



Smakbox

INSPIRATIONSTIDNING FRÅN SMAKBOX

ORIGINAL



TEMA

SOMMARGOTT

*Sommarens
godaste smaker*

Smakbox

BÄSTA PRESENTEN

*Inspiration
& smak*

22 RECEPT

Smakbox



6



29



14



31

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

Innehåll

Utvalda recept

- 6 **ENKLA LÖJROMSNACKS** med rågchips från Finn Crisp
- 14 **GÖR DIN EGEN SYLT** med Dansukkers syltsocker
- 29 **GRILLAD CHEESE STEAK BAGUETTE** med nyhet från Président
- 31 **FOODBYLAVENS** rispanna med havreris från Frebaco Kvarn

Smakinspiration

- 30 **INSPIRERAS** av den digitala matvärlden, följ med in under #smakbox
- 30 **DELA & VINN** en gratis Smakbox med din #smakboxstund

Smaknytt

- 23 **NU KAN 60% AV SVERIGE** få Kylt & Frysst tillägg
- 32 **GE BORT EN SMAKBOX** och skicka direkt till mottagaren

Smakhylltar i ORIGINAL!



Smakbox AB
SANKT GÖRANSGATAN 159, 112 17 STOCKHOLM
kontakt@smakbox.se | 08 - 120 223 80
Vardagar 8-12 och 13-17 | www.smakbox.se

Sommargott

Den blomstertid är här! En annorlunda sommar är på intåg. Vi har mer tid att njuta här och nu och av det vi har nära medan umgänge och långresor får vänta. Mat och gottigheter i alla dess former är en given livsförhöjare. Här kommer vi på Smakbox med lite SOMMARGOTT till dig!

Den här gången får du gottigheter till utemåltiden, picknicken och badstunden. Njut av plockmat, goda snacks, svalkande drycker och sötsaker. Många produkter går att kombinera med varandra i oändliga smakkombinationer, vi ser fram emot att se vad du dukar upp!

I dessa tider lever vi ut gemenskapen digitalt istället och vi älskar att se ert härliga engagemang. På #smakbox på Instagram finns nu över 30.000 unika inlägg där ni njuter av produkter i Smakbox genom åren. Är du inte redan aktiv där, gå gärna in och låt dig inspireras av andra eller dela själv!

Du som tar emot det Kylda & Frysta tillägget får smaksensationer som passar dygnets alla måltider, från frukost till efterrätt. Vi är glada att denna gång kunna erbjuda även Örebro- och Karlstadbor kalla varor. Nu kan vi leverera till hela 60% av Sveriges befolkning och vi jobbar för ännu mer framåt!

Vi hoppas att allt SOMMARGOTT förgyller din sommar och piggar upp denna märkliga tid!

Varma hälsningar, Vi på Smakbox

Äntligen kan vi njuta av svenska bär!



20%
rabatt



RABATTKOD
SG20

Ge bort Smakbox!

Vad passar bättre än att ge bort SOMMARGOTT till någon du vill glädja lite extra? Smakbox är den perfekta presenten att pigga upp någon med. Skicka smidigt direkt hem till mottagaren. Har du själv fått denna box som present hoppas vi att du har en härlig stund både när du packar upp och njuter av det goda.

Rabattkod: SG20. Köp på smakbox.se/ge-bort-smakbox

Vad tycker du?

Om ca 3 veckor får du en recension via mejl. Fyller du i den gör du Smakbox ännu bättre! Berätta vad du tycker om produkterna du smakat. Under tiden, dela ut dina stjärnor i tidningen vid varje produkt!

Mitt betyg:



Tipsa om Smakbox!

Din unika rabattkod* är laddad med 10% rabatt OCH en extraprodukt! Vi packar Camelinaolja eller gott från Swedish Fika beroende på smakinriktning. Du själv får dessutom 20 kr lägre pris på nästa box. Gäller maj-juni så länge lagret räcker.

*) Din unika rabattkod: Du hittar den i mejlet du fick när du startade din prenumeration. Eller inloggad på smakbox.se (välj din aktiva prenumeration, välj Tipsa vän i menyn).

10%
+
extraprodukt!



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 fått 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.

O

ORIGINAL

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

M

MÅLTID

Innehåller större andel produkter för måltid och matlagning.

N

NYFIKEN

En box med större andel oväntade smaker och produktnyheter.

B

BALANS

Vegetarisk box med större andel produkter utan tillsatt socker.



KRYDDMIX FAJITA / SANTA MARIA

Kryddmix till en klassisk Fajita. Smaken är av örtig karaktär med lök, svartpeppar, vitlök, cayenne och en aning curry. Passar till tortilla- och tacofyllningar med både kyckling, kött och vegetariskt.

Ca pris 16 kr | #santamariasverige #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



LOKA ANANAS YUZU / LOKA

Lokas nya smak är fruktig och syrligt uppfriskande och passar som läskande törstsläckare på språng. Ananas från Sydamerika möter Yuzu från Asien. Yuzu smakar som en blandning av fruktig mandarin och grapefrukt som ger det där extra till den söta ananasen. Magiskt god helt enkelt.

Ca pris 15 kr | #lokanyhet #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



KEX MED YOGHURTFYLLNING / BELVITA

Goda kex med fullkorn i praktiska portionsförpackningar varsamt bakade på 5 fullkorn och näringsrika ingredienser som får dig att behålla energin. belVita erbjuder ett brett sortiment av näringsrika kex i olika varianter - från riktigt krispiga till mjuka och i flera populära smaker. I Smakbox får du prova ett kex med jordgubb- och yoghurtfyllning som kommer i perfekt on-the-go format.

Ca pris 10 kr x 2 | #belvita #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



SMAKSATT WOKSÅS / BLUE DRAGON

Låt Blue Dragon woksås bidra med de välbalanserade smakerna och ge dig inspiration och variation till wokrätterna. Kokos & Lime passar perfekt till skaldjur, kyckling, tofu eller helt vegetariska rätter. Förpackningen är anpassad för två portioner, för att slippa att sås blir över. Addera enkelt flera för ytterligare portioner! Finns även i smaker av Pad Thai, Teriyaki, Hoisin, Ostron & salladslök och Svartpeppar.

Ca pris 16 kr | #bluedragonsverige #eastmadeeasy #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



I ALLA



SÖTSALTA BITAR / GÖTEBORGS UTVALDA

Göteborgs UTVALDA Sötsalta bitar är bakade med noga utvalda råvaror för den goda smakens skull. Finns i två smaker: Kola med sötsalta bitar av smörbakat kex, kakaocrème, salt, kola och belgisk mörk choklad, och Brownie med sötsalta bitar av smörbakat mörkt kex, fyllig crème, salt, browniebitar och belgisk mjölkchoklad. Du får prova en av smakerna i Smakbox.

