



Smakbox

INSPIRATIONSTIDNING FRÅN SMAKBOX

ORIGINAL



TEMA

BJUDNING

*Sommarens
godaste smaker*

RECEPT & INSPIRATION

Leila Lindholm

ger dig sina **BÄSTA**
bjudningstips

Smakbox



SE DIN UNIKA SMAKLISTA
i mejlet vi skickar när du fått din box.



Innehåll

Utvalda recept

- 6 FRANSK CHOKLADMOUSE** med Lindt på Leila Lindholms vis
- 9 CHEESECAKE** med kondenserad mjölk från Törsleffs
- 19 PIZZABULLAR** med sting från Smakinspiratör Sanna Hederstedts Gotländska kök

Smakinspiration

- 4 LEILA LINDHOLM** bjuder på sina bästa bjudningstips!
- 8 FÖLJ MED IN** i äppelundarna i sommar med Kiviks Musteri
- 24 INSPIRATION** - Inspireras av den digitala matvärlden, följ med in under #smakbox

Smaknytt

- 23** Mer inspiration med kylda och frysta smaker!
- 27** Smakbox - Årets Box för 3:e året i rad

Smakhjältar i ORIGINAL!



Smakbox AB
GUSTAV III:S BOULEVARD 34, 169 73 SOLNA
kontakt@smakbox.se | 08 - 120 223 80
Vardagar 8-12 och 13-17 | www.smakbox.se

Bjudning

Sommaren är här! Visst ser vi fram emot att lägga på en nystruken duk, göra det lilla extra och välkomna till BJUDNING!

Med sommar och semestertid finns ofta lite extra tid att ägna åt mat, smaker och festligheter. Kan man dessutom duka upp i trädgården eller på picknick-filten känns det extra härligt. Många produkter i boxen passar kalaset, picknicken eller strandutflykten.

Leila Lindholm, alla bjudningars drottning, har den här gången tagit emot Smakbox och dukar upp i sin trädgård i Mariefred. Hon delar sina bästa bjudningstips för att skapa extra kalasstämning. Hon har även tagit fram recept till två favoritprodukter. Läs mer på sid. 4.

Du som varit med i 3 boxar eller fler får denna gång en bonusprodukt. Vilken det är förstår du av det lilla bonus-klistermärket på flaskan. Hoppas du gillar den!

Nu i juni gör Smakbox något helt unikt: premiärutskick av Smakbox Kylt & Fryst tillägg! Hoppas du som tar emot det gillar det du får. Vill du läsa mer hittar du info på sid. 23.

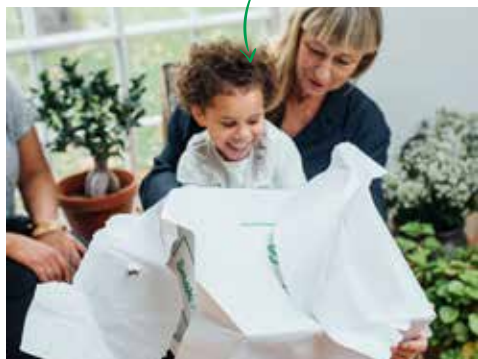
Nu önskar vi dig en riktigt härlig BJUDNING!

Varma hälsningar, Vi på Smakbox



Bjudningens tid är här!

Perfekta sommarpresenten!



Ge bort Smakbox!

Smakbox är den perfekta presenten till den som gillar mat och att prova nya produkter. Välj själv hur många boxar i följd du vill ge bort: 1 upp till 6 st (helårsprenumeration).

Skicka boxen direkt hem till den som ska få den. Eller skicka till dig själv och ge bort den personligen. På smakbox.se finns fina presentkort att ge eller mejla på högtidsdagen.

Ge bort på smakbox.se/ge-bort-smakbox



Berätta vad du tycker!

Ca 3 veckor efter att du fått din Smakbox får du en recension via mejl. Där kan du berätta vad du tycker om produkterna du smakat. Fyller du i den får både vi och våra samarbetspartners feedback, vilket är avgörande för att göra Smakbox ännu bättre.

I väntan på recensionen, dela ut dina stjärnor i tidningen vid varje produkt.

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



Tipsa om Smakbox!

Har du matintresserade vänner? Du som är prenumerant kan dela med dig av din unika rabattkod. Du ger då bort 10% rabatt på första boxen. Dessutom får du själv 20 kr lägre pris på din nästa box för varje ny prenumerant som provar Smakbox.

Din unika rabattkod hittar du på Mina sidor på smakbox.se eller i mejlet du fick när du startade din prenumeration.

Innehållet i Smakbox varierar bl.a. beroende på vilken Smakinriktning du valt. Symbolen vid varje produkt förklarar i vilken Smakinriktning den finns med. I din unika Smaklista, som du får via mejl när du hämtat din box, ser du exakt vilka produkter som ska finnas i just din box. Du kan när som helst byta till en annan Smakinriktning på Mina Sidor på smakbox.se, läs mer på sidan 27.

O

ORIGINAL

Vår originalbox med en bra mix av smaker till vardag och fest.

B

BALANS

Vegetarisk box med större andel produkter utan tillsatt socker.

M

MÅLTID

Innehåller större andel produkter för måltid och matlagning.

N

NYFIKEN

En box med större andel oväntade smaker och produktnyheter.

”

Mat ska tilltala alla våra sinnen. Den ska vara vacker att se på men okomplicerad att laga. Det är de spännande smakkombinationerna som är upplevelsen men man ska inte underskatta intrycken runt omkring. Som hur den serveras, vart den serveras, doften, och miljön man befinner sig i.

- LEILA LINDHOLM



Alla bjudningars drottning

Leila Lindholm

bjuder på sina bästa bjudningstips

Leila Lindholm är kocken, författaren, programledaren och entreprenören som inspirerat hela svenska folket med sin matlagning och bakning i TV-rutan. Nu har hon tagit emot Smakbox och dukar upp i sin trädgård i Mariefred och delar sina bästa bjudningstips för att skapa extra kalasstämning.

FÖR DE SOM INTE KÄNNER TILL DIG, VEM ÄR DU?

- Jag är nog mest känd som kock, författare och programledare. Jag har spelat in ett antal egna matlagnings och bakprogram för TV4 genom åren. Jag har även varit programledare för När och fjärran och deltagit i Kockarnas Kamp. 2011 grundade jag Leila's General Store där jag driver ett antal butiker och har en växande återförsäljarverksamhet.

HUR BÖRjade DIN RESA MED MAT?

