



anamma

Veganskt, såklart!

MER VEGO

EN NY KING I STAN
VEGOBURGAREN
godare än någonsin

VEGETARISK
HUSMAN

9 *trendiga
vegetariska
recept*

LUNCH • FASTFOOD • HOTELL

A glass of green juice, a burger with pickled onions, and a green leafy branch.

ANAMMA GER FLER VEGO ALTERNATIV

Den vegetariska trenden är här för att stanna! Att äta grönt är för många människor ett självklart val - både för miljön, hälsan och djuren. En grön och sund livsstil är viktig inte bara hemma utan även på jobbet, restaurangen, i skolan och i farten.

Vi på Orkla Foods Sverige är Nordens ledande tillverkare av frysta, vegetariska produkter. Det är viktigt för oss att producera med så litet avtryck på miljön som möjligt och det gör vi bland annat genom att tillaga all vår vegomat i Sverige. Vi jobbar hela tiden för att det ska vara enkelt att servera och äta grönare. Därför fortsätter vi att lansera fler hållbara, gröna nyheter.



Vegoburgare är hetare än någonsin

Vego är fantastiskt

FN, WHO och forskarvärlden står eniga: för både miljöns och hälsans skull bör vi dra ner på vår köttkonsumtion, speciellt vårt intag av rött kött*. Samtidigt vill vi få i oss all den näring kroppen behöver. Vegomat från Anamma gör ett minimalt CO₂-avtryck då den inte innehåller några animaliska råvaror. Näringsmässigt innehåller våra produkter allt protein vi behöver. Proteinerna kommer från den nyttiga sojabönan, och bedöms vara ett av de allra bästa proteinerna för människokroppen*. Våra produkter är enkla att tillaga och i de flesta fall går det utmärkt att ta ett recept och byta ut kött mot någon av våra nyttiga produkter från växtriket.

*Källa: WHO



"En vegoburgare som är så god att den kan göra köttätare till vegetarianer"



Nyhet!

VEGO^{100G} BURGARE

Burgartrenden går bara uppåt. Anamma Vegoburgare 100g möter efterfrågan på fler vegetariska alternativ. Precis som alla produkter från Anamma är även denna både vegansk och glutenfri. Vegoburgaren är smakrik, har en saftig, köttlik konsistens och passar utmärkt att servera på lunchrestaurangen, i gatuköket och även i hotellbaren.

VEGAN - GLUTENFRI

RÄTT SMAK - RIKTIGT GOD

RÄTT STORLEK PÅ BURGAREN

HÖGT PROTEININNEHÅLL

TILLAGAD I SVERIGE



VEGO PÅ HOTELL



Choucrout für zwei

SURKÅL MED SKÅNSK SENAP,
ANAMMA VEGOKORV &
FELIX FÄRSKPOTATIS

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

1,2 kg / 12 kg Anamma® Vegokorv
1,2 kg / 12 kg surkål
300 g / 3 kg Felix® Färskpotatis
100 g / 1 kg Felix® Skånsk senap

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOKORV Stek vegokorven från fryst på medeltemperatur till 70°C inntemperatur.

SURKÅL Värm under lock med lite vitt vin

FÄRSKPOTATIS Koka med smör och salt

TIPS Lägg upp allt på fat med skånsk senap och lite örter. Njut en klassisk tysk anrättning i vegetarisk tappning.

TIPS! För helveganska recept byt majonnäs och ost till veganska alternativ.



Double double cheeze & onions

EN DUBBEL ANAMMA VEGO-
BURGARE MED 2 X OST, SYLTAD
OCH FRITERAD LÖK, SALLAD
OCH POMMES FRITES

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

2 st / 200 st Anamma® Vegoburgare 100 g
10 st / 100 st hamburgerbröd
200 g / 2 kg emmentaler och cheddarost
100 g / 1 kg syltad rödlök
50 g / 500 g schalottenlök, friterad
100 g / 1 kg sallad
200 g / 2 kg majonnäs
1,5 kg / 15 kg Felix® Pommes Criss Cut®

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOBURGARE Stek på medelvärme till 70°C inntemperatur. Lägg på ost. En skiva av varje på hamburgare. Lägg ihop 2 & 2.

LÖK Skiva och sylta rödlöken i 1-2-3 lag. Skiva och fritera schalottenlök.

POMMES Friter i het olja enligt anvisning på förpackningen.