Ca pris 35 kr | #göteborgsutvalda #utvalda #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA

Spare ribs med rabarberchutney & coleslaw

4 PORTIONER

INGREDIENSER

1,5 kg tunna revbensspjäll
3 dl vatten
salt och peppar
3 vitlöksklyftor
1 dl honung
1 dl TABASCO® Sriracha pepparsås
0,5 dl Kikkoman soja
0,5 dl tomatpuré
3 msk rivn ingefära
0,5 msk Colman´s senapsulver

Rabarberchutney:

500 g rabarber
1 st gul lök
2 st vitlöksklyftor
1 tsk timbutpeppar
0,5 dl TABASCO® Sweet & Spicy pepparsås
1 dl råsocker
1 kruka mynta
några stänk TABASCO® Habanero pepparsås
salt

GÖR SÅ HÄR

Sätt ugnen på 200°C. Skär revbenen i bitar och lägg i en långpanna. Salta och peppra. Häll vatten i botten och täck långpannan med aluminiumfolie. Sätt in långpannan i ugnen ca 2 timmar tills köttet börja släppa från bena.
Gör glazen: skala vitlöksklyftorna och riv ner i en bunke. Tillsätt resten av ingredienserna.
När revbenen är klara höj upp ugnen till 225°C. Lägg revbenen på en ny plåt med bakplåtspapper. Pensla på glazen på revbenen och sätt in dem i ugnen 10-15 min tills de fått fin färg.
Skala rabarberna och skär i mindre bitar. Skala och hacka lök och vitlök. Lägg rabarber, lök i en kastrull tillsammans med timbutpeppar och TABASCO® Sweet & Spicy pepparsås och socker. Låt sjuda ca 20-30 min till chutneyn tjocknat något. Hacka myntan grovt och vänd ner i chutneyn smaka av med salt och några stänk TABASCO® Habanero pepparsås. Servera med coleslaw.



PEPPARSÅS CHIPOTLE / TABASCO

Den fruktiga Tabasco Habanero är producerad av habaneropeppar och har smak av mango, papaya, tamarind, rödpeppar, vinäger, banan, ingefära och malen svartpeppar. Den är perfekt till glazen, marinaden, kryddsmöret, grytan, salsan och maträtter med kokosmjölk.

Ca pris 40 kr | #tabasco #taframdetbästa #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I VISSA

Prova den i efterrätten!

Stek ananas tillsammans med några droppar Tabasco Habanero och servera med vaniljglass. Den är även utmärkt till drinkar med ananas och kokosmjölk.

Rågchips med löjrom

INGREDIENSER

1 påse Finn Crisp Creamy Ranch
crème fraiche el. smetana
löjrom
finhackad rödlök
dill
flingsalt
nymalen svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

Ta fram ett tjustigt fat och sprid ut rågchips. Toppa med crème fraiche eller smetana, klicka ut löjrom och ströslä med finhackad rödlök. Garnera med dill och krydda med flingsalt och nymalen svartpeppar. Servera!



RÅGCHIPS CREAMY RANCH / FINN CRISP

FINN CRISP Creamy Ranch är bakade med 100% fullkornsråg, solrosolja och toppade med kryddor. De innehåller 60% mindre fett jämfört med vanliga potatischips och är perfekta till fredagsmyset, festliga tillfällen, som mellanmål eller varför inte på språng! Finns även i smakerna Sourcream & Onion och Roasted Pepper Chipotle. Du får prova nyheten Creamy Ranch i Smakbox.

Ca pris 25 kr | #finncrisp #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



I VISSA

Rågchips med pesto

INGREDIENSER

1 påse Finn Crisp Creamy Ranch
crème fraiche el. smetana
grön pesto
rostade pinjenötter
basilikablad
chiliflakes
flingsalt

GÖR SÅ HÄR

Ta fram ett tjugigt fat och sprid ut
rågchips. Toppa med crème fraiche eller
smetana, klicka ut grön pesto och strössla
med rostade pinjenötter. Garnera med
basilikablad, chiliflakes och krydda med
flingsalt. Servera!





Odlas och förädlas utanför Nyköping!

CAMELINAFRÖN / CAMELINA OF SWEDEN

100% ekologiska och KRAV-märkta torrostade frön från kulturväxten oljedådra (Camelina sativa). Har en mild, rund och nötig smak. Ersätt fröna med chiafrön i smoothies, linfrö i müsli och gröt, och sesamfrön i brödbak och fisk.

Ca pris 59 kr | #camelinaofsweden #smakbox

Mitt betyg: ☆☆☆☆☆

M (I ALLA)

CAMELINAOLJA / CAMELINA OF SWEDEN

100% ekologisk och KRAV-märkt kallpressad olja från kulturväxten oljedådra (Camelina sativa). Har en mild, rund och nötig smak. Oljan kan ersätta andra matoljor i allt från kalla såser till marinader.

Ca pris 109 kr | #camelinaofsweden #smakbox

Mitt betyg: ☆☆☆☆☆

M (I VISSA) B (I VISSA)



SOCKERFRI FRUKTDRYCK / MER

MER blev snabbt en svensk smakfavorit efter lanseringen 1962. Nyheten MER sockerfri passionsfrukt är en fruktdryck utan kolsyra och utan tillsatt socker. Drycken har en uppfriskande smak av passionsfrukt och mango med perfekt balans mellan syrlighet och sötna. En dryck som får dig att våga vara MER!

Ca pris 15 kr | #mersockerfri #smakbox

Mitt betyg: ☆☆☆☆☆

O (I ALLA) M (I ALLA) N (I ALLA) B (I ALLA)



KRISPIGA BÖNBOLLAR / OLW

Krispiga bollar av bondböna med smak av allt gården kan erbjuda. Men inte nog med det! De innehåller även hela 18% protein och 40% mindre fett än vanliga potatiships och är veganska.

Ca pris 22 kr | #olw #smakbox

Mitt betyg: ☆☆☆☆☆

M (I ALLA) N (I ALLA) B (I ALLA)



FRUKTSMOOTHIE / FROOSH

Ny design, samma goda smak! Froosh smoothies innehåller 100% frukt, inget annat. Inga tillsatser, inget tillsatt socker och är ej från koncentrat. Froosh smoothies är tillverkade av frukt och grönsaker som inte kan säljas i butiker på grund av kosmetiska brister, men som förstås fortfarande är fulla av god smak. I Smakbox får du smaka en smoothie med smak av jordgubb, banan och guava.

Ca pris 13 kr | #froosh #frooshofficial #smakbox

Mitt betyg: ☆☆☆☆☆

O (I VISSA) M (I VISSA) N (I VISSA) B (I VISSA)



SCHOKO-BONS / KINDER

Små chokladbitar av älskvärda Kinder mjölkchoklad med en fantastisk krämig mjölkfyllning och krispiga bitar av hasselnötter. Varje bonbon är insvept i omslagspapper för en hygienisk hantering. Schoko-Bons är perfekt till mysiga hemmakvällar, utflykter eller varför inte som topping på dina kalastårter?