- Jag började min resa med ett stort matlagningsintresse redan som barn. Jag gick på restaurangskola och när jag sedan kom ut i arbetslivet jobbade jag på restauranger som Ulla Winbladh, Nils-Emils, Operakällaren, Fredsgatan och Aquavit i NYC. När jag vann utmärkelsen Årets Kvinnliga Kock tog karriären inom media och TV fart och jag fick chansen att göra min första kokbok. Idag driver jag bokförlaget Walter and Books där jag ger ut mina böcker.

HUR FINNER DU INSPIRATIONEN TILL NYA SMAKER?

- Genom vänner, resor och upplevelser! Jag älskar att prata mat och är alltid nyfiken på andras matupplevelser, traditioner och recept.

VAD ÄR DET DU GILLAR MED SMAKBOX?

- Det är ett kul sätt att upptäcka nya produkter på som man kanske inte hade hittat annars.

VAD ÄR DINA BÄSTA BJUDNINGSTIPS?

- Mitt bästa bjudningstips är satsa på att laga mat som du gjort förut och känner dig bekväm med. Att ge sig på något helt nytt när man ska ha gäster tycker jag man lätt kan bli stressad över. Bättre att bjuda på din paradrätt så att du kan känna lugnet och njuta av att träffa dina gäster istället! Helt ångestfritt och härligt. Att inte lägga ribban för högt utan satsa på något enklare är ofta trevligast för både kocken och gästerna.



Fransk chokladmousse med Pink Grapefruit



En riktig klassiker till efterrätt, som alla älskar. Här gör jag den med Lindts nya mörka choklad med rosa grapefruit som ger en härlig citrustouch på moussen. På sätt och vis påminner smakkombon lite om romerska bågar. Den är busenkel att göra och den perfekta desserten att bjuda på som "Grand Finale". Detta recept på fransk chokladmousse har jag lärt mig i Paris hos min franska vän Nicolas. Han i sin tur har ätit den sedan barnsben och lärt sig göra chokladmousse av sin farmor.
/ Leila Lindholm

4 PORTIONER

INGREDIENSER

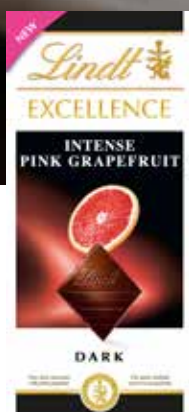
200 g Lindt Excellence Intense Pink Grapefruit
2 msk mjölk
1 dl strösocker
6 ägg
1,5 dl crème fraiche
lättvispad grädde till servering

GÖR SÅ HÄR

Separera äggen (noggrant så att ingen gula kommer i vitan). Smält chokladen i ett vattenbad, tillsätt mjölken och hälften av strösockret. Ta av från värmen.

Vispa vitorna till ett hårt skum/maräng tillsammans med resterande strösocker. Vispa ner en äggula i taget i chokladen och vänd sedan ner crème fraiche. Vänd ner den vispade äggvitan.

Häll direkt upp i serveringsglas alt. ställ in skålen i kylan i cirka 2-3 timmar (så att du sedan kan skeda upp ägg) så att moussen får stelna till innan servering.



EXCELLENCE INTENSE PINK GRAPEFRUIT / LINDT

Nyhet från Lindt! Lindt Excellence chokladmästare har tagit fram en unik produkt av finaste mörk choklad med smak av rosa grapefrukt. Bitar av solmogen rosa grapefrukt omsluts av finaste mörk choklad. Perfekt till vårens- och sommarens godaste grilldesserter eller att äta som den är.

Ca pris 27 kr | #lindtexcellence #lindtsverige #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA

Grillade kycklingtacos med Pico di Gallo och yoghurtaioli



Tacos har alltid varit en favorit och det finns så många olika sätt att göra det på. Att grilla kött eller kyckling till är oslagbart! / Leila Lindholm

4 PORTIONER

INGREDIENSER

500 g kycklinglårfläsk
0,5 dl Caj P Ekologisk Grillolja Original
2 vitlöksklyftor
2 msk ketchup
1 msk honung
1 msk sesamolja
0,5 dl hackad färsk persilja
8–12 små vetetortillas
goda röror

GÖR SÅ HÄR

Marinera kycklingen. Den kan grillas direkt men kan med fördel ligga i marinad i ett par timmar eller över natten för att dra åt sig av smakerna.

Gör rörorna till tacosen (se recept till höger).

Grilla kycklingen. Grilla bröden på grill eller i grillpanna och lägg dem i en handduk så de serveras varma. Servera dina tacos med lite bladspenat i botten, sedan Pico di Gallo, skivad grillad kyckling och yoghurtaioli. Toppa gärna med extra koriander och rödlök!

Pico di Gallo

INGREDIENSER

2 askar körsbärstomater på kvist
0,5 limefrukt, saften
2 msk olivolja
0,5 grön jalapeño (färsk)
0,5 vitlöksklyfta
1 kruka koriander
1 liten rödlök
svartpeppar från kvarn
flingsalt

GÖR SÅ HÄR

Tärna tomaterna i små bitar. Blanda i en skål och smaksätt med lite limesaft, honung, olivolja, hackad jalapeño, salt och svartpeppar. Tillsätt en kruka hackad koriander och finhackad rödlök.

Yoghurtaioli med smak av lime

INGREDIENSER

1 dl Hellmans majonnäs
0,5 dl tjock grekisk yoghurt 10%
0,5 vitlöksklyfta
1 lime, rivet skal
svartpeppar från kvarn

GÖR SÅ HÄR

Blanda samma alla ingredienser till yoghurtaiolin.

EKOLOGISK GRILLOLJA EL. MARINAD / CAJ P.

Grillning är Caj P.s passion! Med över 50 års erfarenhet av grilloljor kan de deras grej. Caj P.s Ekologiska Grillolja ger en härlig grillsmak till kött, fågel, fläsk, fisk och grönsaker. Grilloljan har en örtrik smak av bland annat soja, rödvin, och peppar. Den ekologiska allround-marinaden är en smakrik pepprig marinad med soja, koriander och rödvin. Passar till det mesta på grillen! Marinaden med smak av vitlök ger det grillade en klar smak av vitlök med soja, svartpeppar, tomat, oregano och timjan. Passar utmärkt till ljust kött som t.ex. kyckling. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 14 kr resp. 34 kr | #cajp #haugengruppen #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA

Där

Äppelodlingarna möter havet

V arje år besöker mer än 200 000 personer Kiviks Musteri för att smaka, uppleva och lära sig mer om äpplen, must och cider.

Musteriet ligger på en unik plats; på ena sidan Hanöbukten med sina vackra sandstränder, på den andra nationalparken Stenhuvud och på den tredje böljande äppelodlingar. Här har man funnits ända sedan 1888 då de första äppelträden planterades.

I samma anda och med samma passion är det idag fjärde generationen i familjen Åkesson som driver Musteriet vidare och gör olika sorters must, cider, fruktdrycker, lemonader och annat gott.