TIPS Servera gärna med Felix® Saltgurka hel vid sidan om.





Lingondricka med nyponros

Äpple och enris

Skånsk senap

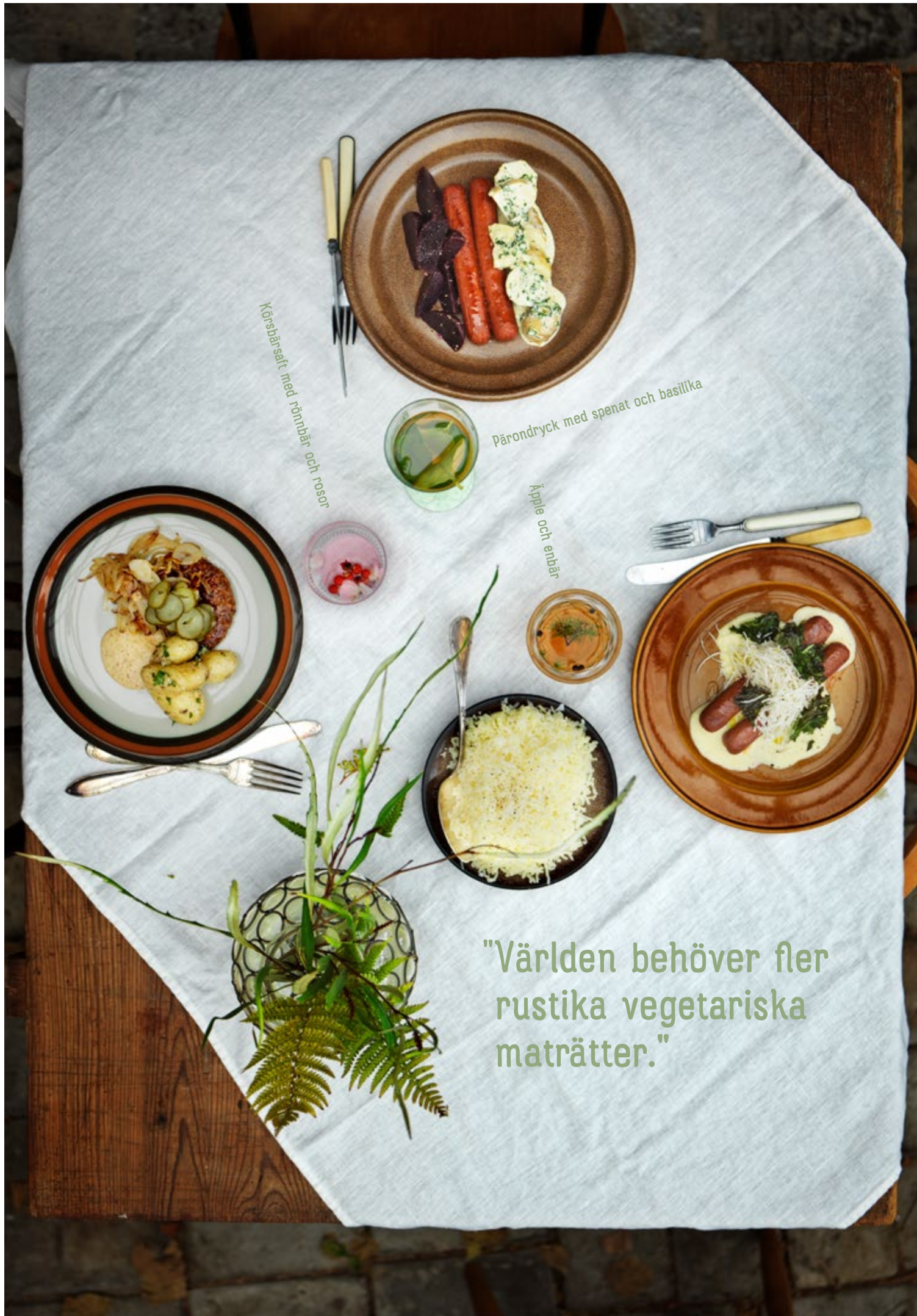
"Pimpa din
servering
och skapa
mervärde"

Kärsbärsaft med rönnbär och rosor

Pärondryck med spenat och basilika

Äpple och enhär

"Världen behöver fler
rustika vegetariska
maträtter."