Ca pris 10 kr | #kinder #kinderschokobons #smakbox

Mitt betyg: ☆☆☆☆☆

O (I VISSA) N (I ALLA)

Choklad- och jordnötstårta

8-10 BITAR

INGREDIENSER:

Tärtbotten:

6 st ägg
2,5 dl strösocker
1,5 dl potatismjöl
1,5 dl vetemjöl
2 tsk vaniljsocker
1,5 tsk bakpulver

Chokladmousse:

150 g mörk choklad 70%
3 dl vispgrädde
3 st rumsvarma äggulor

Jordnötsfrosting:

100 g Green Choice Jordnötssmör Crunchy
80 g färskost
1 tsk vaniljsocker
1,5 dl florsocker
1 dl vispgrädde

GÖR SÅ HÄR

Sätt ugnen på 175°C. Klä en springform 22 cm med bakplåtspapper. Smörj formen med smör. Vispa upp ägg och socker poröst med elvisp. Vänd ner de torra ingredienserna försiktigt. Häll smeten i formen och grädda i nedre delen av ugnen i ca 35-40 min. Ta ut och låt svalna och skär sedan 3 jämna bottnar.

Hacka chokladen och smält på låg värme över vattenbad. Låt svalna. Vispa grädden löst, blanda ner äggulorna en i taget under omrörning. Låt stå i kyl minst 1,5 timme.

Vispa ihop ingredienserna till jordnötsfrostingen med elvisp.

Montera ihop tårtan: botten, jordnötsfrosting, botten, 1/3 chokladmousse, botten. Spackla tårtan med resten av chokladmoussen och dekorera med Cadbury fingers och hackade jordnötter.



FINGERS / CADBURY

En ikonisk produkt, bestående av ett chokladöverdraget vaniljkek. Förlagan till dagens Fingers lanserades 1897, men i början av 50-talet fick den sitt nuvarande utseende. Cadbury Fingers är världens största produkt i sitt segment. Goda att äta som de är, eller använda i din bakning!

Ca pris 20 kr | #cadburyfingers #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA

4 PORTIONER

INGREDIENSER

500 g torsk
1 dl vetemjöl
1 msk rökt paprikapulver
1 st ägg
2 dl pankobröd
olja till stekning

Kavli Hot Coleslaw:

0,5 st spetskål
1 st morot
1 st salladslök
1 dl Kavli HOT mjukost
0,5 dl majonnäs
0,5 st lime, saften
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

Hyvla spetskål tunt och riv moroten. Skär salladslöken i tunna skivor. Blanda ihop med majonnäs, Kavli Hot mjukost, salt och peppar. Skär torsken i mindre bitar, salta. Blanda vetemjöl och paprikapulver på ett fat. Vispa upp ägg på ett fat och lägg upp pankoströbröd på ett fat. Vänd fisken först i vetemjöl, därefter ägg och till sist i panko. Hetta upp olja i en stekpanna och stek fiskbitarna så att de blir gyllene och fräsiga.

Servera med små tortillabröd, sallad, avokado, paprika, koriander och Kavli Hot mjukost.

Hot Fish Taco



HET MJUKOST STRONG SRIRACHA / KAVLI

Hot Flamin' Mjukost är en serie mjukostar med en kombination av ostig krämighet och hetta. Den senaste nyheten Strong Sriracha har en syrlig hetta och ett sting av vitlök.

Ca pris 35 kr | #kavlihotmjukost #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA

Hot Mexican Nachopie

1 PAJ

INGREDIENSER

3 dl vetemjöl
125 g rumsvarmt smör
2 msk kallt vatten
1 dl mjölk
3 dl riven ost
Hot Jalapeño mjukost
1 st tomat
ev. stekt färs
0,5-1 dl hot tacosås
korianderfrökrydda
1 påse nachos
0,5 st rödlök
1 st vitlök
en liten burk majs
8-10 st cocktailtomater
färsk koriander

GÖR SÅ HÄR

Sätt ugnen på 225°C. Nyp ihop mjöl och smör och tillsätt vatten och arbeta ihop allt till en deg. Tryck ut i en form och nagga med en gaffel. Låt vila i kylskåp i minst 15 min. Förgrädda sedan i ugnen i 10 min.

Hetta upp mjölk i en kastrull. Tillsätt 2 dl riven ost och 1/2 dl mjukost. Rör om. Bred ut ett lager tacosås i pajskalet. Skär en tomat i tunna skivor och fördela ut. Vill du ha färs i lägg på den nu. Häll därefter på ostsåsen och krydda med korianderfrö.

Sätt in i ugnen i ca 10 min eller tills pajen fått lite färg. Håll koll!

Ta ut pajen och strö på nachochips och mer tacosås, riven ost, mjukost, tunt skivad rödlök och vitlök samt majs. Sänk till 180°C och sätt in pajen igen i ca 5 min eller tills osten smält. Garnera med körsbärstomater skurna på mitten och färsk koriander. Serveras hot!

HET MJUKOST HOT JALAPEÑO / KAVLI

Hot Flamin' Mjukost är en serie mjukostar med en kombination av ostig krämighet och hetta. Nu finns smaken Hot Jalapeño i ask som du kan värma direkt i mikron och sen dippa dina nachos i.

Ca pris 39 kr | #kavlihotmjukost #smakbox



I ALLA



I ALLA





CHOKLADPRALINER / LINDT LINDOR

Njut av det delikata skalet av finaste mjölkchoklad med havssalt som innesluter en len och krämig karamellfyllning i den här nyheten från Lindt Lindor.

Ca pris 40 kr | #lindtnordic #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



FRUKTKOLOR / FRUIT-TELLA

Fruktkolor med fruktjuice med naturliga smak- och färgämnen. Godiset är rikt på fruktsaft och gluten- och laktosfria.

Ca pris 21 kr | #fruittella #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



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 potatiships.

Ca pris 20 kr | #olw #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



SPRITE ZERO / SPRITE

Sprite är en ikonisk lemon-lime läsk som har funnits sedan slutet av 1950-talet och som har fått sitt namn av The Sprite Boy. Sprite Zero Sugar är en god kolsyrad läskedryck med uppfriskande smak av citron och lime utan både socker och kalorier. Servera gärna iskall för bästa njutning!

Ca pris 15 kr | #spritezero #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



PASTILLER ORANGE SPRITZ / LÄKEROL YUP

Nyheten från Läkerol YUP för tankarna till soliga dagar och läskande smaker. YUP Orange Spritz har fått smak av solmogna apelsiner och har en perfekt balans mellan syra och sötma. Med elegans och fräschör får denna intensiva smakupplevelse dig att längta till sommaren. Som alltid är pastillerna sockerfria, veganska, glutenfria, fria från palmolja och endast med naturliga aromer och färger.

Ca pris 17 kr | #läkerol #yuporangespritz #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



Linkosuo med grön ärtröra

CA 4 SNACKS-PORTIONER

INGREDIENSER

16 st Linkosuo RågCrisps
1,5 dl gröna ärter
0,5 dl majonnäs, vanlig el. vegansk
salt, svartpeppar, rivet citronskal och
hackade örter

GÖR SÅ HÄR

Lägg alla ingredienserna till röran i en mixer och kör till en grynig röra, smaka av och klicka upp i rågchipsen.