Det sägs att Kiviks Musteri är smaken av en plats. Hit kan man komma året runt för att äta och dricka gott på restaurang Kärnhuset, fika på Stinas Café eller gå på

ciderprovning. Här finns Äpplets Hus, kunskapshuset för hela familjen där man kan lära sig mer om äpplen, musttillverkning och varför bina är så viktiga.

Varje säsong bjuder på olika upplevelser. Magisk äppelblomning i maj, sommaren som ju alltid är fantastisk på Österlen och så den tidiga hösten då äppelträden dignar av frukt. Åk på en guidad äppelsafari med traktor och vagn genom odlingarna, eller bara strosa runt och njut av de olika äppelträdgårdarna.

Miss inte Musteributiken med sitt unika sortiment av smaker och de mer bekanta klassikerna från Musteriet.

Vänliga hälsningar,
Kiviks Musteri, familjeföretaget som finns att besöka och uppleva på vackra Österlen.

Tørsleffs Cheesecake

1 KAKA

INGREDIENSER

250 g digestivekex
100 g smör
300 g färskost
1 burk Tørsleffs Kondenserad Mjolk
3 ägg, ekologiska
0,5 dl färskpressad citron
3 dl gräddfil
1 msk Tørsleffs Flytande Honung

GÖR SÅ HÄR

Kör digestivekex och smält smör i en mixer till en grymig massa. Tryck ut degen i en form med löstagbara kanter och grädda 5 min i 200°C, låt sedan svalna.

Vispa färskosten fluffig, tillsätt kondenserad mjölk och vispa smeten slät. Tillsätt äggen ett och ett och därefter pressad citron, fortsatt vispa tills smeten är slät. Slå smeten i formen och grädda i ca 30 min i 175°C tills kakan är fast.

Rör samman gräddfil och honung tills det blivit slätt, häll över kakan och grädda ytterligare 5 min.



DULCE DE LECHE EL. KONDENSERAD MJÖLK / TÖRSLEFFS

Tørsleffs Dulce de leche och Kondenserade mjölk passar utmärkt till sommarens desserter. Dulce de leche (även kallad Karamelliserad mjölk) är en färdigkokad kolakräm som är klar att använda. Passar perfekt som fyllning i desserter, bakverk och glass. Sötad kondenserad mjölk används till hemmagjord glass och efterrätter. För att få kolakräm från kondenserad mjölk kokas hela den öppnade burken i 2-3 timmar. Hela burken måste vara helt täckt av vatten under koktiden. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 31 kr | #tørsleffs #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I VISSA



SOLIG CITRUS / LOKA

Nyhet från Loka! Loka Solig Citrus kombinerar en frisk och fräsch citrusmix med en solmogen fruktig twist. Lime fräschar upp och smaken av mandarin, apelsin och solmogen citron gör den lättdrucken. Passar lika bra som törstsläckare som till mat. Loka kommer från hälsokällan i Bergslagen och innehåller varken socker eller sötningsmedel.

Ca pris 16 kr | #lokasoligcitrus #lokanyhet #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



FANTA RASPBERRY ZERO / FANTA

Nyhet från Fanta! Fanta Raspberry Zero är en ny sockerfri Fanta med smak av hallon. En i Sverige helt unik smak – den finns ingen annanstans i världen!

Ca pris 15 kr | #fantaxyou #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA

LINSCHIPS / OLW

OLW Linschips med smak av Sourcream & Onion är räfflade för att ge perfekt krispighet och mycket smak. Men inte nog med det! De innehåller även hela 13% protein och 40% mindre fett än vanliga potatischips. De är dessutom glutenfria, så fler kan njuta av dem. Du får smaka en provförpackning av produkten i Smakbox.

Ca pris 10 kr | #olw #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



FRUKTILURER / HARIBO

Nyhet från Haribo! Fruktilurer är ett nytt, lagom mjukt godis som har det där rätta "tugget" och goda, friska fruktsmaker. Smakerna är noga utvalda favoriter som ger en frisk och äkta fruktkänsla. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 10 kr | #fruktilurer #haribosverige #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA

KNÄCKEBRÖD / FRIGGS

Nyhet från Friggs! Friggs nya knäckebröd har en hög halt av fiber och fullkorn. Lika goda till frukost som på ostbrickan, eller varför inte som praktiskt mellanmål. Finns i tre fina smaker: Knäckebröd Äpple & Kanel som passar utmärkt som ett hälsosammare alternativ till fikan eller som mellanmål. Knäckebröd Havre som har ett högt innehåll av fullkorn och fiber och med en mild god smak, prova dem gärna till frukost, mellanmål eller till ostbrickan! Samt Knäckebröd Råg & Sesam som har ett högt innehåll av fiber och fullkorn och är härligt krispiga och toppade med sesamfrön. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 20 kr | #friggs #friggsknäckebröd #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



Linsfusilli

med brynt ruccolasmör, ångad blomkål och friterad lök

INGREDIENSER

9 dl Kungsörnen Linspasta Fusilli
5 dl matolja/frityrolja
3-5 röda lökar
1 litet blomkålshuvud, gärna lila
1 citron, skal och saft
0,5 dl sötmandel
1 msk pinjenötter
1 msk pumpakärnor
2 tsk sesamfrön
75 g smör
70 g ruccolasallad
3 salladslökar
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

Värm oljan till 175°C. Skiva rödlöken tunt och fritera den gyllene. Lägg löken på papper och salta. Koka pastan enligt anvisning på förpackningen. Ånga små buketter av blomkål i en ångsats eller i ett rostfritt durkslag över en kastrull med kokande vatten i 5 min. Lägg blomkålen på en tallrik, pressa över en halv citron, riv zest från andra citronhalvan. Grovhacka mandlar och rosta i en torr panna. När mandeln börjar få en svag färg, tillsätt resten av fröerna och nöterna. Rosta tills allt har en fin färg.

Smält smöret i en kastrull, vispa sakta när det börjar sjuda. När smöret blir ljusbrunt och har en nötaktig doft är det klart. Häll det över ruccolan i en skål. Häll pastan i ruccolasmöret och tillsätt blomkålen. Toppa pastan med friterad lök, skivad salladslök och nöt- och fröströset.



LINSPASTA FUSILLI / KUNGSÖRNEN

Kungsörnen Linspasta är ett gott alternativ för dig som vill äta lite grönare. Durumvete har blandats med 30% gula linser, vilket gör pastan till en bra källa av protein och fibrer. Smaken är precis lika god som en vanlig pasta, och dessutom ser den ut som vanlig pasta!

