

PARTNER

Vinterlyst



TINE PARTNER
SERVERING

TEMA:
Næring i glass

Ta en skål!
Supper fulle av smak

Legg hjertet i det
Vaffelens dag 25. mars

VINTERLYST

FRA TINE PARTNER SERVERING

Nå er det fokus på inspirasjon vi har lyst på i januar: God og sunn mat som kan hjelpe oss med nyttårsforsettene og som gir overskudd til å nyte vinteren.

Osteakademiet ser på særnorske tradisjonsoster og du får innsikt i tiltak mot matsvinn som har gjort flere av landets travleste kjøkken mer lønnsomme og bærekraftige.

Følg med på **tinehandel.no** eller ta kontakt med din salgskonsulent for å finne kampanjer, aktiviteter og tilbud som er aktuelle for deg.

Godt nytt år!



Ta en skål!
s. 06

INNHold:

- 03. Vintergrønt
- 06. Ta en skål!
- 08. Osteakademiet
- 10. Mindre matsvinn
- 12. Glede i glass
- 15. TEMA: Melk
- 18. Tryll i ovnen
- 21. Legg hjertet i det



OSTEAKADEMIET s. 08
Norske tradisjonsoster av
internasjonal klasse



Glede i glass s. 12
Deilige fristelser laget med
yoghurt og juice fra TINE

VINTERLYST

Utgiver: TINE Partner Servering / Utgitt: 2019 / Design: Play Reklamebyrå
Redaksjon: TINE Partner Servering / Play Reklamebyrå / Foto: TINE Kjøkken, Getty



VINTERGRØNT

Gjestene strømmer til salatbaren i januar, men faller fra når de synes smakene begynner å gjenta seg. Gjør det enklere å opprettholde gode forsetter med spennende tilbehør fra TINE.



SWEET CHILISALAT

12 porsjoner

3 stk	epler
900 g	TINE Cottage Cheese Original eller TINE Mager Cottage Cheese
3 dl	Jarlsberg® Revet eller annen revet gulost
1 ½ dl	Sweet Chili saus
6 stk	kyllingfileter eller annet stekt kyllingkjøtt
¾ ts	salt
¾ ts	pepper
18 stk	salatblader

Riv epler grovt og bland med TINE Cottage Cheese, ost og chilisau. Skjær kyllingfilet i små terninger. Smak til salaten med salt og pepper.

MARINERT JARLSBERG®

10 porsjoner

600 g	Jarlsberg® Original
1,2 l	olivenolje
3 stk	appelsin, revet skall
6 fedd	hvitløk
150 g	valnøtter
6 ss	eddik
3 ss	frisk timian
1 ts	salt
1 ts	kajennepepper

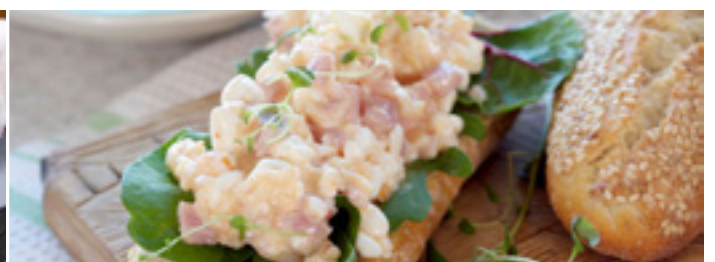
Skjær Jarlsberg® i terninger 1,5 x 1,5 cm, grovhakk valnøtter. Finhakk hvitløk og stek i olje til lett brunet. Finhakk timian og bland alle ingrediensene i en forseglet beholder. Sett til kjøling over natten. Perfekt for ost som er til overs!

TUNFISKSALAT MED KESAM®

12 porsjoner

9 stk	egg
12 stk	vårløk
3 dl	grovhakket sylteagurk
6 bokser	tunfisk
9 dl	Kesam® Original
3 dl	majones
3 ts	karri
1 ½ ts	salt
¼ ts	pepper
2 ss	dill, hakket
2 ss	gressløk, hakket
½ stk	lime

Kok egg til hardkokt. Avkjøl, skrell og finhakk. Finsnitt vårløk og grovhakk sylteagurk. Bland med avrent tunfisk. Rør sammen Kesam®, majones og karripulver og smak til med salt og pepper. Vend med tunfisken. Finhakk gressløk og dill og rør inn. Smak til med limesaft.