Recept: Anders Tegnér

Linkosuo med parmesan och tryffel

CA 4 SNACKS-PORTIONER

INGREDIENSER

16 st Linkosuo RågCrisps
1 dl finriven parmesanost
2 msk majonnäs
2 msk crème fraiche
tryffelolja
örter

GÖR SÅ HÄR

Vispa samman ost, majonnäs, crème fraiche. Smaksätt med tryffeloljan, några droppar åt gången. Smaka av med salt och peppar. Klicka röran i rågchipsen och toppa med en kvist ört.
Recept: Anders Tegnér



RÅGCRISPS / LINKOSUO

Nyheten Linkosuo RågCrisps SourCream Dill har en god syrlig smak av råg och fräsch dill. Ett nyttigare alternativ till drinktilltugg, tapas eller bara som snacks. Linkosuo RågCrisps finns även i smakerna Original och Sweet Chili. Du får smaka nyheten i Smakbox.

Ca pris 30 kr | #linkosuosverige #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



I ALLA



I ALLA



SYLT SOCKER / DANSUKKER

5 minuter, syltsocker och sommarens bär eller frukter är allt du behöver för att göra din alldeles egna hemmagjorda sylt eller marmelad. I syltsockerpaketet finns allt du behöver för ett lyckat syltkok; Socker, pektin från citrusfrukter, citronsyra och kaliumsorbat. Det enda du tillsätter är bären och ev lite vatten. Du kan använda både färska och frysta bär. Spara en del av sommaren på burk!

Ca pris 20 kr | #dansukkersverige #syltsocker #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA

Min egen sylt

- på 5 minuter

Fem minuter, Syltsocker och sommarens bär eller frukter är allt du behöver för att göra din alldeles egna hemmagjorda sylt eller marmelad.

SÅ HÄR ENKELT ÄR DET:

1. Blanda två delar frukt eller bär med en del Syltsocker.
2. Låt koka 3-5 min, skumma väl.
3. Häll upp i varma, rena burkar.



Traditionell lingonsylt

2 BURKAR

INGREDIENSER

1 kg lingon
0,5 kg Dansukker Syltsocker
0,5 dl vatten
ev. smaksättning
0,5 st krukrosmarin, hackad

GÖR SÅ HÄR

Rensa och skölj bären. Lägg bären, syltsocker och vatten i en kastrull. Låt koka i 3-4 min. Skumma. Häll upp sylten på varma och väl rengjorda burkar. Förslut. Förvara svalt.

Marmelad på gula tomater

1 BURK

INGREDIENSER

400 g gula cocktailtomater
2/3 dl vatten
3 msk limesaft
190 g Dansukker Syltsocker
4 g basilika, färsk

GÖR SÅ HÄR

Skölj och skär tomaterna i bitar och lägg i en kastrull. Tillsätt vatten, limesaft och koka i 5 min. Häll i syltsockret och koka ytterligare 5 min. Tillsätt basilika. Ta kastrullen från värmen. Skumma väl. Häll upp på varm, väl rengjord burk. Förslut. Förvara svalt.

Röd vinbärssylt

2 BURKAR

INGREDIENSER

600 g röda vinbär
400 g Dansukker Syltsocker
1 dl Dansukker Ljust Muscovadorörsocker

GÖR SÅ HÄR

Rensa och skölj bären. Lägg vinbär, syltsocker och muscovadorörsocker i en kastrull och låt koka ca 8 min. Skumma väl och häll upp sylten på varma och väl rengjorda burkar. Förslut. Förvara svalt.





ALKOHOLFRI ÖL / BROOKLYN BREWERY

Special Effects är Brooklyn Brewerys första alkoholfria öl. En uppfriskande torrhumlad lager med en tydlig maltkropp som avslutas med en fräsch beska från en rad olika humlesorter. Ölet är välbalanserat och full av smak som en riktig öl men med specialeffekten - den är fri från alkohol.

Ca pris 17 kr | #brooklynbrewery #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



I ALLA



FRUKTDRYCK / CAPRI-SUN

Capri-Sun Blackcurrant & Apple blandar smaken av C-vitaminrika svarta vinbär med den omtyckta smaken av äpple. Den första smaken på svenska marknaden helt utan tillsatt socker! Drycken är smaksatt med en touch av det naturliga sötningsmedlet stevia och precis som hela Capri-Sun sortimentet är den fri från konserveringsmedel, konstgjorda smaker samt färgämnen.

Ca pris 10 kr | #caprisun #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



HÖGHÖJDSKAFFE / CAFEGO

Cafégo är resultatet av mångårig kaffekompetens samlad i ett litet paket. Fylligt och smakrikt med en lång och elegant eftersmak tack vare den mörka rostningen och de högvuxna noga utvalda bönorna. Du får prova 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 15 kr | #cafego #höghöjdskaFFE #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



I VISSA



HAVSSALT / MALDON

Maldon - favoriten bland kokar och matfantaster! Maldon är ett handskördat gourmetsalt från havet utanför Englands östkust med spröda flingor med ren saltsmak. De naturligt formade pyramidkristallerna har blivit Maldons signatur. Många flingsalt har klumpförebyggande medel i sig, men detta salt är helt naturligt och fritt från tillsatser. Maldon grundades 1882 och drivs än idag av familjen Osborne, nu i fjärde generationen. Sedan 2012 är företaget stolta hovleverantörer av havssalt till det engelska kungahuset.

Ca pris 40 kr | #maldon #taframdetbästa #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



TUNNKÄCKE / LEKSANDS TRE KULLOR

Ett tunnkäckebröd rikt på proteiner bakat med goda favabönor och frön. Den här gången bestämde sig bagarna för att baka ett tunnkäcke med mycket proteiner i för dig som tränar eller för dig som vill bjuda på något nytt och gott. Protein är ett energigivande näringsämne som är livsviktigt för kroppens funktioner. Den goda smaken från de naturliga råvarorna och vattnet från Leksands bageris egen källa är grunden till brödet. Tre Kullor är bakat i en helt egen del av bageriet där degarna sätts för hand och sedan gräddas på plåtar i konditoriugnar.

Ca pris 37 kr | #trekullor #äktanjutning #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I VISSA

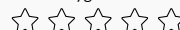


CHEWY FRUITS SOUR / TUTTI FRUTTI

Tillåt oss presentera Tutti Fruttis nya skummis - Chewy Fruits Sour! En skumpåse med sursockrade marshmallows i smakerna päron, passion, ananas och självklart den unika Tutti Frutti-smaken. Chewy Fruits Sour är en veganprodukt som endast innehåller naturliga färg- och smakämnen och är glutenfri. Den fräscha smaken kommer istället från naturliga aromer. En perfekt påse till sommarens alla godistillfällen! Chewy Fruits Sour kommer i både 70 g och 120 g. Du får prova 70 g-påsen i Smakbox.

