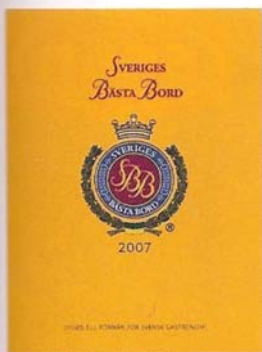


# LAGALÄTT

Lätt mat på max 30 minuter



## Krogtips i pocket

En behändig liten bok som guidar dig till Sveriges bästa restauranger. Den är uppdelad efter landskap och varje restaurang har en eller flera kategori-beteckningar för t ex lyx, gästgiveri eller kvarterskrog. Särskilt omnämnda är också guld- och silverkrogar. När första upplagan av Sveriges bästa bord kom ut för 15 år sedan fanns 55 krogar med. I år har antalet krogar femdubblats, trots att kvalitetsribban ligger lika högt.

Vänder du boken upp och ner får du också en guide till de bästa konditorierna och kaféerna i landet.

Pris 160 kr inkl frakt.

Kan beställas på tel 042-24 32 70 eller på [www.sverigesbastabord.com](http://www.sverigesbastabord.com)



GLAD AV  
ATT DISKA

Tuffa diskhandskar  
med färgglada  
Spots Petrol  
[www.olioli.se](http://www.olioli.se)

ÄTER DU BÖNOR?



godbitar

SOM GÖR LIVET ENKLARE • SUNDARE • ROLIGARE • GODARE

## Ny kyckling i frysdisk

Majskyckling (vilket innebär att kycklingarna föds upp på majsfoder) är en god nyhet i frysdisk. Kycklingen är god och mör. Finns hel, som filé och klubbor.

Torsåsen, ca 90 kr/kilo.



FÖR lokala

“Luxurious olive oil” in a stylish package of British design. The oil tastes mild, it obtains high quality because of its low acidity of only 0,28%. An opened tin will be at its best for about 6 months, best temperature to keep the oil is 12-18°C. The oil is sold in delicatessen shops and at [www.olioli.se](http://www.olioli.se). The price is 129 SEK + transport cost.

enligt en undersökning av United Minds.

- 20% 1 gång/vecka
- 24% 1-3 gånger/månad
- 25% äter aldrig
- 30% äter mer sällan än 1 gång/månad

Hur ofta äter du bönor?

Svara på vår hemsida [www.lagalatt.se](http://www.lagalatt.se)

## LYXIG OLIVOLJA

i stilren förpackning av brittisk design. Oljan är ganska mild i smaken. Den håller hög kvalitet tack vare sin låga syrahalt på bara 0,28%. Hållbar ca 6 mån, bästa förvaringstemperatur är 12-18°. Oljan säljs i delikatessbutiker och på [www.olioli.se](http://www.olioli.se).

Pris 129 kr + frakt.



I Bolivias regnskog har man hittat vildväxande kakaoböner. Dessa böner ger en fantastisk god choklad med en kakaohalt på 68%. Håll utkik efter Cru Sauvage, denna häftiga choklad som säljs bland annat på Chokladfabriken och Rosendals Trädgård i Stockholm, 45 g kostar ca 45 kr.

FOTO: JESSICA ERICSON

id chokladi