

GODA NYHETER

TIPS, PRODUKTER OCH ROLIGHETER FRÅN OSS PÅ ARLA

Vad ska vi äta?

- måndag:** Tomatsoppa med zucchini
- tisdag:** Färsbiffar med pinjenötter
- onsdag:** **Bönsallad**
- torsdag:** Pasta med valnötssås
- fredag:** **Laxpytt med örter**
- lördag:** *Clubkyckling, zabaione freddo*
- söndag:** Piccata milanese, frusen hallonvanilj

Tomt i kastrullen?

På www.arla.se finns den perfekta hemhjälpn. Här hittar du hundratals recept och smarta veckomatsedlar. Välj mellan dagens snabba, dagens gröna och dagens smala. Lägg recepten till din digitala inköpslista, skriv ut – veckans matplanering är klar!



Kryddig soppa

Nu kommer en spännande nyhet för alla soppälskare: Kelda Orientalisk soppa, smakfatt med curry, tomat och kokosmjölk. Värm och servera som den är tillsammans med ett nybakat bröd, eller ha den som bas och lägg i tillbehör efter tycke och smak.



SPANING

LUNCHEN KRYMPER

Lunchpausen är för de flesta en viktig stund på dagen. Hela 86 % av Sveriges yrkesarbetande tar en välbehörlig paus och äter lunch alla arbetsdagar i veckan. Däremot har längden på lunchen krympt. Drygt 30 % tar kortare lunch idag jämfört med för 5 år sedan. Den genomsnittliga lunchpausen är idag 36 minuter. Hur lång är din?

Källa: Lunchfrämjandet