Ca pris 18 kr | #fazersverige #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



I ALLA

Juniper Sunset

1 DRINK

INGREDIENSER

is
6 cl bitter
4 cl vodka
jordgubbar
20 cl Schweppes Enbär

GÖR SÅ HÄR

Fyll glaset med is. Häll i 6 cl bitter, 4 cl vodka och 20 cl Schweppes Enbär. Garnera med jordgubbar efter smak.



Nordic Blush

1 DRINK

INGREDIENSER

is
5 cl vodka
0,5 st lime
citronmeliss
15 cl Schweppes Vinbär

GÖR SÅ HÄR

Fyll glaset med is. Häll i 5 cl vodka och 15 cl Schweppes Vinbär. Pressa en halv lime över glasets öppning och garnera med citronmelissblad efter smak.



TONIC LIMITED EDITION / SCHWEPPESS

Nu lanserar Schweppes två nya somriga tonicsmaker under en limiterad period: Tonic Enbär och Tonic Vinbär. Produkterna går under samlingsnamnet Schweppes Summer Edition och bjuder på friska smaker med en lägre sockerhalt. Schweppes Enbär bjuder på en krispigt frisk och aromatisk upplevelse med doft av skog och växtlighet – perfekt till en somrardrink eller i en alkoholfri Gin & Tonic. Schweppes Vinbär samlar sommarens bäriga smaker i perfekt balans. Smaken av röda och svarta vinbär ger en lätt sötma med stor friskhet och en vackert himmelsrosa nyans – en tonic som förgyller alla säsongens drinkar. Du får prova en av smakerna i Smakbox.

Ca pris 15 kr | #schweppessverige #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA

Grillad kycklinglårfile med melonsallad & yoghurtsås

4 PORTIONER

INGREDIENSER

600 g kycklinglårfile
650 g vattenmelon
0,5 st rödlök
100 g chèvre
2 msk hackad mynta
0,5 st lime, zest och saft
2 msk olivolja
några stänk TABASCO® Original pepparsås
Maldon havssalt och mortlad svartpeppar

Rub:

2 msk Colman's senapspulver
2 msk paprikapulver
1 msk Maldon havssalt

Yoghurtsås:

2 dl medelhavsyoghurt
1,5 msk TABASCO® Grön pepparsås
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

Tänd grillen. Blanda ihop ingredienserna till rubben. Strö rubben på kycklingen och klappa in kryddorna ordentligt. Grilla kycklingen på båda sidor. Gör melonsalladen genom att skära bort skalet och skära melonköttet i bitar. Skala och strimla löken. Smula osten. Blanda ihop och tillsätt mynta, limeskal, limesaft, olja och några stänk TABASCO® Original pepparsås. Krydda med havssalt och mortlad svartpeppar. Blanda ihop ingredienserna till yoghurtsåsen, smaka av med salt och peppar. Servera kycklingen med melonsallad, yoghurtsås och nachochips.



SENAPSPULVER / COLMAN'S

Colman's senapspulver har funnits på marknaden sedan 1814. Den heta, karaktäristiska smaken kommer från en speciell blandning av olika ljusa och mörka senapsfrön. En blandning som än idag är en väl bevarad hemlighet ända sen Jeremiah Colman satte locket på sin första burk. Colman's har genom tiderna använts till såväl matlagning som till medicin men ses idag som en högkvalitativ matlagningsingrediens och är perfekt smaksättare i såser, dressingar, grytor och kryddblandningar.

Ca pris 36 kr | #colmans #taframdetbästa #smakbox

Mitt betyg:



Krustader med citronkräm

Ljuvliga små krustader med citronkräm och färska bär. Perfekt till buffébordet eller som en fräsch dessert på sommaren. Receptet är framtaget i samarbete med Johanna Westman och Karolina Sparring.

INGREDIENSER

1 frp Zeta krustader
150 g Mascarpone
0,5 dl florsocker
2-3 msk lemoncurd
1 st citron, finrivet skal
färska bär, t.ex vinbär
färsk mynta

GÖR SÅ HÄR

Blanda mascarpone med florsocker, lemoncurd och citronzest. Klicka citronkrämen i krustaderna och dekorera med bär och mynta.



KRUSTADER / ZETA

Krustader från Zeta är krispiga små munsbitar som passar utmärkt som tilltugg, förrätt eller som söta efterrätter. Bjud nära och kära på ljuvliga små aptitretare eller lyxa till det med små vackra tilltugg i tv-soffan. Grädda dem i ugnen med krämig ostfyllning eller servera med en av Zetas goda crèmes eller tapenade. Bakade utan palmolja och kan förberedas i god tid innan de ska ätas, de förlorar inte sin krispighet. Söta eller salta, de passar till båda!

Ca pris 30 kr | #zetakrustader #smakbox

Mitt betyg:





ALKOHOLFRI ÖL / FALCON

Falcon En God Lager är en alkoholfri lager på 0,0%. En gyllengul alkoholfri lager med maltig smak och avslutande balanserad beska. Från malten får ölet en brödig och karamellig ton och humlen balanserar upp med en frisk örtig doft och smak.

Ca pris 12 kr | #falconalkoholfri #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



SOCKERFRI COLADRYCK / PEPSI MAX

Pepsi Max är en sockerfri coladryck med en bra balans mellan söta och syrliga toner. Nu med en härlig touch av hallon! Pepsi Max Raspberry bör serveras väl kyld, gärna med is. Passar lika bra till mat och snacks som att avnjutas för sig själv.

Ca pris 10 kr | #pepsimaxraspberry #pepsisverige #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



I ALLA



I ALLA



HAGA-PETERS CHILISALAMI / JAKOBSDALS CHARKUTERI

Kallrökt och lufttorkad salami med smak av chili av högsta kvalitet. Skivad i lite mindre och tunnare skivor. Enkelt att ta med och förvara då den inte behöver hanteras som en kylvara. Prova till charkbrickan, på mackan eller i din matlagning.

Ca pris 20 kr | #jakobsdalscharkuteri #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



ITALIENSK FRUKTDRYCK / SAN PELLEGRINO

San Pellegrino är känt för sina små pärlande bubblor. Nyheten Citron & Mynta är en uppfriskande kombination av solmogna citroner och aromatisk mynta, för dig som gillar tradition med en twist. Finns även i smakerna citron, apelsin, blodapelsin och grapefrukt. Servera drycken kyld, helst på 2-4 °. Rosépepparkorn passar förträffligt med San Pellegrino Citron & Mynta. Garnera gärna med en skiva citron, färsk mynta och njut! Du får smaka nyheten i Smakbox.

Ca pris 12 kr | #sanpellegrino #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



Perfekta presenten till alla som älskar fika!