VEGO PÅ LUNCHEN



Grön pannbiff med sockerglaserad lök, senapscrème & kokt potatis

VILL MAN ÄTA PANNBIFF MED LÖK MEN VILL SKIPPA KÖTTET. KOLLA HÄR, KLOCKRENT! GOTT MED SÖT LÖK, KRAFTIG OCH KRÄMIG SKÅNSK SENAPSCRÈME OCH LITE KOKT POTATIS.

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

10 st / 100 st Anamma® Vegoburgare
1 kg / 10 kg gul lök
1 l / 10 l grädde
100 g / 1 kg Felix® Skånsk Senap
1,5 kg / 15 kg potatis

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOBURGARE Stek från fryst på medelvärme till 70°C innertemperatur.

SÅS Koka ner grädden till en tredjedel. Smaksätt med senap, salt och peppar. Addera en klick smör.

LÖK Skiva löken tunt. Stek på medelvärme tills den är mjuk. Hög värmen, tillsätt socker och låt karamelliseras.

POTATIS Tvätta och koka med salt och smör.

TIPS Servera gärna med Krögarklass® Skivad Smörgåsgurka eller varför inte lite rårörda lingon.



Vegokorv med pepparrot, crème double & pressad potatis

EN KLASSIK "TAKE" PÅ KOKT FLÄSKKORV MED PEPPARROTSSÅS. EN LYSANDE OCH PERFEKT FÖRVANDLING TILL VEGO.

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

1,2 kg / 12 kg Anamma® Vegokorv
1 l / 10 l grädde
100 g / 1 kg pepparrot
1 kg / 10 kg potatis, skalad

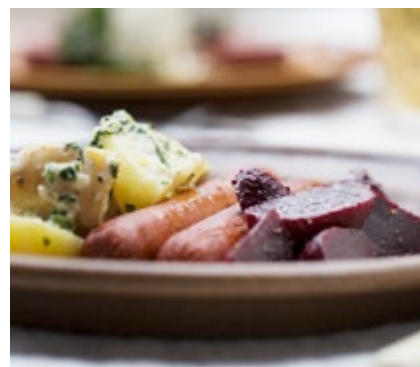
TILLAGNINGSANVISNING

VEGOKORV Stek på medelvärme i olja till 70°C innertemperatur.

SÅS Koka grädden på låg temperatur till en tredjedel. Salta, peppra och addera i lite smör.

POTATIS Koka med rikligt med salt och en klick smör.

TIPS Vänta in i det sista med att riva pepparroten och att pressa potatisen. Slå gärna lite brynt smör över den pressade potatisen. **BÄSTA TIPSET;** snåla inte med pepparroten.



Gröna "sterband" med glacerade rödbetor & ört-stuvad potatis

ETT GRÖNT SÄTT ATT NJUTA EN SMÅLÄNSK KLASSIKER. PROVA, DET FUNKAR PERFEKT!

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

1,2 kg / 12 kg Anamma® Vegokorv
800 g / 8 kg Felix® Klyftade Rödbetor
1 l / 10 l grädde
50 g / 500 g blandade färskor örter
1,2 kg / 12 kg potatis

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOKORV Stek korvarna på medelvärme i olja till 70°C innertemperatur.

POTATIS Skala, dela och koka potatisen.

SÅS Koka ner grädde till en tredjedel. Salta, peppra och vänd i örterna och den nykokta och avångade potatisen.

RÖDBETOR Låt gå i stekpanna på medeltemperatur tills de blir mjuka, men med "bite" kvar. Vänd i en klick smör på slutet. Salta och peppra.

TIPS Piffa till anrättningen med Krögarklass® Saltgurka. Det går att byta de glacerade rödbetorna mot inlagda Krögarklass® Hela Rödbetor.

TIPS! För helveganska recept byt grädde till veganskt alternativ.



VEGO SOM FASTFOOD



Vegokorv med vitlöksdressing och syltad lök

FÖRSVINNANDE GOTT GRÖNT

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

10 st / 100 st Anamma® Vegokorv
10 g / 100 g Bähncke Vitlöksdressing
10 st / 100 st korvbröd
100 g / 1 kg syltad lök

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOKORV Stek på medelvärme i olja till 70°C inntemperatur.

TIPS Värm bröden. Lägg upp och njut.

TIPS! För helveganska recept byt dressing och ost till veganska alternativ.