ENKLE RØMMEDRESSINGER

SPICY-RØMME

12 porsjoner

- 6 ss paprikapulver
- 7 ½ ts tørket oregano
- 6 ts tørket basilikum
- 3 ts kajennepepper
- 3 ts løkpulver
- 6 ts tørket timian
- 6 ts hvitløkspulver
- 6 ts salt
- 7 ½ ts malt sort pepper
- 9 dl TINE Lettrømme 18 %

Bland paprikapulver, oregano, basilikum, kajennepepper, løkpulver, timian, hvitløkspulver, salt og pepper sammen til en spicy mix. Rør ut i lettrømme.

SENNEP-RØMME

12 porsjoner

- 4 ½ dl TINE Lettrømme 18 %
- 1 ½ dl majones
- 3 ss Dijonsennep
- 3 ts sitrønsaft

Bland lettrømme, majones, sennep og sitrønsaft til en dressing.

BLUE CHEESE-RØMME

12 porsjoner

- 300 g Selbu Blå
- 9 dl TINE Lettrømme 18 %
- 3 ss sitrønsaft
- 1 ts salt
- ½ ts pepper

Bland blåmuggost og lettrømme. Smak til med sitrønsaft, salt og pepper.

Tips: Alle dressingene smaker like godt med TINE Laktosefri.





TA EN SKÅL!

Fyll den med dampende varm suppe, full av smak og næringsrike ingredienser. Supper er et lettere alternativ og en av de beste måtene å holde varmen på gjennom vinteren. Suppe byr også på muligheter for uendelig variasjon!

REKESUPPE MED SMAK AV ASIA

10 porsjoner

500 g	store reker
5 dl	rekelake
2 ½ stk	rød chili
5 stk	sjalottløk
75 g	frisk ingefær
5 ss	solsikkeolje
2 ½ ts	karri
1 ¼ l	TINE Matfløte
1 ½ ts	salt og pepper
125 g	vårløk
2 ½ stk	saften av lime
5 ss	frisk koriander (hakket)

Sil laken av rekene og ta vare på laken. Sett rekene kaldt til de skal brukes. Fjern chilifrø og finhakk chiliene. Finhakk sjalottløk og ingefær. Fres i litt olje, sammen med halvparten av chilien og karri. Tilsett rekelake og fløte. Kok opp og smak til med salt og pepper.

Varm reker, vårløk og den andre halvparten av chilien i en kjele, sammen med saften av lime. Tilsett koriander. Anrett reker og koriander i dype tallerkener og hell den varme suppen over.

SPINATSUPPE

10 porsjoner

5 stk	løk
5 ss	TINE Meierismør
5 ss	hvetemel
2 ½ l	Tinemelk® Lettmelk 1 % fett
5 stk	hønsbuljongterninger
5 dl	TINE Matfløte
7 ½ dl	Jarlsberg® Revet eller annen revet ost
375 g	spinat, frisk eller frosset
½ ts	salt
1 ½ ts	pepper

Skrell og hakk løk. Stek løk i smør i en kjele. Rør i mel og tilsett melk og buljongterninger. La suppen koke i ca. 3 minutter. Rør i fløte og ost. Tilsett spinaten i suppen. Kjør suppen glatt med en stavmikser. Smak til med salt og pepper. Server gjerne med hakkede nøtter og revet ost til.



ERTESUPPE MED KLIPPFISK OG BACON

10 porsjoner

2 l	grønnsaksbuljong
5 dl	TINE Matfløte
1 ¼ kg	frosne erter
5 ss	grønn pesto
1 ¼ ts	salt
1 ¼ ts	malt hvit pepper
3 ¾ l	vann
1 kg	utvannet klippfisk, i tykke strimer
5 ss	TINE Meierismør
500 g	bacon, i små biter

Kok opp buljong og fløte. Tilsett erter, og la det koke sammen i 3-4 minutter. Kjør suppen glatt med en stavmikser, tilsett pesto og smak til med salt og pepper.

