor på årsbasis. Med basen i spannmål förädlar vi åkermarkens resurser för ett livskraftigt lantbruk. Några av våra mest kända varumärken inom livsmedel är AXA, Bonjour, Kungsörnen, GoGreen, GooH, FINN CRISP och Schulstad. Vårt företag är grundat på kunskap och värderingar som har funnits i generationer hos våra ägare. Genom forskning, utveckling och verksamhet i hela värdekedjan tar vi tillsammans ansvar från jord till bord. Läs gärna mer på www.lantmannen.com.



För produktprover och pressmaterial, vänligen kontakta:

Kristin Åkerlund

E-mail: kristin.akerlund@cohnwolfe.com

Tel: [+46 70 619 45 10](tel:+46706194510)

Rotfruktspannkakor med salt kolasås

Av Agnes Gällhagen, Cashew Kitchen

18 st små pannkakor

Grundrecept

2,5 dl Kungsörnen vetemjöl med rotfrukter
1/2 msk bakpulver
1 tsk kanel
3/4 tsk stött kardemumma
1/2-3/4 tsk havssalt
2 dl valfri mjölk
1 dl vatten
kokosolja eller smör till stekning
Ev. rotfruktsboost: 1 dl riven palsternacka, morot eller rödbeta



Salt kolasås

1/2 dl kokosgrädde
3/4 msk tahini
2 1/2 msk lönsirap
1 krm havssalt
1 krm äkta vaniljpulver

Toppingförslag

Färska bär, skivat äpple, riven kokos, hackade nötter

Gör såhär

- Rör samman de torra ingredienserna.
- Häll sedan på mjölken och vattnet gradvis under omrörning. Rör om ordentligt tills du har en slät smet utan klumpar.
- Om du vill boosta smeten med extra rotfrukter, rör i 1 dl riven palsternacka, morot eller rödbeta. Ställ åt sidan medan du förbereder kolasåsen.
- I en tjockbottnad kastrull, värm försiktigt ingredienserna till kolasåsen under omrörning. När det börjar ryka om såsen tar du av den från värmen. Låt svalna något innan servering.
- Hetta upp någon matsked kokosolja eller smör i en stekpanna. Klicka ut fyra små pannkakor (ca 2-3 msk smet per pannkaka) och stek gyllene på båda sidor. Upprepa tills smeten är slut.

Servera pannkakorna med salt kolasås, färska bär eller skivat äpple och förslagsvis hackade nötter eller riven kokos.

Om Lantmännen

Lantmännen är ett lantbrukskooperativ och norra Europas ledande aktör inom lantbruk, maskin, bioenergi och livsmedel. Vi ägs av 25 000 svenska lantbrukare, har 10 000 anställda, har verksamheter i ett 20-tal länder och omsätter 40 miljarder kronor på årsbasis. Med basen i spannmål förädlar vi åkermarkens resurser för ett livskraftigt lantbruk. Några av våra mest kända varumärken inom livsmedel är AXA, Bonjour, Kungsörnen, GoGreen, GooH, FINN CRISP och Schulstad. Vårt företag är grundat på kunskap och värderingar som har funnits i generationer hos våra ägare. Genom forskning, utveckling och verksamhet i hela värdekedjan tar vi tillsammans ansvar från jord till bord. Läs gärna mer på www.lantmannen.com.