

green  
CUISINE

# TURMERIC

NATURLIG. GYLLENGUL. FULL AV NYTTA.

Vår Turmeric är ett fint malet gurkmejapulver med en varm, mild och jordig smak. Perfekt i både matlagning och dryck – från asiatiska rätter och grytor till golden milk och smoothies.



## NATURLIG & RENT

100 % gurkmeja – utan tillsatser eller konserveringsmedel.



## VÄRMANDE & MILD SMAK

Ger en mild, jordig smak och en vacker gyllengul färg till dina rätter.



## ALLSIDIG ANVÄNDNING

Perfekt i matlagning, drycker, smoothies och bakning.



EN LITEN NÄVA  
– STOR NYTTA!

## Recepttips! ♥

### GOLDEN MILK (GURKMEJALATTE) ♥

#### INGREDIENSER (2 PORTIONER)

- 2 dl mjölk (valfri)
- 2 dl vatten
- 1 tsk Turmeric
- ½ tsk kanel
- 1 krm svartpeppar
- 1 msk honung eller lönsirap
- 1 tsk kokosolja eller ghee (valfritt)

#### GÖR SÅ HÄR

1. Häll mjölk och vatten i en kastrull.
2. Tillsätt Turmeric, kanel och svartpeppar. Vispa ihop.
3. Värm försiktigt på medelvärme i 5–7 minuter, rör om då och då.
4. Ta från värmen och rör i honung och kokosolja.
5. Häll upp i en kopp och njut varmt!



#### TIPS!

Svartpeppar hjälper kroppen att ta upp curcuminet i gurkmejan bättre!



NATURLIGT  
& RENT



UTAN TILLSATSER



VÄRMANDE &  
ALLSIDIG ANVÄNDNING