Kok opp vann i en kjele. La fisken trekke i vannet, rett under kokepunktet, til den flaker seg. Smelt smør i en varm stekepanne, og stek bacon til det er sprøtt. Server suppen med fisk og sprøstekt bacon.

TIPS: Bruk stekt torsk eller annen hvit fisk i stedet for klippfisk



Katharina Sandberg Lund
Leder OsteAkademiet

Tradisjonsoster av internasjonal klasse



Både Gamalost frå Vik® og TINE Pultost Løiten er norske delikatesser med røtter fra vikingtiden. Begge ostene har fått en ny vår og ble belønnet med bronsemedaljer i oste-VM i 2018. De er svært magre og fulle av protein. Med små mengder av disse smaksbombene kan du ta matopplevelsen til nye høyder.

Tøff stil – god smak

Gamalost er noe så sjelden som en kjernesunn smaksopplevelse. Den har bare 1 % fett og hele 50 % protein, samtidig som den har en fyldig og intens aroma. Gamalost frå Vik er en osteklassiker som har oppnådd merket «Beskytta geografisk nemning», som betyr at den har et juridisk vern for hvordan den skal produseres. Den produseres hos TINE Meieriet i Vik. Tradisjonelt har Gamalost frå Vik blitt brukt på brødsriver, eller som tilbehør til flatbrød med smør, rømme og tyttebær. Denne kombinasjonen av fett, salt og syre er med på å komplementere den karakteristiske skarpe smaken, og bringer fram den bittersøte umamismaken.

Gamalost i matlaging

Stek tynne flak av osten i ovnen til knasende chips eller lag krutonger i stekepannen – det blir smakfullt garnityr til mange retter. Gamalost gjør seg særlig godt med fet mat som smør, bacon, majones eller rømme. Gamalost fungerer også utmerket i salater, enten det er kremet pastasalat eller en søt og syrlig fruktsalat. Du kan også benytte osten til å panere fisk, eller ha som snacks ved siden av. Strø den over tyttebæris eller fruktsalat til dessert.

Osten for kjennere

Pultost har fått navnet sitt fra det latinske ordet «pulta», som betyr grøt. Pultosten er laget av syrnet skummetmelk og krydret med karve. TINEs Pultoster er produsert av TINEs spesialmeieri i Nybergsund på Trysil. Med 1 % fett og 30 % protein har Pultost en moden, skarp og fyldig smak, og smørbar konsistens. TINE Pultost Løiten har blitt tildelt Spesialitetsmerket «Unik Smak» fra Matmerk. Vi sier at Pultost er osten for kjennere! Mange liker TINE Pultost Løiten på skive. Den kan trygt prøves som fyll i lefser eller bakt potet, sammen smør eller rømme. Både gressløk og friske urter er godt på toppen av Pultost.



Brødpinner med pultost

10 porsjoner

2 kg	hvetemel
650 g	sammalt mel
50 g	gjær
1 ¾ l	vann, lunkent
2 ½ ts	sukker
2 ½ ts	flaksalt
1 kg	smør, romtemperert
1 ½ dl	TINE Pultost Løiten
1 stk	egg
	persille, frisk
	oregano, frisk
	ramsløk, frisk

Sett ovnen på 230 °C.

Bland sammen de tørre ingrediensene. Kna inn 250 g smør i de tørre ingrediensene. Rør ut gjæren i det tempererte vannet. Bland gjær og vannblandingen med mel og smørblandingen. Elt i maskin i ca. 5 minutter. La heve i 40 minutter. Rør nesten all pultost inn i resten av smøret, og grovhakk urtene. Kjevle deigen ut i en ca 5 mm tykk firkant. Smør leiven med smør og pultostblandingen, dryss på pultost og urter (la det bli igjen litt til topping). Fold leiven en gang. Skjær i strimler og vri til pinner.

Legg pinnene på smurt plate eller bakepapir. Etterhev i 20-25 minutter. Pensle pinnene med egg, dryss på urter og pultost og stek på 230 °C i 10-15 minutter.