Ca pris 27 kr | #kungsörnen #linspasta #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



I VISSA



I VISSA



I VISSA



I VISSA

Grillad laxfilé med grillad pak choi och vispat syrligt smör

4 PORTIONER

INGREDIENSER

4 bitar laxfilé á 160 g

Ponzumarinad:

1 dl Kikkoman Ponzusås
3 msk Mirin
2 msk sesamolja

Syrligt smör:

100 gram smör, rumsvarmt
0,5 lime, saft och rivet skal
1 msk TABASCO® Grön Pepparsås
2 msk citronmeliss, hackad
salt och peppar

Tillbehör:

2 pak choi
1 knippe grön sparris
olivolja
Maldon havssalt
nymalen peppar

GÖR SÅ HÄR

Tänd grillen. Blanda ihop ingredienserna till marinaden. Lägg fisken i marinaden och marinera ca 20 min. Vispa smöret luftigt med elvisp. Vispa ner övriga ingredienser och smaka av med salt och peppar. Lägg upp i en skål.

Ansa och dela pak choi på hälften. Skär bort nedersta delen av sparrisen (cirka 2 cm). Ringla över olivolja över grönsakerna och krydda med havssalt och peppar från kvarn. Grilla fisk och grönsaker och servera ihop med det vispade smöret.



SOJASÅS PONZU / KIKKOMAN

Kikkoman Ponzu är en av de mest omtyckta smaksättningsåsarna i Japan och är en given produkt i det japanska köket. Grunden är Kikkomans berömda, naturligt bryggda sojasås – med ett stänk av citron. Ponzun har en perfekt balans av sälta, sötma och syra som förhöjer smakerna i din mat, och blir därmed den perfekta smaksättaren. Den passar utmärkt till fisk, skaldjur, grillat kött, marinader, grönsaker – och att ringla över salladen!

Ca pris 45 kr | #kikkoman #taframdetbästa #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA

Edamamebönor som snacks

2 PORTIONER

INGREDIENSER

250 g frysta edamamebönor
Maldon Havssalt

Tips på dipp:

- Kikkoman Ponzu-sojasås + furikake
- Kikkoman sojasås + några droppar TABASCO® Original pepparsås
- Strö över Maldon Havssalt och dippa sedan i brynt smör eller avokado olja
- Kikkoman Poke + sesamfrön

GÖR SÅ HÄR

Koka upp 1 l vatten i en kastrull. Lägg i bönorna och koka 2-3 min. Häll av i en sil och lägg upp i en skål. Strö över havssalt och servera med en god dipp, varför inte prova något av tipsen ovan!



HAVSSALT / MALDON

Det finns salt, och så finns det Maldon Havssalt. Maldon Havssalt är ett handskördat gourmetsalt från havet utanför Englands östkust. Det är en naturlig produkt helt fritt från tillsatser. De spröda flingorna med sin rena saltsmak är en klar favorit bland kokare och matfantaster världen över. Maldon grundades 1882 och är än idag familjeföretag i fjärde generationen. Produktionen sker varsamt och nästintill på samma sätt som vid starten för 137 år sedan.

Ca pris 40 kr | #maldon #taframdetbästa #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



I VISSA



TUNNKNÄCKE FÄNKÅL & BOVETE / LEKSANDS TRE KULLOR

Nyhet från Leksands! Nu finns Leksands Tre Kullor Fänkål & Bovete även som konsumentförpackning för dig att njuta av. Tunnbrödet bakas på naturliga råvaror helt utan tillsatser på plåtar i konditoriugnar. Ett rent hantverk! I Smakbox får du smaka tunnknäcke med smak av fänkål och bovete, ett extra lövtunt knäcke som är lika gott till ostbricken som att äta som det är.

Ca pris 32 kr | #leksandsknäckebröd #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



HAVREDRYCK / FAZER YOSA

Nyhet från Fazer Yosa! Fazer Yosas havredrycker är gjorda på 14% havre och är perfekta att ha med i handväskan eller på utflykten. Produkten är vegansk, har inget tillsatt socker och är fri från soja. Finns i smakerna choklad och kaffe. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 12 kr | #fazeryosa #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I VISSA



HOVMÄSTARLAGER 0,5% / ERIKSBERG

Eriksbergs Hovmästarlager 0,5% är en något mörkare och fylligare alkoholfri lager som passar utmärkt till klassiska husmansrätter såsom råbiff och pytt i panna. Ölen är bryggt på rikliga mängder rostad malt och aromatisk humle, vilket ger en fyllig men balanserad beska med viss blommighet. Gott till sommarens alla fester och utemiddagar!

Ca pris 13 kr | #eriksberg #engodhistoria #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



PROTEINBAR / NICK'S

NICK'S Protein n' Peanuts är en proteinbar fylld med salta jordnötter och täckt i mjölkchoklad. Produkten innehåller inget tillsatt socker och passar utmärkt för glutenintoleranta eller de medvetna konsumenterna som vill undvika palmolja ur både ett hälso- och miljöperspektiv. Perfekt som mellanmål eller när du behöver fylla på med energi innan eller efter träning!

Ca pris 20 kr | #nicks #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



SUN LOLLY CREAMY / SUN LOLLY

Nyhet från Sun Lolly! Sun Lolly Creamy är en helt ny typ av glass i Sverige. Det är en mjölkbaserad glass du fryser in själv hemma. Bekvämt att köpa, bära hem och förvara! Ingen risk för att den smälter på vägen hem och du kan frysa precis så många glassar du har plats för eller ämnar äta. Glassen har en mjuk och underbart krämig konsistens, och finns i två goda smaker: Strawberry och Cocoa. Innehåller mjölk men produkten är helt utan konserveringsmedel, artificiella sötningsmedel eller konstgjorda smakämnen. Du får prova båda smakerna i Smakbox.

Ca pris 27 kr x2 | #sunlolly #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I VISSA

TÄVLING

Vinn ett fackert fat från Sthål till dina festliga stunder, värde 855 kr!

1. Fota en festlig stund med Herrgårdscider Citron & Mynta – flaskan måste vara med i bild!
2. Lägg ut bilden på Instagram och tagga med #kiviksmusteri och #smakboxtävling

Den bästa bilden vinner! Tävla t.o.m. 24/7 2019. Glöm ej att du måste ha ett öppet konto för att vi ska kunna se ditt tävlingbidrag!

HERRGÅRDCIDER CITRON & MYNTA / KIVIKS MUSTERI

Nyhet från Kiviks Musteri! Kiviks Musteri firar 50 år med en ny Herrgårdscider med smak av Citron & Mynta! En frisk cider med välbalanserad sötna och tydlig smak av citron. Inslag av mynta ger cidern en frisk smakaraktär. Grunden till denna cider är äppeljuice som jästs till äppelvin enligt traditionell cidern metod och som sedan smaksatts med citron och mynta. En perfekt cider för festliga stunder.

