

GODA NYHETER

TIPS, PRODUKTER OCH ROLIGHETER FRÅN OSS PÅ ARLA

Lättfil med mindre laktos

Nu finns en lättfil för dig som är känslig för laktos: Låglaktos Lättfil 0,5 %. Prova till frukost, mellanmål eller snabb-lunch. Mums!

NYHET!



Vi älskar mjölk!

Åtta av tio svenskar tycker att det är gott med mjölk. Förra året drack vi 110 liter mjölk per person, och mjölken håller ställningen som den vanligaste måltidsdrycken efter vatten. Till frukost och mellanmål är kaffe vanligast, men då gärna med mjölk!

Svenskarnas mjölkfavoriter:

1. Mellanmjölk
2. Lättmjölk
3. Standardmjölk
4. Minimjölk
5. Ekologisk mjölk

Drink
Milk!

Källa: Mjölkrämmandet/LUI

DJUNDELGRYTA 4 PORTIONER PÅ 20 MINUTER!

TESTA
MIN GRYMMA
DJUNDELGRYTA!

1. Strimla 500 g kycklingfilé eller ytterfilé, bryn i Arla smör- & rapsolja i en stekpanna. Salta och peppra.
2. Tillsätt 1 tsk curry, 2,5 dl Kelda Matlagningsgrädde och 1/2 smulad hönsbuljongtärning. Låt koka i 3–5 min.
3. Servera med ris, skivad banan, minimajs och ärtor.

Fler recept på www.arla.se/mathjaltarna