OSTEAKADEMIET



Gamalost frå Vik® på salte kjeks

Ingredienser:

Gammalost frå Vik®
Smør
Rømme
Tyttebærsyltetøy
Salte kjeks

Legg smør på kjeksen og bygg videre med Gamalost frå Vik®, rømme og tyttebærsyltetøy.





mindre **MATSVINN**

Hva er det som gjør at noen lykkes bedre med å redusere matsvinn enn andre? Her er noen av triksene som de beste i klassen har tatt i bruk for å lykkes både under produksjon og servering.

BEVISSTGJØRING

Alle som har lyktes med store reduksjoner i matsvinn har gjort en grundig jobb med å måle og registrere matsvinn daglig. Dette gjør det enklere å se hvilke endringer som kan gjøres i ordreprosessen og om det er noen rutiner som bør endres.

God planlegging reduserer matsvinnet også ved at man velger råvarer som passer i en rekke retter og som kan brukes i flere anledninger. Overskudd etter et frokostseminar kan for eksempel komme godt med i lunsjen.

For å lykkes med dette må alle som jobber i produksjonen være klare over hvorfor man jobber med å redusere matsvinn og hva som er forskjellen på matavfall og matsvinn.

Matsvinn omfatter alle nyttbare deler av mat produsert for mennesker, men som enten kastes eller tas ut av matkjeden til andre formål enn menneskeføde, fra tidspunktet når dyr og planter er slaktet eller høstet.

MENGDER

Det er ingen grunn til at tiltak som skal redusere matsvinn skal gå utover matgleden. Tvert om. Ved å gå i tettere dialog med gjestene om hva de egentlig har lyst på og tror at de kommer til å spise, øker opplevelsen av service og tilfredsheten hos den enkelte gjest. Har de for eksempel egentlig lyst på poteter eller brød til varmmaten, eller havner det på tallerkenen av gammel vane?

Under en buffet lønner det seg å fylle på hyppig heller enn mye. Har man mulighet til å sette opp betjente stasjoner for, for eksempel kjøtt, ost eller brød vil man både unngå sløsing og den personlige servicen gir fornøyde gjester. Mange har opplevd at tallerkener og skåler i litt mindre størrelser tilrettelegger for at gjestene heller forsyner seg flere ganger, enn å forsyne seg med mer enn de kommer til å spise opp.

MOTIVASJON

Både for de som jobber med maten hver dag og for gjesten, er det viktig å vite hvorfor endringer implementeres. Det er med på å skape interesse og litt bedre samvittighet. Ikke vær redd for å profilere bedriftens mål om reduksjon av matsvinn og ikke minst: Hvordan dette gjennomføres. Kommuniser de positive konsekvensene av gjestens handlinger.

OVERSKUDDSMAT

Både ansatte, og andre gjester i kantina, setter pris på et tilbud om å få overskuddsmat fra buffeter, møter og konferanser til redusert pris. Et annet tips kan være å tilrettelegge for at det blir enkelt å ta med seg mat hjem. "Ta med hjem"-posere, for den som ønsker det, har vist seg å både bygge en kultur for raushet og for reduksjon av matsvinn. NB: Husk at også restemat må allergimerkes.

Over 1500 bedrifter har allerede benyttet seg av Too Good To Go. Dette er en app som etablerer kontakt mellom bedrifter som har god mat igjen ved arbeidssdagens slutt og privatpersoner som har lyst til å kjøpe den til en redusert pris. Slik får man omsatt mer av maten heller enn å måtte kaste den.

« Mange har opplevd at tallerkener og skåler i litt mindre størrelser tilrettelegger for at gjestene heller forsyner seg flere ganger, enn å forsyne seg med mer enn de kommer til å spise opp. »

HVA GJØR DU FOR Å REDUSERE MATSVINN?

Fortell oss om det! Tips kan sendes til hanne.vestol@tine.no



GLEDE I GLASS

Med naturlige drikke og yoghurt fra TINE som utgangspunkt kan man tilberede uendelig med små mellommåltider og forfriskninger som passer like godt å servere til gjester, til de som er på farten eller som kveldskos på avdelingen.



