

Glutenfrie nyheter

I løpet av 2019 har det kommet flere gode glutenfrie nyheter i butikkhyllene.

Nina Sævik Illustrasjonsfoto: iStock

Med forbehold om at ikke alle nye glutenfrie produkter er med i oversikten. NCF har gjort en forespørsel hos leverandører/produsenter av glutenfrie produkter om hvilke produkter som har kommet på det norske markedet i 2019. NCF har henvendt seg til leverandører/produsenter som NCF er kjent med.



MASALAMAGIC

Butter chicken

Nirus Butter chickensaus gir deg den kjente festretten fra det kongelige Moghul-kjøkkenet. Sausen er vegansk, laget med blant annet autentiske krydder og kokosmelk.

Tikka masala

En vegansk, gourmetsaus fra det nord-indiske kjøkken i Punjab. Cashewnøtter, kokosmelk og aromatiske krydder gir deg den ekte smaken på favorittretten.

Korma

Saus inspirert av reiser til sør-India. Sausen er vegansk, inneholder kvernedede mandler, kokosmelk og kvalitetsrike krydder som gir en eksotisk smak. Tilgjengelighet: I over 1000 butikker i NorgesGruppen, Coop Mega og masalamagic.com.



BARILLA

Lasagne Glutenfri (250 g)

Lasagne med perfekt «al-dente»-kvalitet og smaker slik pasta fra Barilla skal smake. Laget av en smakfull blanding av tre naturlige ingredienser; hvit og gul mais, og ris. Uten tilsatt stivelse. Tilgjengelighet: Mellomstore Coop Extra og Coop Mega og alle Coop Obs-butikker.



FRIA

Grova

Grovbrød med linfrø, lett krydret med karve. En klassiker med mye smak. Et av Frias mest populære brød som i år har kommet i ny oppskrift og blitt litt større. Tilgjengelighet: Alle Coop-butikker, Rema 1000 og Meny. Frivillig i Joker, Kiwi, Spar og Bunnpris.



Limpan

En svensk klassiker på frokostbordet. Et mykt og saftig mellomgrovt brød, krydret med et lett dryss av pome-rans. Har i år kommet i ny oppskrift og blitt litt større. Tilgjengelighet: Frivillig i Meny og Bunnpris.

Vita Toast

Myk og herlige formloff. Perfekt som toastbrød, eller som sandwich sammen med favorittpålegget. Har i år kommet i ny oppskrift og blitt litt større. Tilgjengelighet: Største Meny-butikkene samt frivillig i Joker, Kiwi, Spar, Bunnpris og Rema.



DET GLUTENFRIE VERKSTED

Søt Bakemiks (400 gram)

Dette er miksen til alle dine søte favoritter. Økologisk og uten hvetestivelse. På detglutenfriereverksted.no ligger det mange oppskrifter og tips med denne miksen. Tilgjengelighet: Coop, allergikost.no, Kolibri Kolonial og Røtter St. Hanshaugen (Oslo).

Eltefritt Brød (740 gram)

1 pose miks, 6 dl vann og 1 ts gjær er alt som skal til for å bake ditt eget glutenfrie, eltefrie brød. Bland deigen på kvelden, og neste morgen er den klar til å stekes med liten innsats. Jerngryte hjelper på sprø skorpe, men er ikke et must for å få til et godt, næringsrikt brød. Miksen er også nøkkelhullsmerket. Tilgjengelighet: Coop, allergikost.no, Kolibri Kolonial og Røtter St. Hanshaugen (Oslo).

Rent mel i posen

Serien med rent mel i posen vokser med flere favoritter for deg som liker å bake fra bunnen av:

Hirseflak

Tilgjengelighet: Meny, Coop Obs, Mega og Extra samt allergikost.no.

Bokhvete-flak

Tilgjengelighet: Coop og allergikost.no.

Kikertmel

Tilgjengelighet: Coop og allergikost.no.



Crackers

Økologiske miniknekkebrød i smaken Rosmarin og Sesam. Passer perfekt til ost, dipp, som tilbehør til gryter eller rett og slett som litt sunnere snacks. På pakken finner du også en enkel oppskrift på hummus. Tilgjengelighet: Coop, allergikost.no, Kolibri Kolonial og Røtter St. Hanshaugen.



SUPERNOODLES

Super Noodles Cup Kylling

Risnudler i farta. Asiatic nudelsuppe med kyllingsmak. Tilgjengelighet: Kiwi, Meny, noen Coop, utvalgte helsekostbutikker og allergikost.no.