Ca pris 23 kr | #kiviksmusteri #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I VISSA



I VISSA



I ALLA



SALAMI SNACKS / GØL

Nyheter från GØL! Två heta nyheter inom GØL salami snacks. Salami snacks Jalapeño är små bitar av kryddig, rökt och torkad salami med en het smak av jalapeño. Salami sticks Smoked Chorizo har kryddiga smaker av paprika och extra rökighet, som ger en fin upplevelse för smaklökarna. Tips inför sommaren: avnjut ihop med ost och oliver eller ät som snacks under grillkvällen. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 20 kr | #gølsalamisnacks
#grillatillsammans #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I VISSA



I VISSA

SOCKERFRI MER / MER

Nyhet från MER! MER sockerfri Citrusmix är en frisk fruktdrink med smak av apelsin, mandarin och citron. För den som vill ha en fräsch, stilla törstsläckare med klassisk smak, utan socker. MER sockerfri Äpple Kiwi SUR är en läskande blandning av äpple och kiwi, med ett syrligt sting som utmanar dina smaklökar. En uppfriskande smakupplevelse för den som vågar! Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 17 kr | #vågamer #mersverige
#smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



MINI COOKIES / FRIGGS

Nyhet från Friggs! Friggs supergoda Mini Cookies innehåller bara naturligt förekommande socker och dessutom fibrer och vitamin E. Ett gott och lite hälsosammare alternativ till fikan. Dessutom fria från palmolja! Finns i tre goda smaker: Citron & Ingefära, Hallon & Kokos och Chia & Hallon. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 25 kr | #friggs #minicookies #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA

Salamichips

Godaste och knaprigaste tillbehöret till soppan gör du så här!

2-3 PORTIONER

INGREDIENSER

1 pkt Haga-Petters Salami

GÖR SÅ HÄR

Sätt ugnen på 200°C. Lägg salamin på en plåt med bakplåtspapper och sprid ut dem. Ställ in i ugnen i ca 8-12 min. Låt svalna och servera!



HAGA-PETTERS SALAMI / JAKOBSDALSSCHARKUTERI

Haga-Petters Salami röks över äkta bokspån och torkas därefter i fyra veckor för perfekt konsistens och smak. En salami gjord på svenskt kött som är lika god som smörgåspålägg som på charkbricken, eller som gott tillbehör som i receptet här ovan!

Ca pris 29 kr | #jakobsdalscharkuteri #hagapetterssalami #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA

I VISSA

Grillad mediterriansk kyckling med balsamico

4 PORTIONER

INGREDIENSER

3 kycklingfiléer
Balsamicokräm
4 paprikor, röda och gula
1 rödlök

GÖR SÅ HÄR

Tänd grillen. Tärna kycklingfiléer och grönsaker till lagom stora bitar för ett grillspett. Blanda ingredienserna till marinaden. Läg kycklingen i en zip-påse och håll över hälften av marinaden. Lagg grönsakerna i en annan zip-påse och håll över resterande marinad. Marinera i kylskåp i ca 30 min.

Trä på kyckling och grönsaker varvat på spetten och lägg på grillen. Grilla tills kycklingen är genomgrillad och grönsakerna har blivit härligt sotiga, ca 10-15 min. Servera grillspetten med rikligt med balsamico.

Psst...! Använder du träpinnar? Låt de ligga i blöt i minst 30 min innan du trär på ingredienserna och lägger på grillen.



BONUS-
PRODUKT

BALSAMICOKRÄM / NOTE DI NERO

Note di Neros Balsamico di Modena är en smakrik balsamico från Italien. God att använda i såser, dressingar och som topping. Med dess söta smak är den lika god i en dessert som i en förrätt, eller som här i receptet ovan att ringla över grillad kyckling.

Ca pris 64 kr | #foodemilia #smakbox

Mitt betyg:



*) Bonusprodukten är för dig som är prenumerant och tar emot din 3:e box i följd eller mer.



BEAN BOOZLED / JELLY BELLY

Vågar du anta den världskända utmaningen från Bean Boozled – en godisroulette där du aldrig vet om du får en god eller en äcklig godis? Nu i 5th Edition med två nya smaker: får du bärfis eller rostad marshmallow? Smutsig disktrasa eller födelsedagstårta? Samt en Minion-utgåva som bl.a. innehåller smaken Minion Fart, en geléböna som smakar som prutt luktar (!). Det finns över två miljoner Bean Boozled challenge-filmer på YouTube, kolla gärna in dem och varför inte dela din egen?

Ca pris 45 kr | #jellybelly_se #roligtgodis #us2u #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



YUP MIX / LÄKEROL YUP

Nyhet från Läkerol YUP! Lagom till att sommaren knackar på dörren så lanseras en ny Läkerol YUP Mix med två läskande goda smaker i samma påse. Exotisk mango och lime blir sommarens fräschaste kombination. Tänk exotisk sommarcocktail och läskande isglass i en och samma sockerfria och veganska pastill. Pastillerna är täckta av ett tunt lager xylitolkristaller som ger en uppfriskande känsla i munnen.

Ca pris 17 kr | #läkerol #läkerolYUP #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



CHOKLADBAR MED KAREMELL / SPORTLUNCH

Nyhet från Sportlunch! Senaste nyheten från Sportlunch är en oemotståndlig chokladbar med mjuk och mättande konsistens. Den här gången har den sega kakaonougaten toppats med ett lager flytande kola och omslutits av ett täcke av mjölkchoklad med riskrisp – segt, krämigt och frasigt möts i en härlig kombination. Det givna valet när du behöver lite extra god energi!

Ca pris 10 kr | #cloetta #sportlunch #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



Honest Organic

Nytt varumärke på ekologiska hyllan! Honest Organic är ett nytt ekologiskt varumärke med ekologiska och naturliga drycker för alla tillfällen. Produktportföljen innehåller uppfriskande iste, läskande lemonad, upplyftande iskafe och goda juicedrycker för barn, samtliga med ett lägre sockernehåll.

EKOLOGISK LEMONAD & EKOLOGISK BARNFRUKTDRYCK / HONEST ORGANIC

Honest Kids är en välsmakande ekologisk fruktdrink för barn med 35% ekologisk fruktjuice och inget tillsatt socker. Honest Organic Classic Lemonade är en ekologisk lemonad med smak av citron och citronblomma och innehåller endast 5,7g socker/100ml. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 20 kr resp. 14 kr | #drinkhonest #honestekologisk #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



PS! Har du inte barn själv? Ge bort fruktdrinken till en liten smakälskare i din närhet.