MANGO- OG APPELSIN-SMOOTHIE MED CHIAFRØ

10 porsjoner

- 1 ½ dl chiafrø
- 7 ½ dl Biola® syrnnet lettmelk Naturell
- 5 stk mangoer
- 2 ½ stk bananer
- 1 ½ l Sunniva® Original Appelsin med fruktkjøtt
- 5 ss limejuice

Bløtlegg chiafrø ved å blande med Biola® og la stå kaldt over natten. Del mango og banan i biter. Kjør mango, banan og chia- og biola-blandingen med appelsinjuice og limejuice i en blender til en jevn blanding. Server.

SMOOTHIEBOWL MED BLÅBÆR

10 porsjoner

- 1 ½ l lettkokte havregryn
- 2 l Tinemelk® Lettmelk 1 % fett
- 5 dl TINE Yoghurt Naturell
- 500 g frosne blåbær

Topping

- 3 dl friske blåbær
- 3 dl granola

Kok opp havregryn og melk i en liten kjele og la småkoke i 3 minutter under omrøring. Ha grøten i en kjøkkenmaskin med knivblad sammen med yoghurt og blåbær, og kjør til en glatt smoothie.

Fordel i skåler og pynt med blåbær og granola.



TIPS:

Bruk opp brune bananer! Skrell, del opp og frys brune bananer – da har du alltid nok til smoothies og shakes.





Alle produktene i E+® serien er en kilde til proteiner. Som en del av et variert og balansert kosthold og sunn livsstil bidrar proteiner til å bygge og bevare muskelmasse.

FRISTENDE PÅFYLL MED E+®

Mat til de som spiser lite

Når appetitten er redusert er det ofte lite man har lyst på og det er viktig å ha mye å spille på! E+® er en serie mat og drikke med smakfulle og enkle mellommåltider fra TINE. Produktserien er tilpasset behovene til de som har liten appetitt, og som kan ha nytte av å få opp matinntaket.

E+® fås som drikke, dessert og suppe – man kan velge mellom smaker som kan friste! Server produktene som de er eller bruk dem som utgangspunkt for mer forseggjorte mellommåltider og desserter. Mange gode retter kan enkelt trylles frem med E+® som base.



Tallenes tale om matsvinn

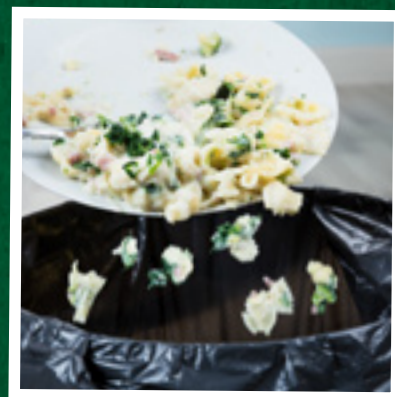
Nordmenn kaster årlig 385 000 tonn mat.

Det tilsvarer 21,9 milliarder kroner.

40 % av matsvinnet er fra produksjon- og bedriftsleddene.

Maten vi kaster tilsvarer 2 % av det nasjonale CO₂ utslippet.

På verdensbasis kastes 1/3 av all maten som produseres.



Den gode nyheten er at matsvinnet i Norge har blitt redusert med 27 % siden 2010.

TEMA: MELK

MER ENN *bare godt*



Helsedirektoratet anbefaler et daglig inntak av minst tre enheter med magre meieriprodukter. Vet du hvorfor?

En del av et balansert kosthold

I tillegg til de magre meieriproduktene består et variert kosthold av mye grønnsaker, frukt og bær, grove kornprodukter og fisk. Det er viktig å begrense mengden bearbeidet kjøtt, rødt kjøtt, salt og sukker. Fysisk aktivitet er også viktig. Melk og meieriprodukter anses som en naturlig del av et sunt kosthold og reduserer risikoen for å utvikle blant annet tykktarmkreft og type 2 diabetes.

God effekt også på lang sikt

Melk og meieriprodukter er en viktig kilde til protein, jod, kalsium, Vitamin B2 (riboflavin) og B12 (kobalamin).

Mer enn 60 prosent av inntaket av kalsium og jod i kosten kommer fra melk og meieriprodukter.