Super Noodles Cup Biff

Risnudler i farta. Asiatic nudelsuppe med biffsmak. Tilgjengelighet: I noen dagligvarer, utvalgte helsekostbutikker og allergikost.no.



FELICIA

Over 20 typer pasta som er både næringsrike, vegansk, økologisk og naturlig glutenfrie.

- Felicia Bio Tortiglioni Bokhvete
- Felicia Bio Ditalini Bokhvete
- Felicia Bio Fusilloni Mais og Ris
- Felicia Bio Bavette Mais og Ris
- Felicia Bio Lasagne Mais og Ris
- Felicia Bio Spaghetti Mais og Ris
- Felicia Bio Penne Fullkornsrís
- Felicia Bio Tagliatelle Fullkornsrís
- Felicia Bio Spaghetti Fullkornsrís
- Felicia Bio Tortiglioni Multikorn
- Felicia Bio Spaghetti Multikorn
- Felicia Bio Fusilli Røde Linser
- Stelline Grønne Erter og Røde Linser

- Felicia Bio Mezze Penne Grønne Erter
- Felicia Bio Fusilli Kikerter
- Felicia Bio Casarecce Gule Linser
- Felicia Bio Lasagna Gule Linser
- Felicia Bio Fusilli Mungbønner
- Felicia Bio Rigatoni Havre
- Felicia Bio Gule Linser og Gresskar
- Felicia Bio Røde Linser og Rødbeter

Tilgjengelighet: Glunot (butikk i Trysil); sender også i posten. Nettbutikk under arbeid. For mer informasjon, se glunot.no.



FJORDLAND

Safari vaniljeyoghurt med havre

Fruktyoghurt med glutenfri havre – helt uten biter. Naturlig rik på protein og uten E-stoffer.
Tilgjengelighet: Coop Extra (mellomstor) og Mega (stor), Coop Obs, Kivi (stor), Meny og Ultra Centra. Frivillig i Coop Extra (små), Coop Mega (stor og mellomstor), Bunnpris, CC Mart'n, Eurospar, Joker, Meny Basis, Nærbutikken og Spar.



Safari banan- og jordbæryoghurt med havre

Fruktyoghurt med glutenfri havre – helt uten biter. Naturlig rik på protein og uten E-stoffer.
Tilgjengelighet: Coop Extra, Mega, Obs og Prix, Kivi (stor), Meny og Ultra Centra. Frivillig i Coop Prix (små), Bunnpris, CC Mart'n, Eurospar, Joker, Meny Basis, Nærbutikken, Spar og Rema 1000.



FINAX

Finax snacks protein chili

Snacks med mye smak. Bakt med rapsolje og smaksatt med chili. 20 % proteininnhold, fiberrik, lavt fettinnhold og uten unødvendige tilsetningsstoffer.
Tilgjengelighet: I noen dagligvarer, utvalgte helsekostbutikker og allergikost.no.

Finax snacks protein salt og pepper

Snacks med mye smak. Bakt med rapsolje og smaksatt med salt og pepper. 20 % proteininnhold, fiberrik, lavt fettinnhold og uten unødvendige tilsetningsstoffer.
Tilgjengelighet: I noen dagligvarer, utvalgte helsekostbutikker og allergikost.no.

Finax snacks parmesan

Sprø, bakt snacks, med god ostesmak.
Tilgjengelighet: I noen dagligvarer, utvalgte helsekostbutikker og allergikost.no.



FUNKSJONELL MAT

Organic SunFlour

SunFlour er laget av økologiske fettreduerte og malte solsikkekjerner. SunFlour har en smak som egner seg best i ulike brødbakst, pai, pizzabunn, knekkebrød o.l. Ved å bytte ut deler av vanlig mel med SunFlour vil du få et godt tilskudd av protein og fiber samtidig som du reduserer karbohydratinnholdet, og dermed også blodsukkerbelastningen.

Tilgjengelighet: I alle landets helsekostbutikker, og i en rekke nettbutikker, bl.a. funksjonellmat.no.



REAL TURMAT

Squash- og maisgryte

Fyldig og mettende vegansk rett med kokosmelk og ris. Få større variasjon i matveien og ta den med på tur eller nyt den i en hektisk hverdag.

Thai Red Curry

Asiatisk vegansk gryte med kikkerter og ris. Lever opp til navnet sitt. Velg denne om du liker godt krydret mat, uavhengig om du er veganer eller ikke.

Tilgjengelighet: Hovedsakelig gjennom de største sportskjedene og realoutdoorfood.com/no.