KONDITORIBOX / SWEDISH FIKA

Veganska bakverk och kakor i läcker design som smakar som hembakat. Swedish Fika Original Pastry Box är en kärleksfull chokladbox med Sveriges mest klassiska kondisbitar i form av veganska chokladbollar och dammsugare. Hållbart producerade i Sverige. Läs mer om hur Swedish Fika arbetar med hållbarhet och kvalitet på www.swedishfika.com. Köp på www.himmelso.myshopify.com

Ca pris 89 kr | #swedishfika #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



I VISSA



LÅGKALORIPASTA / ROOTPASTA

Ett substitut till pasta, ris och nudlar med enbart 6 kcal / 100 g. Framställt av Konjakroten och perfekt för de som inte vill offra textur och konsistens, men samtidigt vill hålla ner kaloriintaget och sin blodsockerkurva. Pastan är glutenfri och vegansk. Du hittar produkten på www.rootpasta.se och i utvalda ICA-butiker. Du får prova 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 25 kr | #rootpasta #smakbox

Mitt betyg:



I ALLA



CHOKLADKAKA GEISHA / KARL FAZER

Geisha är en omtyckt mjölkchoklad med en krämig fyllning gjord på hasselnötter. Den kännetecknas av sin rosa förpackning, och som alltid är alla produkter av choklad från Fazer gjorda på 100% ansvarsfullt producerad kakao.

Ca pris 20 kr | #fazerchoklad #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



I VISSA



I VISSA



FILOSTICKS / LAZARIDIS

Krispiga veganska filosticks bakade med filodeg. Filodeg har tusenåriga anor från medelhavet och ingår i många maträtter. Det är ett lövtunnt degark gjort på vetemjöl, vatten, salt och olja. Det unika med filodeg är den delikata och fräsiga konsistensen. Goda att äta som de är, som tilltugg bredvid måltiden eller som gott inslag tillsammans med ostbricken. Du får prova en av smakerna i Smakbox.

Ca pris 39 kr | #filodelicates #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



ALKOHOLFRI ÖL / ERDINGER

Erdinger Alkoholfri är en fräsch alkoholfri veteöl med karamellig maltighet, svag ton av humle och inslag av vanilj och honung. Den är dessutom isotonisk vilket innebär att den tas upp snabbare än vatten av kroppen och ersätter vätskeförlust. Ölen har ett lågt kaloriinnehåll och är tillverkad av naturliga ingredienser.

Ca pris 15 kr | #erdingeralkoholfri #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I ALLA



CHOKLADDRYCK / OATLY

Smarrig vegetabilisk chokladdryck för stora som små. Berikad med kalcium och vitaminer och med UTZ-certifierad kakao.

Ca pris 20 kr | #oatly #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



I VISSA



I VISSA



FILOKRUSTADER / LAZARIDIS

Krispiga veganska filokrustader som höjer smakupplevelsen. Bakade med noggrant utvalda råvaror, är fria från palmolja och produceras i Sverige. Håller sig fina och krispiga långt efter fyllning. Servera dem med kalla eller varma fyllningar!

Ca pris 37 kr | #filodelicates #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA



KRÄMIG BALSAMVINÄGER / RENÉE VOLTAIRE

Ekologisk balsamvinäger smaksatt med rökt chilipeppar – välbalanserad sötma, het chilismak och extra krämig konsistens! Traditionsenligt tillverkad av noga utvald vinäger och äkta jalapeño. Endast naturliga råvaror och helt utan tillsatser eller andra konstigheter. Gott att ringla över grillat, grönsaker och sallader, som dressing eller som marinad. Glaze on!

Ca pris 55 kr | #reneevoilaire #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA

Bananklubbor med chokladkross

1 PORTION

En bananbaserad efterrätt som är spännande, krispig och smaskens!

INGREDIENSER

25 g Nesquik® chokladflingor
4 rutor god choklad
1 st banan
0,5 dl vispgräde

GÖR SÅ HÄR

Bryt sönder och smält chokladen. Skala bananen och dela i ca 3 cm stora bitar. Doppa först i smält choklad och sedan i de krossade flingorna. Lägg in i kylan i ca 30 min.
Dekorera med vispad gräde & servera.



CHOKLADFLINGOR / NESQUIK

Spröda puffar med en oemotståndlig chokladsmak. Nesquik flingor förvandlar din mjölk till läcker chokladdryck! Dessutom innehåller Nesquik 51% fullkorn.

Ca pris 27 kr | #nestlecereal #smakbox

Mitt betyg:



I VISSA

30% mer kalla smaker!

Vill du också ha Smakbox med Kylt & Fryst tillägg? Prova om vi levererar till ditt postnummer och läs mer på smakbox.se/kyltfryst.

Vad är Kylt & Fryst tillägg?

- ett tillägg till din prenumeration
- ca 12 kylda och frysta smaker
- värde ca 300 kr
- pris 150 kr (+50 kr hemleverans)

I år maxar vi vårt kylda & frysta utskick! Nu får du hela 30% högre värde på innehållet jämfört med förra året och fler produkter än någonsin. Vi skickar kalla smaker med hemleverans 4 ggr/år tillsammans med din Smakbox (april, juni, oktober och december), istället för som tidigare med varje box.

Så funkar Kylt & Fryst tillägg:



Kylt & Fryst är ett tillägg till din nuvarande prenumeration och skickas tillsammans med Smakbox. Vi kan skicka till 60% av Sveriges befolkning, prova om vi levererar till ditt postnummer på smakbox.se/kyltfryst.



Du får ca 12 kylda och frysta varor till ett värde av ca 300 kr. Du betalar 150 kr (+50 kr hemleverans). Tillsammans med Smakbox får du ett värde på hela 650 – 750 kr. Ingen bindningstid och enkelt att avsluta eller pausa.



Leverans sker med obruten kyl- och fryskedja hem till dörren tillsammans med din Smakbox. Du får en föreslagen tid för leverans med möjlighet att byta. De frysta produkterna levereras i en anpassad påse som håller temperaturen en stund efter leveransen.

Bara
5 minuter
i stekpanna!

KYL & FRYST



Sallad Niçoise med gnocchi-pops

2 PORTIONER

INGREDIENSER

1 pkt Gnocchi Pops Tomat & Mozzarella
2 st tomater
100 g gröna bönor
3 st sardellfiléer
1 st hårdkokt ägg
20 g svarta oliver
20 g kapis
50 g tonfisk
extra jungfruolja
salt

GÖR SÅ HÄR

Värm lite smör eller extra jungfruolja i en stekpanna. Lägg i gnocchin och bryn den i ca 5 min på medium värme, rör om lite då och då för en jämn gyllene yta. Hacka tomaterna, sardellfiléerna och ägget. Skiva bönorna i mindre bitar. Lägg i en skål tillsammans med resterande ingredienser, blanda i gnocchin och smaksätt med salt och olja.



GNOCCHI POPS / RANA

5 minuter i stekpannan är tillräckligt för att framhäva smaken hos dessa delikata gnocchi med en fyllning av grillad tomat och mozzarella. Kan serveras som huvudrätt, tillbehör eller som en aperitif. En utmärkt rätt för alla tillfällen! Du får prova 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 35 kr | #rana #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F



ÅRETS GRÄDDGLASS / TRIUMF GLASS

Årets dessertnyhet från Triumf Glass är en krämig vit chokladglass gjord på färsk svensk grädde fylld med syrlig hallonsås. Från Glassfabriken i Sävedalen.