Vegokorv med surkål, skånsk senap & torkad kål

EN GRÖN SKÅNSK NYC KLASSIKER

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

10 st / 100 st Anamma® Vegokorv
10 st / 100 st korvbröd
100 g / 1 kg surkål
50 g / 500 g Felix® Skånsk Senap
50 g / 500 g grönkål

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOKORV Stek korvarna på medelvärme i olja till 70°C inntemperatur.

GRÖNKÅL Plocka kålen fri från stam. Gnid in med olja och torka i ugn, 150°C i 15 min.

TIPS Värm brödet. Lägg upp och njut.



Vegoburgare & raw fries

EN GRÖN KLASSISKE

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

10 st / 100 st Anamma® Vegoburgare 100 g
10 st / 100 st hamburgerbröd
100 g / 1 kg tomat
100 g / 1 kg ost
100 g / 1 kg sallad
Bähncke Hamburger dressing

TILLAGNINGSANVISNING

VEGOBURGARE Stek från fryst på medelvärme i olja till 70°C inntemperatur.

TIPS Lägg hamburgaren och servera med raw fries. Se separat recept.

Använd mer grönkål!

Felix ketchup och hemmagjord senapsmajonäs

Raw fries med rub

Raw fries

FÖRSVINNANDE GOTT GRÖNT

ANTAL PERSONER 10 / 100

INGREDIENSER

800 g / 8 kg morötter

10 g / 100 g valfria torkade kryddor

TILLAGNINGSANVISNING

RUB Gör en torr kryddblandning på dina favoritkryddor. Prova dig fram till du skapat en favorit. Blandningen kan innehålla t ex rostade fänkålsfrön, koriander, anis, sesamfrön, svartpeppar och timjan.

MORÖTTER Skala och skär i stavar. Rulla/gnid in morötterna i kryddblandningen.

TIPS Servera gärna med en god dippa.

Raw Fries går utmärkt att göra även med andra grönsaker t ex rättika och paprika.

Vårt veganska sortiment



43477 Vegobullar
3 kg ca 300 st à 10 g
 Menigo: 407457
 Martin & Servera: 509943
 Svensk Cater: 43477
 Mårskog & Lindqvist: 43477



Vatten, **sojaprotein**, rapsoolja, lök, äppel-extrakt, stabiliseringsmedel (metyl-cellulosa), salt, naturliga aromer, kryddor.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	652
Energi, kcal	156
Fett, g	9,5
varav mättat	0,7
Kolhydrat	1,8
varav sockerarter, g	0,7
Protein, g	14
Salt, g	1,0

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 10-14 min. Kan även stekas.



46477 Eko Falafel
3 kg ca 177 st à 17 g
 Menigo: 408227
 Martin & Servera: 338426
 Svensk Cater: 46477
 Mårskog & Lindqvist: 46477



Kikärter (80%), rapsoolja, persilja, lök, potatismjöl, salt, bakpulver (natrium-bikarbonat), vitlök, kryddor (bl.a. spiskummin, koriander, kanel).

* Ekologisk ingrediens

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	1187
Energi, kcal	284
Fett, g	11
varav mättat	0,9
Kolhydrat	32
varav sockerarter, g	5,3
Protein, g	9,6
Salt, g	1,2

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 12-15 min. lägg inte mer än ett lager per plåt. Kan även stekas.



14577 Vegofärs
3 kg
 Menigo: 408543
 Martin & Servera: 449629
 Svensk Cater: 14577
 Mårskog & Lindqvist: 14577



Sojaprotein, rapsoolja, lök, äppelextrakt, salt (1,0%), kryddor, naturlig arom.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	741
Energi, kcal	177
Fett, g	9,4
varav mättat	0,7
Kolhydrat	3,7
varav sockerarter, g	0,6
Protein, g	17
Salt, g	1,0

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 12-15 min. Kan även stekas.



45577 Eko Vegofärs
3 kg
 Menigo: 408542
 Martin & Servera: 449645
 Svensk Cater: 45577
 Mårskog & Lindqvist: 45577



Sojaprotein, rapsoolja, salt (0,84%), naturlig arom, karamelliserat socker, kryddor.

* Ekologisk ingrediens

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	718
Energi, kcal	172
Fett, g	9,2
varav mättat	0,9
Kolhydrat	5,7
varav sockerarter, g	3
Protein, g	14
Salt, g	0,84

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 12-15 min. Kan även stekas.