Kumelk, yoghurt og brunost inneholder bra med jod, mens det er lite i gulost. Gravide og ammende bør innta 6 dl melk/yoghurt per dag og spise hvit fisk regelmessig, for å få nok jod. De som ikke spiser hvit fisk regelmessig bør opp i 8 dl melk/yoghurt per dag. Gravide og ammende som spiser lite meieriprodukter og hvit fisk, bør ta tilskudd av jod.

Et kosthold med et tilstrekkelig inntak av både vitamin D og kalsium reduserer risiko for brudd grunnet beinskjørhet etter fylte 50–60 år.





En porsjon kan være:

- Et glass melk eller syrnet melk (2 dl)
- Et lite beger yoghurt (ca. 125 g)
- En porsjon cottage cheese, kvarg, skyr eller lignende (ca. 100 g)
- En porsjon frokostblanding med melk eller naturell yoghurt
- En porsjon havregrøt med melk
- En brødslice med to skiver lettost (20 g ost)

For å dekke behovet for jod bør minst to av tre porsjoner være melk, syrnet melk eller yoghurt. Velg meieriprodukter med lite fett, salt og lite tilsatt sukker. Begrens bruken av meieriprodukter med mye mettet fett. Velg fortrinnsvis meieriprodukter merket med Nøkkelhullet.

Kilde: helsenorge.no



TRYLL I OVNEN

Når man plasserer råvarer sammen i en form i ovnen blir de, med minimal innblanding og litt hjelp fra TINE, til smaksrike retter. Det er nesten noe magisk over det hele.



PAI MED SALATOST

12 porsjoner

- 540 g KYBOS salatost
- 1 ½ stk rød paprika
- 1 ½ stk gul paprika
- 3 stk rødløk
- 600 g squash
- 1 ½ dl olivenolje
- 6 ss hakket frisk timian
- 9 stk egg
- 4 ½ dl TINE Crème Fraîche Original
- 1 ½ dl TINE Matfløte
- 1 ts salt

Paibunn

- 1,2 l hvetemel
- 300 g TINE Meierismør
- 7 ½ ss vann

Smuldre smør og mel sammen til paibunnen og tilsett vann. Arbeid deigen raskt sammen. Pakk i plast og la ligge i kjøleskapet i ca. 30 minutter. Sett ovnen på 200 °C og kle en form med paideigen. Prikk bunnen med gaffel og forstek den, ca. 10 minutter. Del paprika og squash i terninger og hakk løk. Fres mykt i oljen, ca. 4 minutter. Fordel grønnsakene utover paibunnen og strø over salatost, oliven og timian. Visp sammen egg, Crème Fraîche, litt salt og fløte og hell over. Stek paien i ca. 40 minutter. Server gjerne med spekemat og en frisk salat.

KYLLING MED URTER

12 porsjoner

- 1 ½ dl TINE Meierismør
- 3 ts salt
- 1 ½ ts pepper
- 1 ½ ts provencekrydder
- 1 ½ dl friske, hakkede urter
- 12 stk kyllingfileter
- 3 stk squash
- 24 stk cherrytomater
- 6 dl TINE Crème Fraîche Original

Sett stekeovnen på 210 °C. Smelt smør og bland inn salt, pepper, provencekrydder og litt hakkede urter. Pensle filetene med urtesmøret og brun dem i en stekepanne, gjerne grillpanne, i 2-3 minutter på hver side.

Kutt squash i passe store biter (ca. 2 x 2 cm) og legg sammen med fileter og cherrytomater i formen og sett i ovnen. Ta formen ut etter 4-5 minutter, ha på Crème Fraîche og resten av de hakkede urtene. Sett tilbake i ovnen og stek i nye 5 minutter. Server gjerne med ris og salat til.





Resteposer reduserer matsvinn

Gi gjester og besøkende muligheten til å ta med seg litt niste videre i dagen. Møter, seminarer og andre sammenhenger hvor det er vanskelig å beregne antall gjester og matlysten deres, er en utfordring når det kommer til matsvinn. Ved å tilby papirposer eller matpapir til å ta med seg litt av det som er til overs, vil mer av maten komme til nytte i løpet av dagen.



