

# GODA NYHETER

TIPS, PRODUKTER OCH ROLIGHETER FRÅN OSS PÅ ARLA

## KRAV-MÄRKTA INGREDIENSER

*Riktigt fina  
nyheter!*

Vissa livsmedel kan inte tillverkas enligt KRAVs regler fullt ut. Därför har KRAV infört begreppet "KRAV-godkänd ingrediens" – ett nytt sätt att registrera produkter där delar av innehållet är KRAV-märkt, men inte hela den färdiga produkten. **Läs mer på [www.krav.se](http://www.krav.se)**



Nu kommer en god nyhet för alla filmjölksälskare. "Vår finaste filmjolk" är en ny, krämig fil gjord av KRAV-godkänd mjölk från svenska gårdar, och den innehåller inget vanligt socker. Finns i smakerna hallon, jordgubb och naturell. De smaksatta varianterna är sötade med sötma från druva, helt naturligt.



*På här ser vår symbol för produkter med KRAV-godkänd ingrediens ut.*

## Mumsig hälsolimpa

*Vår hälsolimpa är både nyttig,  
god och enkel att baka.*

**2 dl grovt rågmjöl**  
**5 dl vetemjöl**  
**1 1/2 dl havrekli**  
**1 dl grovhackade nötter**  
**1 dl hackade, torkade aprikoser**  
**2 tsk bikarbonat**  
**1 tsk salt**  
**4 dl mild yoghurt**  
**1 dl lingonsylt**

**Gör så här:**  
Sätt ugnen på 200°. Blanda alla torra ingredienser i en bunke. Rör i yoghurt och sylt. Klicka ner smeten i en smord, avlång bakform, rymd ca 1 1/2 liter. Grädda i nedre delen av ugnen ca 1 tim. Stjälp upp limpan och låt den kallna under bakduk.