EKOLOGISK DRYCK / ORGANICS BY RED BULL

ORGANICS by Red Bull är gjorda på ingredienser från 100% naturliga källor. Innehåller inte några artificiella smak- eller färgämnen och är helt fria från konserveringsmedel och tillsatser. Fyra karaktäristiska smaker - inga energidrycker. Simply Cola är en unik smak som inte är för söt. Ginger Ale är en bärnstensfärgad dryck med en kryddig doft och smak. Bitter Lemon är en distinkt bitter smak! Tonic Water är en välbalanserad mix av sött, bittert och torrt! Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 15 kr | #organicsbyredbull #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



Pizzabullar med sting

CA 35 ST BULLAR

INGREDIENSER

Deg:

50 g jäst
3 dl vatten
2 tsk socker
1 tsk flingsalt
50 g mjukt smör
7-9 dl mjöl

Tomatsås:

2 dl krossade tomater
0,5 dl tomatpuré
1 msk oregano

Fyllning:

250 g valfri Kavli HOT Mjukost
1 paket bacon
200 g skinka
300 g riven ost

GÖR SÅ HÄR

Rör ut jästen i 37-gradigt vatten, tillsätt sedan resten av ingredienserna, spara lite mjöl till utbakning. Kör i maskin i ca 5 min. Låt degen jäsa under bakduk i 25 min.

Dela degen i två delar, kavla ut varje del till en rektangel, ca 40x30 cm. Blanda ihop tomatröran, bred ut på bottnarna. Fördela sedan fyllningen på bottnarna och strö över ost. Rulla ihop från långsidan. Skär i skivor, ca 1,5 cm breda. Lägg på bakplåtspapper eller i bullformar. Låt jäsa under bakduk i 20-30 min. Grädda sedan mitt i ugnen i 250°C i ca 8-10 min.



HOT MJUKOST / KAVLI

Sätt sting på din maträtt! Kavli HOT Mjukost erbjuder en perfekt mix av hetta och ostig krämighet. Hotta upp din macka, hamburgare, pizza eller taco med denna heta mjukost. Kommer i praktiska ståtuber som är enkla att förvara, håller sig fräscha längre, och kan med fördel ställas på bordet eller där man äter. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 34 kr | #kavlihotmjukost #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



I VISSA



I VISSA

Smakinspiratör

SANNA HEDERSTEDT



Sanna Hederstedt heter kocken bakom dessa pizzabullar med sting. Sanna bor på Gotland, jobbar inom vården och pysslar mycket på fritiden. Pysslandet är hennes avkoppling i den stressande vardagen. Hon tycker även om att baka och laga mat och testat gärna nya recept. Sanna älskar också att fynda på loppisar och att pyssla med återbruk, något det finns mycket av på just Gotland! Nyligen har Sanna köpt ett hus med en härlig trädgård, följ hennes resa hos @sanna_hederstedt på Instagram.

Schweppes Mocktails

Alkoholfria fräscha cocktails till sommarens alla festligheter!

Passion Smash

1 GLAS, AV TYPEN HIGHBALL

INGREDIENSER

200 ml Schweppes Premium Mixer Tonic & Touch of Lime
2 jordgubbar
0,5 kiwifrukt
1 passionsfrukt
krossad is

GÖR SÅ HÄR

Halvera passionsfrukten, skrapa ut innehållet och häll i ett glas. Skiva jordgubbarna och kiwin tunt och lägg i glaset (spara en skiva av vardera för garnering). Mortla frukten för att släppa loss smaken. Häll upp fruktblandningen i serveringsglaset och lägg i krossad is. Toppa med Schweppes Premium Mixer Tonic & Touch of Lime. Garnera med fruktskivorna och servera.

Dirty Pink

1 VINGLAS

INGREDIENSER

100 ml Schweppes Premium Mixers Tonic & Hibiscus
50 ml färsk grapefruktjuice
20 ml färsk citronsaft
isbitar
rosa grapefrukt
jordgubbar

GÖR SÅ HÄR

Fyll ett vinglas med isbitar. Häll i grapefruktjuice och citronsaft. Toppa upp med Schweppes Premium Mixers Tonic & Hibiscus. Garnera glaset med rosa grapefrukt och jordgubbar.



PREMIUM MIXERS / SCHWEPPE

Redan år 1783 började grundaren Johann Jacob Schuppe tillverka kolsyrat mineralvatten. Flera hundra år senare är Schweppes fortfarande mest kända för att ha "uppfunnit" tonicen. Med Schweppes Premium Mixers har tonicen tagits till nästa nivå! Premium Mixers är välbalanserade och har en mogen och subtil smak med en högre beska och högre kolsyrehalt. Kolsyrehalten förstärker smakerna och drinken håller sig dessutom fräsch längre. Tonicen finns i tre smaker. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 15 kr | #schweppesverige #smakbox

Mitt betyg:





SJU SORTERS KAKOR

Traditioner för nya generationer

HISTORIEN OM SJU SORTERS KAKOR

Enligt traditionen var det snålt att bjuda på sex olika sorters kakor, samtidigt som det upplevdes extravagant att bjuda på åtta eller fler.

Sju sorters kakor var helt enkelt det rätta – inte för många och inte för få. Seden är känd sedan slutet av 1800-talet och Gille för traditionen vidare till nya generationer genom att erbjuda en blandning av kakor man minns från förr och nya spännande smaker.



SJU SORTERS KAKOR NR 4 & 6 / GILLE

Nyheter från Gille! Nu släpper Gille nummer 4 och nummer 6 i serien Sju sorters kakor. Schackrutor är alla kakors kung! Mörra kakor med ljuvlig smak av kakao och vanilj. Ett smart drag för dig som vill sätta guldkant på tillvaron. Mummakakor är en havrekaka med twist. En krispig havrekaka med riven kokos och kardemumma i fin harmoni. Mumma för alla kakälskare! Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 20 kr | #gillekakor #sjusorterskakor #smakbox

Mitt betyg:





CASARECCE EL. EKO PENNE RIGATE / 1881

Italiensk pasta från Stefano Berruto! Casarecce har en karaktäristisk form med ursprung i Sicilien. Ytan på pastan gör den grov och porös, perfekt för att fånga upp såsen och garantera en god smak! Pastan innehåller 100% italienskt vete. Ekologiska Penne Rigate är gjorda på fullkorn och rika på fiber och passar till de flesta rätter. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 35 - 45 kr | #pastaberruto #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



SMÖRGÅSRÅN / SCHÄR

Schärs glutenfria smörgåsrån passar perfekt när du vill ha ett snabbt och enkelt tillugg. Smörgåsrånen är lätta att variera med dina egna favoritpålugg, varför inte prova med lite färskost och rökt lax? Som hittat för picknicken i sommar! Schärs Smörgåsrån är fria från gluten, laktos, mjölk och ägg.