Ca pris 20 kr | #triumfglass #smakbox
#smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F



BRYNT SMÖR / BREGOTT

Bregott Brynt smakar av brynt smör med en nötig, karamelliserad doft. Tillverkad av smör gjord av färsk svensk grädde, brynt smör, rapsolja och en nypa salt. Bregott Brynt smakar gott på bröd men är också god att baka med.

Ca pris 35 kr | #bregottbrynt
#bregottfabriken #smakbox
#smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F



LANTFIL / ARLA KO

Arla Ko's lantfil har en naturlig fetthalt vilket ger en härlig krämighet. Den goda sprigheten får filen tack vare att den syras under extra lång tid med en äkta filkultur. Arla Ko's Lantfil är alltid gjord på 100% svensk mjölk från Arlagårdar.

Ca pris 18 kr | #arlako #smakbox
#smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F

Peanutbutter, jelly & banana-smoothie

2 GLAS

INGREDIENSER

Chiasylt:

1,5 dl frysta jordgubbar

0,5 dl vatten

1 msk lönnsirap/agavesirap/honung

1,5 msk chiafrön

Smoothie:

4 dl Planti YogOat Vanilj

2 msk jordnötssmör

1 st banan, i bitar

GÖR SÅ HÄR

Tina jordgubbarna. Mixa ihop med vatten, sirap och chiafrön. Låt stå i minst 30 min.

Mixa Soygurt Vanilj, jordnötssmör och banan till en slät smoothie. Fyll 1/3 av glaset med chiasylt, toppa upp med smoothie - njut med sked!



YOGOAT VANILJ / PLANTI

Planti YogOat Vanilj är en 100% växtbaserad gurt gjord på finaste havre. Precis lika underbart krämig och god som vanlig yoghurt, dessutom utan tillsatt socker eller sötningsmedel. Precis som alla Plantis produkter är den 100% från växtriket, laktosfri och mjölkfri. Dessutom är den nu adderad med kalcium och extra mycket D-vitamin!

Ca pris 25 kr | #planti #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F

Kikärtzburgare med karamelliserad lök

4 PORTIONER

INGREDIENSER

2,5 st gula lökar
smör
600 g kikärter
1 st ägg
1 st klyfta vitlök
100 g Allerum Crème Svensk Baronessa
peppar
4 st hamburgerbröd
sallad
avokado
groddar
Allerum Crème Svensk Baronessa

GÖR SÅ HÄR

Börja med att skära lök i skivor, spara en halv lök till senare. Stek långsamt i smör till den har fått en fin gyllenbrun färg. Lägg kikärter, ägg, resten av löken och ost i en mixer. Mixa ihop snabbt till en grov smet. Forma till fyra biffrar och stek. Rosta brödet. Bred på ost. Lägg samman med grönsaker och biffrarna.



FÄRSKOST CRÈME BARONESSA / ALLERUM

Crème Baronessa är Allerums senaste färskost med en rik och intensiv smak av lagrad Allerum Grevé. Allerum Crème är ett bekvämt och enkelt sätt att få ett smakrikt och lyxigt pålägg. En Allerum i bredbart format helt enkelt.

Ca pris 20 kr | #allerumcreme #allerumost #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



1 K&F



1 K&F



1 K&F



1 K&F



FRUKTSMOOTHIE / FROOSH

Ny design, samma goda smak! Froosh smoothies innehåller 100% frukt, inget annat. Inga tillsatser, inget tillsatt socker och är ej från koncentrat. Froosh smoothies är tillverkade av frukt och grönsaker som inte kan säljas i butiker på grund av kosmetiska brister, men som förstås fortfarande är fulla av god smak. I Smakbox Kylt & Fryst får du smaka en smoothie med smak av persika och passion.

Ca pris 20 kr | #froosh #froosofficial #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F

KYLT & FRYST



Hamburgaren blir alltid godare med TULIP Bacon!



SVENSKT BACON / TULIP

TULIPs nya bacon kommer från svenska gårdar. För att få den bästa möjliga smaken och kvaliteten är baconet naturligt rökt över bokspån. Tulip har producerat bacon sedan 1912.

Ca pris 20 kr | #tulipbacon #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



ITALIENSK GELATO / GROM

GROM är äkta italiensk gelato och sorbet för de som värderar kvalitet framför kvantitet. GROM använder de allra bästa ingredienserna från den ekologiska farmen Mura Mura och från väl utvalda leverantörer. I Smakbox få du prova smaken Sorbetto al Limone eller Gelato alla Nocciola. Finns även i smakerna Citron & Hasselnöt, Stracciatella, Choklad, Pistage, Kaffe och Jordgubb. Du hittar dem på utvalda butiker hos ICA, Coop, Hemköp och på Eatly i Stockholm och Fredos i Malmö. Kolla in @gromgelatosweden på Instagram för att se hela butikslistan.

Ca pris 79 kr | #gromgelatosweden #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F



SUPER CRUNCH PREMIUM FRIES / AVIKO

Super Crunch Premium Fries är gyllene pommes frites som håller sig krispiga extra länge tack vare en unik coating. En pommes frites för dig som ställer höga krav på smak och kvalitet, en restaurangfavorit som du nu enkelt kan tillaga hemma. Super Crunch tillagas enkelt i ugn, i fritös eller i airfryer.

Ca pris 24 kr | #avikosverige #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F



GREEK STYLE GURT / PLANTI

Planti Greek Style Gurt har allt som förväntas av en matgurt; frisk syra, härlig krämighet och fungerar precis som en vanlig grekisk yoghurt. Greek Style gurt är 100% växtbaserad, ekologisk och passar perfekt i kalla såser, dip och mellanmål eller som en sval, krämig klick till kryddstarka rätter.

Ca pris 15 kr | #planticooking #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



EKO FRUKTJUICE / GOD MORGON

En nyhet för alla citrusälskare. Ett soligt kärleksmöte där blodapelsinens aromatiska och kraftfulla smak möter den syrliga apelsinen i en rund och lagom söt blandning. 100% ekologisk och solmogen frukt som plockats för hand. En väl avvägd citrusjuice som passar lyxiga frukostar och ger en bra start på morgondagen!

Ca pris 27 kr | #godmorgon #blodapelsin #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F

4 PORTIONER

INGREDIENSER

6 st stora tomater
2 st morötter
1 frp färdig tomatsås á 500 g
250 g färska lasagneplattor
500 g cottage cheese
150 g riven smakrik ost
1 krm salt
1 krm svartpeppar
1 burk Svegro Örtpesto Basilika

GÖR SÅ HÄR

Sätt ugnen på 225°C. Skiva tomaterna. Skala morötterna och riv dem. Blanda keson med hälften av osten, salt och peppar. Bred ut lite av tomatsåsen i botten av en ugnssäker form (ca 20x30 cm). Varva sedan lasagneplattor med pesto, tomatskivor, morot, tomatsås och kesoblandning; toppa det översta lagret plattor med pesto och tomatskivor. Strö över resten av den rivna osten och tillaga i mitten av ugnen i 25-30 min.

