

# GODA NYHETER

TIPS, PRODUKTER OCH ROLIGHETER FRÅN OSS PÅ ARLA

## Nyttig njutning!



Vet du att milda, mjuka och älskade **Arla Hushällsost** finns i en magrare variant? Vår tio-percentiga ost är både extra mager och extra nyttig. När fetthalten minskar ökar calci-umhalten naturligt. Mer protein och vitamin B12 blir det också!

## Pastans formlära



**Spaghetti:** Pastans längd gör att lagom mängd sås snurras upp på gaffeln. Toppen till köttfärsås, carbonara och pesto.



**Farfalle:** Dessa små, fina fjärilar ger lagom munsbitar. Perfekta i tomatsåser och fylliga ost- och skinksåser!

## Indisk mellis!

Lassi är en fräsch yoghurt-dryck. I hemlandet Indien dricks den gärna till maten, men då med salt/socker och kryddor istället för med frukt. Mer mellis på [www.arla.se](http://www.arla.se).



- 1 mogen nektarin
- 2 1/2 dl Arla mild lättoghurt
- 1 1/2 dl mjölk
- 4 isbitar

**Gör så här:** Skär nektarinen i bitar och mixa med yoghurt, mjölk och is. Häll upp i två glas.



**Tortiglioni:** Kort rörform som fångar upp kraftigare, krämigare såser med grädde och ost. Mumsfillibabba!



**Fusilli:** Perfettissimo till pastasalladen! Ingredienserna skruvas ihop i perfekt mängd i varje tugga.

*Farfalle = fjärilar på italienska!*