Ca pris 23 kr | #schär #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA

VEGANSKT PÅLÄGG / TARTEX

Tartex vegetabiliska påläggspastejer är ekologiska, mjölkfria och innehåller enbart naturliga ingredienser. De klassiska tuberna görs på näringsjäst och bl.a. solrosolja och kokosolja med olika smaksättningar. Passar både på mackan (gärna med något syrligt, såsom en skiva smörgåsgurka) och som smaksättare i soppor och såser. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 30 kr | #tartex #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



EKOLOGISK LÅGSOCKERLÄSK / WHOLE EARTH

En fräsch, ekologisk lågsockerläsk utan vitt socker, sötad med agavesirap och riktig fruktjuice. Finns i 6 spännande smaker. Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 16 kr | #wholeearth #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



LINSRIGATONI EL. ÄRTFUSILLI / 1881

Italiensk pasta från Stefano Berruto! Rigantoni Lenticchie Rosse är en linspasta gjord på 100% röda linser. Pastan är helt glutenfri och innehåller 22% veganskt protein. Ett gott alternativ till vanlig pasta! Fusilli Piselli är en fusilli gjord på 100% gröna ärtor från Italien. Pastan är glutenfri och veganvänlig. Passar lika bra till den enkla måltiden som till en lyxigare rätt! Du får 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 45 kr | #pastaberruto #smakbox

Mitt betyg:



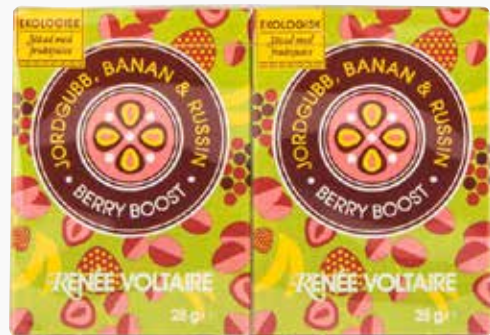
I VISSA



I VISSA



I VISSA



BERRY BOOST RUSSIN / RENÉE VOLTAIRE

Ekologisk energimix på russin och söta banan- och jordgubbsplumpor på fruktjuice. Perfekt att snacksa på när orken tryter eller som ett extra gott mellanmål – en favorit för både stora och små! Russinen är endast sötade med fruktjuice, glutenfria och innehåller inget tillsatt socker.

Ca pris 20 kr | #reneeoltaire #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



KYLT & FRYST

KF

Mer inspiration med kylda & frysta smaker!

Visste du att Smakbox nu kan överraska med smaker från HELA matbutiken!
40% av alla svenskar kan få Smakbox Kylt & Fryst tillägg tillsammans med Smakbox.

Smakbox Kylt & Fryst tillägg

- ca 10 kylda och frysta produkter
 - smidig hemleverans
 - värde 200 kr
 - pris 100 kr

Kylt & Fryst är ett tillägg till din prenumeration på Smakbox. Det levereras smidigt hem till dörren tillsammans med Smakbox (kostnad 50 kr). Hemleveransen aviseras i god tid och är lätt att boka om så det passar dig.

Prova om vi levererar till ditt postnummer
och läs mer på smakbox.se/kyltfryst.

#smakbox

Under #smakbox finns nu över 23,000 inlägg som gjorts av er! Vi är så glada att så många inspireras och delar med sig av allt det goda som skapas med produkterna ur boxen. In, inspireras och dela du med! På den här sidan hyllar vi också en vinnare i tävlingen #smakboxstund, nästa gång är det kanske du?

Mums, så mycket gott att hitta under #smakbox!



186 Likes

hellesmat Detta kan vara det godaste jag ätit på månader... #smakboxstund #dolmiosverige



91 Likes

annelibackenlagarmat Nu rockar vi dagarna och äter Tisdagsoppan redan på... #smakboxstund #gunnarshögsgård



61 Likes

minmatpassion Om man tar en produkt från en Smakbox och en produkt... #smakboxstund #pastabarneto #dolmiosverige



65 Likes

mickanikoket Helgfrukost! Råkmacka, kaffe och en chokladbit på... #smakboxstund #lindor

Mikaelas vinnande tävlingsbidrag!



MIKAELA HÄGGBLM

BOR: Umeå.

FAMILJ: Sambon Nils och katten Julius.

GÖR: Jobbar som Visual Merchandiser.

PRENUMERANT SEDAN: Sedan start!

Missade dock den allra första boxen.

SMAKINRIKTNING: Smakbox Original.

FÖLJ: @mickanikoket på Instagram.

Hej Mikaela, en av vinnarna från Smakbox MATFESTIVAL #smakboxstund!

VAD TYCKER DU ÄR ROLIGT MED SMAKBOX?

Att få prova på både nya och gamla produkter som jag i vanliga fall kanske inte valt själv i butik. Och att hitta nya favoriter såklart!

HUR GÅR DET TILL HEMMA NÄR DU ÖPPNAR SMAKBOX?

Så fort jag kommer hem med Smakboxen river jag upp den på en gång. Katten kommer fram och nosar lite medan jag inspekterar alla produkter. Efter det slår jag mig ner och läser tidningen som följer med.

VILKEN ÄR DIN FAVORITPRODUKT SOM DU UPPTÄCKT TACK VARE SMAKBOX?

Jag är ju en kaffeälskare så blir alltid glad när det följer med någon kaffeprodukt. Men när det italienska kaffet Lavazza följde med i en box blev jag riktigt nöjd! Det är mitt nya favoritkaffe nu tack vare Smakbox.

Dela och vinn

Tävla om en gratis Smakbox med din #smakboxstund.

1. Dela med dig av din bästa stund när du njuter av något gott ur boxen
2. Lägg ut bilden på Instagram och tagga med #smakboxstund och #smakbox

Vinnare är de 10 som tar mest njutfulla bilder. Ju fler bilder desto större chans till vinst. Tävlingen pågår fram till 31:a juli och vinnarna presenteras på @smakbox senast 19:e augusti*.

LYCKA TILL!

*) Vinnare meddelas på Smakbox Instagram i separat tävlingsinlägg. För fullständiga tävlingsvillkor se www.smakbox.se/sv/allmanna-villkor-personuppgiftspolicy §1.14.

Smakinspiration

Instagram dignar av matinspiration. Här tipsar vi om 4 härliga konton som vi gillar just nu och som ofta har med produkter från Smakbox i sina matkreationer. Kika in under #smakbox för ännu mer inspiration!

Färgen står för vilken smakinriktning de har på sin box!



262 Likes
lenashome God morgon! Provar ett för mig nytt kaffe som jag... #smakboxstund #lavazzasverige

BOR: Stockholm.
FAMILJ: Man och 22-årig dotter.
GÖR: Affärsresekonsult.
FÖLJ: @lenashome på Instagram.