Supersnabb vegetarisk lasagne med basilikapesto, tomater och keso



ÖRTPESTO / SVEGRO

Svegro Örtpesto är kallrörd på ekologiska örter från Svegros växthus på Färingsö, rapsolja, svensk hårdost och solroskärnor. Tillagad utan tillsatser. Passar bra till bland annat pasta, grillat, bröd, sallad, potatis och vegetariska rätter. Du hittar den i butikens hylla för färsk pasta eller färska såser. Finns i smakerna Basilika, Grönkål och Koriander. Du får prova en av smakerna i Smakbox.

Ca pris 35 kr | #svegrosverige #smakbox

Mitt betyg:
☆☆☆☆☆



1 K&F



1 K&F



1 K&F



1 K&F

Grillad Provencal Cheese Steak i baguette med mosad avokado, olivolja, chili och stekt ägg

4 PORTIONER

INGREDIENSER

1 st baguette
4 skivor Président Cheese Steak Provencal
4 st avokado
4 st ägg
olivolja
chiliflakes
flingsalt och svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

Dela baguetten i önskad storlek och ringla på olivolja på insidan. Grilla den krispig och gyllenbrun i varm grillpanna. Dela avokadon, gröp ur köttet och mosa i en bunke. Sprid ut på de nygrillade baguetterna. Ringla på lite olivolja, salta, peppra och strö på chiliflakes efter önskad styrka. Värm en stekpanna på medelvärme, lägg i en msk smör eller olivolja och stek äggen. Grilla osten 3 min på var sida. Lägg ägget och grillade osten på avokadobaguetten.



CHEESE STEAK / PRÉSIDENT

Président Cheese Steak är helt ny typ av stekost med en krispig yta men mjuk i mitten. Osten är en färsk ost som funkar både att grilla, steka i pannan eller tillaga i ugnen. Président Cheese Steak är en bra proteinkälla som alternativ till kött, men funkar också bra som komplement till köttet. Osten kommer i tre smaker, Original och två smaksatta varianter med smak av Provencal och Barbecue. Président Cheese Steak är förpackade i perfekta portioner med 2 biffar á 90 gram. Du får prova 1 av smakerna i Smakbox.

Ca pris 38 kr | #presidentcheesesteak #smakbox #smakboxkyltfryst

Mitt betyg:



I K&F



I K&F



I K&F



I K&F

#smakbox

Under #smakbox finns nu över 30,000 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?

*Dela din stund med
Smakbox du med!*



44 gilla-markeringar
vv_dagboken M O R G O N S T U N D. Till dagens frukost provade jag det... #smakbox #smakboxstund



114 gilla-markeringar
gardenibyviken Äntligen är månadens @smakbox här med fantastiska produkter som vanligt... #smakbox



132 gilla-markeringar
zmakloken Till lunch dukade jag upp en fräsch räksallad med #havris... #smakbox #smakboxtips



37 gilla-markeringar
frudior Efter en blåsig promenad ska det bli gott med lite energi! #smakbox #smakboxstund #kiviksmusteri

Vinn kokbok!

Tävla och vinn Paul Svenssons stora bok om grönsaker:
Grönsaker A-Ö: recept och bruksanvisningar

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 30:e augusti*.



PAUL SVENSSON
GRÖNSAKER A-Ö
RECEPT OCH BRUKSANVISNINGAR



*Maries vinnande
tävlingsbidrag!*

MARIE ENSTRÖM

BOR: Billeberga, 1 mil öster om Landskrona
FAMILJ: Man och två döttrar, ena utflugen
GÖR: Arbetar som optiker
PRENUMERANT SEDAN: April 2018
PRENUMERERAR PÅ: Smakbox Original
KONTO: @frudior på Instagram

Hej Marie, en av vinnarna från Smakbox MATNYTT #smakboxstund!

VAD TYCKER DU ÄR ROLIGT MED SMAKBOX?

- Det är så spännande med nya produkter som man inte skulle provat annars.

HUR GÅR DET TILL HEMMA NÄR DU ÖPPNAR SMAKBOX?

- Det är huggsexa om vem ska öppna boxen och det paxas vilka produkter som är vems!

VILKEN ÄR DIN FAVORITPRODUKT SOM DU UPPTÄCKT TACK VARE SMAKBOX?

- Vilmas kanelsticks är en ny favorit som jag upptäckt i boxen.

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

Lavens havrerispanna med kyckling

INGREDIENSER:

4 dl Frebaco Kvarn Havreris
6 st kycklinglårflé
1 st gul lök
1 st grön paprika
1 st gul paprika
150 g Piccolino-tomater
2 msk tomatpuré
400 g kikärtor
1 st hönsbuljongtärning
1 tsk paprikakrydda
0,5 tsk gurkmeja
0,5 tsk chiliflakes
salt och peppar
rapolja
0,5 liter kokt vatten
persilja till garnering

GÖR SÅ HÄR

Sätt ugnen på 230°C. Hacka lök och paprikorna i valfri storlek. Skölj rent kikärtorna. Lägg över de hackade grönsakerna och kycklingen i en ugnform. Häll över olja och krydda med salt, svartpeppar, paprikapulver, gurkmeja och chiliflakes. Blanda väl och placera mitt i ugnen i 25 min.

Ta ut formen från ugnen, lyft över kycklingen på en tallrik. I en skål, blanda ut buljong, hett vatten och tomatpuré till en sås. Blanda ner ris och kikärtor med grönsakerna i ugnformen, häll över tomatsåsen och rör om.

Lägg tillbaka kycklingen i formen över riset, placera ut tomaterna. Ställ i ugnen på 220°C i 35 min. Ta ut och garnera med persilja. Servera gärna med sallad och en klick yoghurt, fyll varvat med brödsteget, sallad, tomat, rödlök och skinka och toppa med mer dressing.



SMAKINSPIRATÖR FOODBYLAVEN

Laven älskar matlagning och lägger gärna många timmar i köket. Med rötter i mellanöstern vill Laven med sitt konto inspirera till en matlagingskultur med stora smaker och nya ingredienser. Att man äter både med ögat och munnen är något som Laven slagit fasta vid, och hon dukar gärna upp fint både till vardag och fest. De viktigaste matstunderna för Laven är när hela familjen sitter till bords, och hon hoppas att hennes recept kan bjuda in till flera sådana tillfällen även hemma hos dig.

BOR: Stockholm

FAMILJ: Maken Sami och sonen Martin, 3,5 år

GÖR: Arbetar inom betalterminal-branschen

FÖLJ: @foodbylaven på Instagram och www.foodbylaven.se

Ge bort Smakbox!

20% rabatt på 1-3 boxar i följd.

Använd kod **SG20** på smakbox.se/ge-bort-smakbox

20%
rabatt!



NÄSTA SMAKBOX SKICKAS
TILL PRENUMERANTER

26/8 - 7/9

OCH DÄREFTER LÖPANDE
TILL NYA KUNDER