



ØKOLOGISK



OPSKRIFTER

Økologiske Safter & Juice fra Svane



NYHED

Smagen af sommer fra Svane

Nydes iskold i et glas. Kan
også blandes med hvidvin
eller dansk vand med citrus
som en dejlig velkomst



Den populære
Svane Ingefær
SHOT med
54% Ingefær,
fåes nu som en
lille 60 ml. flaske



Svanes Smoothie

1/2 banan
3 dl (300 gr.) frossen frugt
ca. 4 dl Svanes Økologisk Juice

Alle ingredienserne blendes og serveres derefter i glas med sugerør. Pynt evt. med frugtstykker. Alle Svanes Økologiske Juicer kan bruges. Hvis man benytter frisk frugt skal der blendes med isterninger.



MULTIFRUGT Drink

6 cl Svane Økologiske Multifrugtjuice
3 cl pisang ambon
Blandet frugt eller bær (frosne) 400 ml
2 store spsk. vaniljeis

Mix alle ingredienser i en blender til det opnår den ønskede konsistens og der ikke er klumper i drikken. Ønskes en lidt tyndere konsistens, kan man tilføje lidt mere af Svane Økologiske Multifrugtjuice.

Hyldeblomst Bowle

1/2 liter Svane Økologiske
Hyldeblomstkoncentrat
1 liter dansk vand med citrus
1 liter hvidvin

Bland det hele sammen i en stor bowle og pynt med citroner/lime skiver, som har været i fryseren, inden servering.

Hyldeblomst Sorbet

2 ½ dl Svane Økologiske
Hyldeblomstkoncentrat
2 dl hvidvin
1 dl vand
2 pasteuriserede æggeghvider
Et par citronmelisse blade til pynt

Bland hyldeblomstkoncentrat, vand og hvidvin i en skål. Stil skålen i fryseren i 1 time, så det bliver til en halvfast masse. Pisk æggeghviderne til fast skum. Tag skålen ud af fryseren og pisk massen igennem. Bland de piskede æggeghvider i massen. Stil skålen i fryseren igen, denne gang i 2 timer. Servér sorbeten i en skål og pynt eventuelt med lidt citronmelisse blade.





Krydret Gazpacho

1/2 l kold grøntsagsjuice
2 røde peberfrugter
1/2 kg modne tomater
1/2 skrællet agurk
1 finthakket løg
1-2 fed hvidløg
2 spsk god olivenolie
2 spsk koncentreret
tomatpure
saft af ca. 1/2 citron
chili
salt og peber
Agurk
Brødcroustoner

Grill peberfrugterne i ovnen, til de begynder at blive sorte.
Tag dem ud, og lad dem køle lidt af, inden du flår skindet af og fjerner kernerne. Smid peberfrugtkødet i en blender.
Skold tomaterne, og flå dem. Skær dem i grove tern, og blend dem med peberfrugt og halvdelen af agurken, løg og hvidløg, til en tyk pure opnås. Tilsæt oliven-olie, tomatpure og grøntsagsjuice, og smag til med citronsaft, chili, salt og peber.

Servér Gazpachoen kold med resten af agurken skåret i fine tern, brødcroustoner.

Svanes Champignonsuppe

1 liter Svane Grøntsagsjuice
1 løg
500 g champignon
2 fed hvidløg
1 spsk. sukker
1 spsk. salt
1 spsk. honning
Hvid peber
3 dl fløde



400 g champignon. Ristede i skiver til fyld i suppen. Hakket persille.
Løget og hvidløg hakkes og sautes i gryde, med lidt olie, når det er let sauteret, kommes champignon i, (kvarte eller skiver) og sautes lidt videre. Grøntsagsjuice tilsættes, bringes til kogepunkt, fløden tilsættes. Smages til med salt, peber, sukker og honning. Suppen skal nu simre ved kogepunktet 5-10 min. Tages af varmen og blendes. (Evt. med en lille klat smør).

Serveres i varme dybe tallerkner/skåle. Ristede champignon kommes i, og der drysses med hakket persille. Klar til servering.

Opskrift fra Jægerhytten, Eskemoseskov, Birkerød



Svanes Tomatsuppe

100 g røget bacon	En god sjat rødvin
Lidt olivenolie	250 g tortellini
2 løg i tern	med skinke
2 hakkede fed hvidløg	eller anden pasta
1 liter Svane Tomatjuice	Salt og peber
En knivspids mild	Revet parmesanost
Chilipeber	
1/4 liter Hønsefond	



Svits løg og baconen i lidt olivenolie i en stor gryde. Tilsæt de hakkede hvidløg samt tomatjuicen, hønsefonden, en sjat rødvin samt chilipeber. Lad det småkoge ca. 15 min. til bacon og løg er møre og smagen har "sat sig". Smag til med salt og peber. Når suppen har den rette konsistens, tilsættes pastaen, der koges færdig i suppen, efter anvisning på pakken.

