

VÄLKOMNA ALLA INTOLERANTA!

Nu kan alla laga god mat busenkelt. Vår nya **laktosfria Arla Köket® matlagningsgräde och vispgräde** är perfekta för alla magar. Ta fram recept och byt ut mejerivarorna mot våra laktosfria nyheter.



VÅRT KÖK
ÄR DITT
KÖK



Leta efter F:et!
Håll utkik efter vårt F när du letar efter laktosfritt i kylan. F:et står för Fritt från laktos, helt enkelt.

Varsågod, lite inspiration.

ÄRTIGA SOPPAN FÖR FYRA

500 g frysta ärtor
1 gul lök
7 dl vatten
2 grönsaksbuljongtärningar
2 1/2 dl Arla Köket laktosfria matlagningsgräde

Gör så här: Skala och hacka löken. Koka upp vatten och buljongtärningar. Lägg i de frysta ärtorna och löken. Låt det koka under lock ca 8 min. Mixa soppan och tillsätt gräde. Låt det koka upp. Servera!

Mer tips och inspiration på arla.se.

Spontanbesök?

Bjud på snabba bärbakelser. Stansa ut runda kakor ur en färdig laktosfri tårtbotten, lägg på fat. Vispa laktosfri vispgräde och klicka på. Garnera med bär och sikta över florsocker.