VEGETARLASAGNE MED SPINAT OG SOPP

12 porsjoner

- 1 ½ stk løk, finhakket
- 9 dl aromasopp, hakket
- 6 ss TINE Meierismør
- 3 l frisk spinat
- 3 stk hvitløksfedd
- 1 ½ ts salt
- 1 ts pepper
- 24 stk lasagneplater

Tomatsaus:

- 3 stk løk, hakket
- 6 stk hvitløksfedd, finhakket
- 6 stk gulrøtter, revet
- 1 ½ stk squash, revet
- 6 ss TINE Meierismør
- 6 ss tomatpuré
- 6 bokser hermetiske tomater
- 3 stk laurbærblader
- 6 kvister frisk timian
- 1 ½ ts salt
- 1 ts pepper

Ostesaus:

- 9 dl TINE Crème Fraîche Original
- 6 dl ricotta
- ½ ts malt muskat
- 1,2 l TINE Revet Ost Original

Sett ovnen på 200 °C.

Tomatsaus: Fres grønnsakene blanke i litt smør, i en gryte. Tilsett tomatpuré, og fres 2 minutter til. Ha i hermetiske tomater, krydder og urter, og la småkoke uten lokk på middels varme i ca 20 minutter. Fjern laurbærbladet.

Ostesaus: Bland sammen Crème Fraîche, ricotta, muskat og revet ost. Fres løk og sopp i smør på middels høy varme, i ca. 5 minutter. Tilsett spinat og hvitløk, og fres til spinaten faller sammen og er myk. Krydre med salt og pepper. Smør en form med smør og legg et tynt lag tomatsaus i bunnen. Legg så lasagneplater, spinat- og soppblanding, tomatsaus og ostesaus lagvis. Gjenta, og avslutt med ost på toppen. Server med salat, brød og smør.





LEGG HJERTET I DET

Hva med å få vafler fast inn på ukentlig meny? De varme hjertene som vi kjenner best som ydmyk kaffekos, har potensial for både store og små anledninger. Husk vaffeldagen 25. mars!



GLUTENFRIE VAFLER

Gir ca 15 plater

6 stk	egg
2 dl	sukker
200 g	smeltet TINE Meierismør
4 dl	Tinemelk® Lettmelk 1 % fett
2 ts	bakepulver
2 ts	vaniljesukker
2 ts	kardemomme
4 dl	maizena

Pisk sammen egg og sukker. Smelt smøret og bland med melk før det has i blandingen. Bland så de tørre ingrediensene og rør til du får en glatt og fin vaffelrøre. Vaffelrøren skal stå og svulle i ca 15 minutter før du steker vafleene i et vaffeljern. Server nystekte, gjerne med krem og bær.

SJOKOLADEVAFLER

Gir ca 15 plater

100 g	TINE Meierismør
4 stk	egg
8 dl	Tinemelk® Helmelk 3,5 % fett
5 dl	hvetemel
1 dl	kakao
4 ts	bakepulver
2 ts	vaniljesukker
6 ss	sukker
1 ts	salt

Smelt smør. Visp egg og tilsett melk. Bland hvetemel, kakao, bakepulver, vaniljesukker, sukker og salt sammen. Rør inn egg- og melkeblandingen sammen med det smeltede smøret. La vaffelrøren svulle i minst 15 minutter før steking. Server vafleene nystekte, prøv for eksempel is, vispet kremfløte eller vaniljekesam og friske bær til.



VAFFELFEST I FARTA!

Vaffel er en godbit som er lett å ta med videre. Take-away vaffel kan serveres med både salt og søtt på toppen. Frist for eksempel med noen av disse variantene:

Norvegia® og skinke



Cottage Cheese og bær



Spekeskinke og Kesam® med paprika



Rørte bær og brunost



HUSK KREMFLØTE

til kremdagene som kommer!

Morsdag	09. februar
Valentines day	14. februar
Fastelavn	23. februar
Kvinnedagen	08. mars
Vaffeldagen	25. mars



Samarbeid for bærekraftig matglede

TINE Partner
513 71 513
kundeservice@tine.no
Åpningstid: Man - Fre
07.00 - 18.00
www.tinehandel.no



TINE PARTNER-SKOLEN

TILBYR ULIKE KURS I STORE DELER AV LANDET!

Som kunde hos oss, har du
automatisk tilgang. For mer
informasjon og påmelding se

tinehandel.no