LENAS HOME

Lena Nordström går under namnet Lenas Home på Instagram där hon delar med sig av sitt liv. Inne hos Lena hittar du en blandning av middags- och lunchtips, frukostbilder, en del bak och allt som rör vardagen i Lenas liv. Inspirationen finner Lena i årstiderna! Hon hämtar även inspiration från att testa nya restauranger, botanisera i mataffärer och genom Smakbox förstås! Ta del av Lenas liv och inspireras till nya måltider, inredning och allt som hör livet till!

Hej Lena, vad är ditt bästa bjudningstips?

- Mitt bästa bjudningstips är att satsa på plockmat och buffemat! Då kan man förbereda i förväg, och får mer tid till själva festen.



146 Likes
balansikoket Alltså wow hörrni, vi testade fisktacos för första... #smakboxstund #johnnysmayo

BOR: Växjö.
FAMILJ: Mamma, pappa, syster och sambo.
GÖR: Jobbar som massör på ett dagspa och i en hälsokostbutik.
FÖLJ: @balansikoket på Instagram.

BALANS I KÖKET

Emma Brynolf går under namnet Balans i köket på Instagram där hon inspirerar med främst vegetarisk matlagning. Emma brinner för att laga hälsosam, färgstark och antiinflammatorisk mat och har en stor önskan om att inspirera andra med sin matlagning.

Inspirationen finner Emma dels via andra konton hon följer på Instagram men också mycket från tidningar och YouTube. Inspireras inne hos Emma av hennes enkla och lättillgängliga tips på hur du kan äta mer hälsosamt och antiinflammatoriskt!

Hej Emma, vad är ditt bästa bjudningstips?

- För mig är uppläggningsen viktig när jag bjuder hem gäster. Jag lagar mycket färgstark och hälsosam mat, gärna med fokus på grönsakerna - de både ser härliga ut och smakar mycket! Jag lägger gärna upp på stora härliga fat eller i fina skålar. Sen utgår jag från grönsakerna för att sätta ihop en härlig måltid!



97 Likes
rudwall Lördagsfestigheter! Nu blir det smarriga grissni-pinnar... #smakboxstund #stornatni

BOR: Umeå.
FAMILJ: Mamma, pappa, tvillingssyster och halvsyskon.
GÖR: Livsnjutare och glädjespridare!
FÖLJ: @rudwall på Instagram.

RUDWALL

Louise Rudwall står bakom kontot Rudwall på Instagram där hon delar med sig av sin matiga vardag. Inne hos Louise hittar du allt från köpta wienerbröd till hembakade kanelbullar och goda frukostar.

Inspirationen finner Louise hos hennes vänner på Instagram, och genom alla spännande produkter hon får prova i Smakbox! Louise livar alltid upp stämningen i flödet med hennes lekfulla, färgsprakande och härliga bilder. In och inspireras du med!

Hej Louise, vad är ditt bästa bjudningstips?

- Mina bästa bjudningstips är att satsa på några få enkla rätter! Man slipper jobbet med allt smått och snitt/tugg-tänk! Satsa på en stor och fräsch pasta- eller potatissallad med massor av grönsaker i och servera med något kallskuret och några goda såser. Ett gott bröd och en ostbricka och du är hemma!



103 Likes
marielyander Här har jag gjort en riktig varmaka med... #smakboxstund #leksandösknäck

BOR: Visby på Gotland.
FAMILJ: Maken Conny, dottern Moa med partner Umer och hunden Mika och katterna Zigge och Saga.
GÖR: Sjukpensionär.
FÖLJ: @marielyander på Instagram.

MARIE LYANDER

Marie Lyander heter just Marie Lyander på Instagram där hon inspirerar med all typ av vegetarisk och ibland vegansk matlagning. I Lyanders gröna kök är filosofin enkelt, snabbt, billigt och gott!

Inspirationen finner Marie i kokböcker. Hon älskar att läsa recept och klura på hur hon kan förenkla och "vegofiera" dem. Inne hos Marie kan du ta del av goda vegorecept som kan få den mest inbitne köttätare att börja älska grönt!

Hej Marie, vad är ditt bästa bjudningstips?

- Mina bästa bjudningstips är att först och främst inte sätta ribban för högt! Håll det enkelt, och ta gärna genvägar, själv har jag på sista tiden fullständigt snöat in på pizza! Med färdiga pizzakit, olika slags toppings, en god sallad och lite bubbel kommer man långt.

VILKEN SMAKINRIKTNING PASSAR DIG?

Nu finns Smakbox i 4 smakinriktningar. Mycket av innehållet är samma i alla inriktningar men några produkter skiljer sig åt. Genom att välja smakinriktning berättar du för oss vad du helst vill ha i din box. Vi gör vårt bästa för att anpassa ditt boxinnehåll utifrån det.

O

SMAKBOX ORIGINAL har en bra mix som passar till vardag och fest. Du hittar en del produkter att äta direkt, kanske en fin choklad eller en dryck med ny smak. Andra ingår i din matlagning eller bakning.

M

SMAKBOX MÅLTID innehåller en större andel produkter till måltiden och matlagning. Här kan du exempelvis få med en spännande krydda, en smakrik vinäger eller ett gott knäckebröd.

N

SMAKBOX NYFIKEN innehåller en större andel produktnyheter och lite oväntade smaker. Här kan du överraskas med ett kul tillbehör, en pasta som ligger i tiden eller en ny typ av snacks.

B

SMAKBOX BALANS är vegetarisk och innehåller en större andel produkter utan tillsatt socker. Hitta inspirationen med exempelvis fiberrika gryner och flingor, drycker som gör gott och godsaker utan så mycket socker.

Byt enkelt smakinriktning på Mina sidor på smakbox.se eller välj när du startar en prenumeration.

Årets Box för 3:e året i rad!

Smakbox tog för 3:e året i rad hem segern för Årets Box i Sverige. Tävligen arrangeras av hittabox.se där alla Sveriges ca 250 prenumerationsboxar finns samlade. Både jury och 4000 röstande kunder var eniga om Smakbox som segrare.

Stort **TACK** till alla som röstade –
ert engagemang betyder allt för oss!



Smakbox vann
även i kategorierna:



Mat & Dryck



Bästa Innehåll



Bästa Kundservice



Årets Nykomling
Smakbox Balans



Hälsa
Smakbox Balans



Perfekta sommarpresenten!

Ge bort **3 boxar** i följd för **448 kr** (ord. pris 597 kr)

Rabattkod: **25SMAKBOX**

Köp på smakbox.se/ge-bort-smakbox

25%
RABATT

**NÄSTA SMAKBOX
SKICKAS FR.O.M.
30:E AUGUSTI**