47577 Pulled Vego
3 kg
 Menigo: 408728
 Martin & Servera: 548743
 Svensk Cater: 47577
 Mårskog & Lindqvist: 47577



Sojaprotein, rapsoolja, kryddor (bl.a. paprikapulver, spiskummin), farinsocker, äppelextrakt, salt, lök, vitlök, naturlig arom, kryddextrakt.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	549
Energi, kcal	131
Fett, g	4,1
varav mättat	0,4
Kolhydrat	8,1
varav sockerarter, g	4,1
Protein, g	13
Salt, g	1,0

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Fördela produkten på ett bleck och ringla över lite neutral olja. Förvärm ugnen. Hettluft: 175°C: 12-15 min. Kan även stekas.

NYHET!



60477 Vegoburgare 100 g
3 kg ca 30 st à 100 g
 Menigo: 409092
 Martin & Servera: 428110
 Svensk Cater: 60477
 Mårskog & Lindqvist: 60477



Vatten, **sojaprotein**, rapsoolja, lök, kryddor (bl.a. paprika), salt, vitlök, tomat, ärtfiber, ärtstärkelse, naturliga aromer, karamelliserat socker, stabiliseringsmedel (metylcellulosa).

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	770
Energi, kcal	184
Fett, g	12
varav mättat	1
Kolhydrat	3,4
varav sockerarter, g	1,6
Protein, g	14
Salt, g	1,2

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 12-14 min. Fritös: 165°C: 3-4 min. Kan även stekas.



42477 Vegoburgare
3 kg ca 50 st à 60 g
 Menigo: 407455
 Martin & Servera: 509885
 Svensk Cater: 42477
 Mårskog & Lindqvist: 42477



Vatten, **sojaprotein**, rapsoolja, lök, äppel-extrakt, stabiliseringsmedel (metyl-cellulosa), salt, naturliga aromer, kryddor.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	663
Energi, kcal	158
Fett, g	9,4
varav mättat	0,7
Kolhydrat	2,7
varav sockerarter, g	0,5
Protein, g	14
Salt, g	1,0

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 10-14 min. Kan även stekas.



34577 Vegobitar
3 kg ca 1300 st à 2,3 g
 Menigo: 408623
 Martin & Servera: 449413
 Svensk Cater: 60951
 Mårskog & Lindqvist: 34577



Sojaprotein, vitlök, salt(1,0%), naturlig arom, kryddor.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	450
Energi, kcal	108
Fett, g	0,3
varav mättat	0
Kolhydrat	5,5
varav sockerarter, g	2,0
Protein, g	17
Salt, g	1,0

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 160°C, 20% ånga: 10-14 min. Kan även stekas.



44477 Vegokorv
3 kg ca 50 st à 60 g
 Menigo: 407454
 Martin & Servera: 509869
 Svensk Cater: 44477
 Mårskog & Lindqvist: 44477



Vatten, **sojaprotein**, rapsoolja, lök, kryddor (bl.a. paprika, koriander), salt, majstärkelse, vitlök, tomat, äppelextrakt, ärtfiber, ärtstärkelse, naturliga aromer, rökarom, stabiliseringsmedel (metylcellulosa), färgämne (järnoxid).

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	743
Energi, kcal	178
Fett, g	11
varav mättat	0,9
Kolhydrat	4,3
varav sockerarter, g	1,7
Protein, g	13
Salt, g	1,5

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 150°C, ingen ånga: 12-15 min. Kan även stekas.



51477 Vegoprins
3 kg ca 150 st à 20 g
 Menigo: 408735
 Martin & Servera: 588859
 Svensk Cater: 51477
 Mårskog & Lindqvist: 51477



Vatten, **sojaprotein**, rapsoolja, lök, kryddor (bl.a. paprika, koriander), salt, majstärkelse, tomat, vitlök, äppelextrakt, ärtfiber, ärtstärkelse, naturliga aromer, rökarom, stabiliseringsmedel (metylcellulosa), färgämne (järnoxid).

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

Energi, KJ	743
Energi, kcal	178
Fett, g	11,0
varav mättat	0,9
Kolhydrat	4,3
varav sockerarter, g	1,7
Protein, g	13
Salt, g	1,5

TILLAGNING:

Värm alltid från fryst till en centrumtemperatur på 70°C. Förvärm ugnen. Kombiugn: 150°C, ingen ånga: 12-15 min. Kan även stekas.

anamma
 Veganskt, såklart!

Orkla
 Foods Sverige

FoodSolutions • orklafoodsolutions.se