ORGRAN

Orgran Multigrain O's med Quinoa

Full av essensielle næringsstoffer og kostfiber som gir energi. Laget av 77 % fullkorn og 14 % proteinrike belgfrukter.
Tilgjengelighet: Utvalgte dagligvarer og helsekostbutikker samt allergikost.no.

Orgran Lasagneplater (mini og riflet)

Små bølgete lasagneplater av ris og solmodnet mais.
Tilgjengelighet: Utvalgte dagligvarer og helsekostbutikker samt allergikost.no.

PURE FOOD

Hvetemel-erstatner

Melmiksen passer godt som erstatning for hvetemel. Rik på kostfiber, 6 % chiamel. Passer godt til gjærbakst, kaker, pizza, pasta og kjeks.

Grovt Proteinbrød Bakemiks

Bakemiksen gir et proteinrikt grovbrød, fullt av vitaminer og mineraler. Bakt med planteprotein.

Loff

Et saftig lyst brød, bakt med naturlig glutenfri havre.

Proteinbrød

Et proteinrikt grovbrød, fullt av vitaminer og mineraler. Bakt med planteprotein.



Fiberbrød

Et fiberrikt grovbrød, fullt av vitaminer og mineraler. Bakt med solsikkefrø.

Tilgjengelighet: Meny.

PERKIER

Quinoa Bar med Kakao, Peanøtt & Salt karamell

Kanskje Perklers beste bar noensinne. Sprø peanøtter, kaldpresset raw kakao, og med et lite dryss av salt og herlig karamell.
Tilgjengelighet: Utvalgte dagligvarer og helsekostbutikker samt allergikost.no.

Quinoa Bar med Kakao & Appelsin

Sprø nøtter, fruktig rosiner og kaldpresset raw appelsinsjokolade gjør denne baren til en favoritt for mange.
Tilgjengelighet: Utvalgte dagligvarer og helsekostbutikker samt allergikost.no.



SCHÄR

Focaccia Rosmarin

Den fineste solsikkeoljen, havsalt, rosmarin og surdeig bringer Italia til din tallerken. Kan nytes både som forrett eller hovedrett. En Focaccia i brødristeren i tre til fem minutter, avhengig av hvor sprø du vil ha den, kan anbefales. Tilgjengelighet: Coop Obs og Coop Mega.



TORO

Bergensk Fiskesuppe

En kremet fiskesuppe med biter av gulrot, purre og gressløk. Suppen passer perfekt med biter av fisk og skaldyr. Server gjerne med ferskt brød. Tilgjengelighet: Coop Obs, Mega og Extra og de største Prix-butikkene.

Tomatsuppe Porsjon

En mild og god tomatsuppe. Perfekt når man er litt sulten og har lyst på noe varmt, godt og enkelt. Perfekt på farten! Tilgjengelighet: Coop Obs, Mega og Extra og de største Prix-butikkene.

Blomkålsuppe Porsjon

En kremet suppe med mild smak og biter av blomkål. Perfekt når man er litt sulten og har lyst på noe varmt, godt og enkelt. Perfekt på farten! Tilgjengelighet: Coop Obs, Mega og Extra og de største Prix-butikkene.

Bare Bra Glutenfri Supergranola

En knasende sprø granola uten tilsatt sukker, med frisk smak av blåbær, rabarbra, kardemomme og kanel. Naturlig rik på kostfiber og fullkorn. Tilgjengelighet: Meny, Coop Obs, Mega og Extra og de største Prix-butikkene.

Amerikansk Spicy Tomatsuppe

En smakfull tomatsuppe med inspirasjon hentet fra sørstatene i USA. Suppen er en mettende middagssuppe med bønner, løk, mais og poteter. Tilgjengelighet: Coop.

Thai Kyllingsuppe Tom Kha Gai

En bestselgende smak fra asiatiske restauranter. Suppen er en syrlig og medium krydret kyllingsuppe med fyldig smak av kokosmelk, sitrongress og lime. Tilgjengelighet: Coop Obs, Mega og Extra.

SYNNØVE FINDEN

Grovkrisp

Ny og bedre oppskrift. Bakt på havre og mais. Proppfulle av næringsrike lin- og sesamfrø og solsikkekjerner. Rik på fiber – kilde til protein. Kommer i praktisk gjenlukkbare forpakning, 6 knekkebrød per pakke. Tilgjengelighet: Rema 1000, Coop Obs, Coop Mega, Coop Prix og Coop Extra.



