



# Nyhetsbrev

[www.naturligg glutenfritt.no](http://www.naturligg glutenfritt.no)

Februar 2020

## 3 modige gründere

**Mari Staff Bostrøm realiserer sin drøm og gjenåpner Solihøgda tursenter for servering av turfolk, lokalbefolkning og veifarende. Her blir det lavterskel hverdagsluksus med mat som knoke-ertesuppe, villsvin, gjeddekaker og vafler.**

Ikke bare revitaliserer hun stedet, men tar også allergimat- en på alvor. Her får du både vafler, knekkebrød, kjeks og varm-mat gluten- og melkefri under 5 ppm.

Jeg har hatt den glede å bidra med både råvarer og kunnskap om gluten- og melkefritt kosthold.

Dette er ikke noen vanlig veikro, er du på vei til en fest og har glemt selskapskjolen hjemme, kan du bare leie en retro kjole hos Mari. Stedet er verdt ett besøk. Jeg vet iallfall hvor jeg skal stoppe for å spise gluten- og melkefri middag neste gang jeg er på vei til hytta.



**Vigdis Rosenkilde solgte det hun eide og dro til Latin- Amerika for å realisere sjokoladedrømmen. Nå er hun sertifisert kakao- og sjokoladesmaker, og leter seg frem i jungelen etter den aller beste kakaoen på ulike kakaoplantasjer.**



Sjokoladene er produsert etter økologiske prinsipper, og er produsert gluten- og melkefritt

i alle deler av prosessen fra kakaobønne til ferdig pakket sjokolade.

Ved å kjøpe kakaoen direkte fra bonden sikrer Vigdis kvaliteten, bonden får en rettferdig pris, og du får den beste sjokoladen.

Denne svært sjelden sjokoladen er laget av den fermentert urkakao som forskere mener er den mest aromatiske kakaoen som finnes.

De to sjokoladene som selges i nettbutikken inneholder kun to ingredienser; kakaobønner og sukker. Det blir de fleste

overrasket over da sjokoladen smaker av frukt, blomster og nøtter. Et resultat av førsteklasses kakaobønner. Akkurat som vin. I selve emballasjen kan du lære om prosessene fra kakaofrukt til sjokoladeplate. De aller fleste elsker sjokolade uten å vite hvordan sjokolade lages, så dette er smakfulle, etiske og lærerike sjokoladeplater. Veldig fine gaver.



**Annelise Chapmann og Bjørn Otterlei, gründerne som startet Tango Seaweed som dyrker økologisk bu- og sukkertare av høy matkvalitet på naturens prinsipper. Dette er en ny næring under oppbygging, og med disse modige gründerne, blir det nye sunne «saltet» tilgjengelig for den glutenfrie baksten.**



De norske tangtradisjonene går helt tilbake til Vikingtiden hvor tang ble brukt både som basismatvare og på tokt.

Mineralene og vitaminene i taren ga vikingene både styrke og stamina, mens i vår tid har

taren funnet veien inn på det moderne nordiske kjøkken.

Tare er det sunne alternativet til salt når du skal bake. Dryss av butare er godt egnet som salterstatning i brøddeigen og passer godt i Naturlig glutenfritt sine bakeblandinger som har et svært lavt saltinnhold. Med butaredryss i deigen kan du møte WHO's anbefaling med mindre salt i maten med



kaliumklorid istedenfor natriumklorid ... samtidig som du får litt ekstra umami-smak med på kjøpet.