

green
CUISINE

CUMIN SEEDS

NÖTIG. VARM. FYLLIG.

Våra kumminfrön har en distinkt, aromatisk smak med varma, nötiga toner. Perfekta i grytor, soppor, bröd, curryrätter och marinader – en självklar klassiker i köket världen över.



NATURLIGT & RENT

100% kumminfrön – utan tillsatser, utfyllningsmedel eller konserveringsmedel.



AROMATISK & NÖTIG

Varm, distinkt smak som förhöjer både enkla och kryddiga rätter.



MÅNGSIDIG ANVÄNDNING

Perfekt i grytor, soppor, bröd, curry, marinader och mycket mer.



EN LITEN NÄVA
– STOR SMAK!

Recepttips!

KRYDDIG LINS- & GRYTA

INGREDIENSER (4 PORTIONER)

- 1 msk olivolja
- 1 gul lök, hackad
- 2 vitlöksklyftor, finhackade
- 1 tsk kumminfrön
- 1 tsk korianderfrön
- 1 tsk gurkmeja
- 1 röd paprika, tärnad
- 2 morötter, skivade
- 2 dl röda linser
- 1 burk krossade tomater (400 g)
- 4 dl grönsaksbuljong
- Salt & svartpeppar efter smak
- Fräsch koriander till servering

GÖR SÅ HÄR

1. Hetta upp olivoljan i en gryta.
2. Fräs lök och vitlök tills den blir mjuk.
3. Tillsätt kumminfrön, korianderfrön och gurkmeja. Rosta i 1 minut tills kryddorna doftar.
4. Tillsätt paprika och morötter. Fräs i några minuter.
5. Rör ner linser, krossade tomater och buljong. Koka upp.
6. Låt sjuda under lock i 20–25 minuter tills linserna är mjuka.
7. Smaka av med salt och peppar. Toppa med fräsch koriander och servera!



TIPS!

Rosta kumminfröna lätt innan du använder dem – det lyfter fram smaken och doften ännu mer!



NATURLIGT
& RENT



UTAN TILLSATSER



KVALITET DU KÄNNER
SMAK PÅ