Serveres med brød og reven parmesanost.



Svanes Ingefærgløg

To flasker Svanes Ingefær Shot
Husk alle 3 Ingefær varianter kan bruges.
 4 stk. kanelstænger
 1 teskefuld nelliker
 ½ teske kardemomme (stødt)
 ½ l. hvidvin
 Fyld: rosiner, tørret mango og tørret ananas, mandler/hasselnødder

Ønskes der lidt mere ingefær skarphed kan man tilsætte efter smag med Svanes Ingefær Shot.

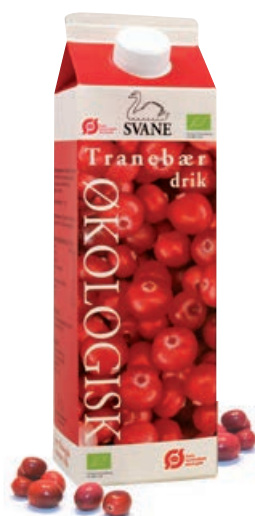


To flasker Svane Ingefær Shots hældes op i en gryde hvorefter en håndfuld rosiner tilsættes. Kanelstænger, nelliker og kardemomme lægges i en tepose hvori de skal blive under opvarmningen. Det må ikke koge, men opvarmes ved svag varme i en ½ time under låg. Derefter lad det stå og køle af. Lad krydderiposen ligge i. Når det skal serveres skal man tage krydderiposen op. Derefter tilsætte ½ l. hvidvin og ½ l. vand. Så varmes gløggen langsomt op igen uden at koge, fyldet tilsættes. Fyldet: Tørret mango og tørret ananas, mandler/hasselnødder flager samt lidt ekstra rosiner ligges i. Hvis der ikke skal være alkohol i, kan man bare tilsætte vand i stedet for hvidvin.

Svanes Tranebærgløg

1 liter Svane Tranebær drik
 1 dl Svane Appelsinjuice
 100 g dansk fast honning
 2 dl vodka
 100 g smuttede mandler
 100 g tranebær

*Gløggen er også god uden vodka.
 Lav evt. en med og en uden.
 Det skal nok blive drukket.*



Svanes Æblegløgg

½ liter Svane Økologiske Æblejuice
1 hel kanel
9 hele nelliker
4 kardemommekerner
1 appelsin
1 flaske sød hvidvin
½ dl lys rom
1 dl lyse rosiner
50 gram flækkede mandler
(smuttede)



Skær appelsinen ud i mindre stykker og læg dem i en gryde. Tilsæt Svane Økologiske Æblejuice, rosiner, kanel, nelliker og kardemommekerner og bring det hele i kog. Tag gryden af varmen og lad det trække en times tid. Varm atter blandingen op til kogepunktet og tilsæt vin, rom og mandler.

Hvid Gløgg med Hyldeblomst

3 dl Svane Økologisk
Hyldeblomstkoncentrat
1 vaniljestang
8 hele nelliker
1 lille stykke ingefær
1 flaske tør hvidvin, evt. lidt rom
Mandelsplitter og kandiseret frugt
i små tern f.eks. ananas, papaya,
mango og lyse rosiner



Bland hyldeblomstkoncentraten med en flækket vaniljestang (på langs), nelliker og ingefær - og lad det trække til næste dag. Tilsæt hvidvin og varm gløggen op. Den må ikke koge. Smag evt. til med rom og fordel gløggen i glas med mandelsplitter og kandiserede frugter.

Økologiske Ingefær Shots



Til en god start om morgen eller til en lækker brunch. Nydes kolde i et lille glas. Kan også blandes i din morgenjuice/smoothie hvis det ønskes at mildne den friske smag.

Som Te: To Shot Ingefær blandes i en kop kogende vand med lidt frisk citron/appelsin-stykker i. - så enkelt!



DK-ØKO-100

Svanes Økologiske sortiment består af 10 forskellige varianter, fremstillet af de bedste økologiske råvarer. Forhandles hos Irma, helsekostforetninger og udvalgte SuperBest butikker.

www.svanetrading.dk