NATURLIG GLUTENFRITT

Amaranth mel av steinmalt kvalitet

Et eksotisk næringsrikt innslag i den glutenfrie baksten. Melet er godt egnet til bakst av brød, rundstykker, bagetter, knekkebrød og kjeks. Anbefalt mengde amaranthmel er opp til 40 % i en blanding. Amaranth har proteiner av høy kvalitet, er rik på mineraler og vitamin A og C, og er en kilde til fiber og protein. Tilgjengelighet: naturligglutenfritt.no og enkelte helsekostbutikker. Amaranth mel fås også som 16 kg sekk (naturligglutenfritt.no).

Sorghum mel av steinmalt kvalitet

Egner seg godt til bakst av brød, surdeigsbrød, pannekaker, flatbrød eller pizza, og kan kombineres med andre mel- og bakeblandinger. Liker du å eksperimentere med surdeig, vil du ikke bare få full tilgang til proteinene, men også kunne få et smakfullt daglig brød med stivelse som fordøyes langsommere enn med andre kornslag. Tilgjengelighet: naturligglutenfritt.no og enkelte helsekostbutikker. Sorghum mel fås også som 16 kg sekk (naturligglutenfritt.no).

Kjeks nr. 1

Kjeks bakt med sorghum bakeblanding fra naturligglutenfritt.no og søtet med kokosblomstsukker. Finnes i to typer emballasjer. Bakt av Den Gode Baker. Tilgjengelighet: naturligglutenfritt.no og enkelte helsekostbutikker.

Pepperkakedeig

Vegansk, glutenfri pepperkakedeig med sorghum- og tapioka bakeblanding. God å kjevle ut når den er romtemperert. Blandet av Den Gode Baker. Tilgjengelighet: naturligglutenfritt.no.



Glutenfri Vegan pizza Marguerita

Bakt med Tapioka- og Sorghum bakeblanding. Med vegansk økologisk ost. Bakt av Den Gode Baker. Tilgjengelighet: naturligglutenfritt.no og i helsekostbutikker.



SEMPER

Landbrød

Landbrød med deilig skorpe og en nordisk, saftig smak. Brødet har et høyt fiberinnhold og er uten tilsatt hvetestivelse. Brødet kan spises som det er eller ristes i brødrister. Brødet passer også godt på grillen, eller som smakfull toast i toastjern. Brødet er langtidsholdbart. Tilgjengelighet: Coop og Rema.



SV. MICHELSEN

Lakris i forskjellige varianter

Sv. Michelsen Sjokolade er håndlaget sjokolade av de beste ingrediensene siden 1933. Lakris med sjokolade og lakris, Lakris med sjokolade, salmiakk og havsalt, Lakris med hvit sjokolade, bringebær og chili, Lakris med hvit jordbærsjokolade, Lakris med hvit sjokolade og passionsfrukt.



Tilgjengelighet: i utvalgte helsekostbutikker og allergikost.no.

DIGGBOX

Glutenfri snackbar

En kasse med 9+ unike gluten- og hvete frie godbiter som smaker himmelsk. En god miks av ulike produkter og smaker: Nøtte-, bær- og fruktmikser, sjokolader, godteri, supermat, smoothies, pålegg, knekkebrød, barer, kjeks, småkaker, te, kaffe og andre godbiter. Velg mellom månedlig abonnement (si opp eller frys når som helst) eller engangskjøp. Tilgjengelighet: diggbox.no.



Grønn snackbar (glutenfri)

Perfekt for deg som ikke tåler melk, egg og andre animalske allergener, ønsker å spise mer plantebasert og bærekraftig, er vegetarianer eller veganer. En god miks av ulike produkter og smaker: Spennende nøtte-, bær- og fruktmikser, sjokolader, godteri, supermat, smoothies, pålegg, knekkebrød, barer, kjeks, småkaker, te, kaffe og andre godbiter. Velg mellom månedlig abonnement (si opp eller frys når som helst) eller engangskjøp. Tilgjengelighet: diggbox.no.

Get Raw smulpaj med sjokolade eller bringebær, 35 g

En havrecookie som du kan spise hver dag med god samvittighet! Inneholder glutenfri havre, nøttesmør, kokosblomstsirup og sjokoladebiter eller saftige bringebær – en uimotståelig kombinasjon. Økologisk, melke- og glutenfri. Finnes i to varianter – en med sjokoladebiter og en med bringebær. Tilgjengelighet: diggbox.no.



Jom økologisk godteri, 70 g

Dette er en pose med deilig vingummi som finns i flere smaksrike varianter – søte bringebær, blåbær med en syrlig kick, saftig fersken og fyldig karamell. Joms smaker er spesielt utviklet for å frambringe den beste smaksopplevelsen som holder lenge. JOM er godteri som kan spises av alle med god samvittighet. Tilgjengelighet: diggbox.no.

