

PROMIX

Siemenet



UUTUUS

**Promix Salaattimix
+ ananas-papaija**

UUTUUS

**Promix Salaattimix
+ karpalo**

Siemenet



- Salaattipöytään
- Aamiaispöytään
- Keittoateriale
- Leipätaikinaan ja pinnalle
- Jälkiruokiin
- Siemeniä suositellaan kasvisruokavalioon
- Paahtaminen korostaa siementen makua

Promix Auringonkukansiemen

Auringonkukansiemenet sopivat salaatteihin, myslisiin ja leipätaikinoihin ja syötäväksi sellaisenaan tai paahtettuna.

Promix Kurpitsansiemen

Pähkinäisen täyteläisen makuiset siemenet sopivat mainiosti leivontaan, salaatteihin, myslisiin, puuron päälle sekä täytteeksi kasvispiirakoihin tai paahtettuna koristeeksi annoksen päälle. Kurpitsansiemenet ovat myös helppoa sormiruokaa sellaisenaan tai paahtettuna.

Promix Pellavansiemen

Pellavansiemeniä voi lisätä monenlaisiin ruokiin ja leivonnaisiin, puuroihin, piirakoihin, salaattiin, rahkaan ja viiliin tai jogurtin päälle myslin tapaan. Vettä sitovan ominaisuuden ansiosta pellavansiementä sisältävä leipä on erityisen mehevää.

Promix Salaattimix

Salaattimix on sekoitus auringonkukansiemeniä, kurpitsansiemeniä ja meloninsiemeniä. Salaattimix tuo ruokaan lisämakua, näyttävyyttä, rakennetta ja ruokaisuutta.

Promix Salaattimix + karpalo

Salaattimix on sekoitus auringonkukansiemeniä, kurpitsansiemeniä, meloninsiemeniä ja kuivattua karpaloa. Kevyesti ruokosokerilla mehevöitetty karpalo antaa Salaattimixille marjaisaa makeutta.

Promix Salaattimix + ananas-papaija

Salaattimix on sekoitus auringonkukansiemeniä, kurpitsansiemeniä, meloninsiemeniä ja kuivattua ananasta sekä papaijaa. Ananas- ja papaijapala tuovat Salaattimixille eksoottista, hedelmäistä makua.

Paahtetut siemenet

1 kpl GN 1/1-40 mm vuoka

1,000	kg	Promix Auringonkukansiemeniä tai Kurpitsansiemeniä
0,070	l	Ketjap Manis makeaa soijakastiketta tai tavallista soijakastiketta

Levitä siemenet vuokaspraylla voideltuun vuokaan. Paahtaa kiertoilmatoiminnolla 180 asteessa 8-10 minuuttia. Sekoita välillä.

Ota vuoka uunista, kun siemenissä on kaunis väri. Lisää makea soija välittömästi pirskotellen siementen joukkoon. Sekoita.

Anna jäähtyä, samalla siemenet kuivuvat.

Voit käyttää Ketjap Manisin asemesta myös tavallista soijakastiketta.

Kardemummaiset siemenet

1 kpl GN 1/1-40 mm vuoka

1,000	kg	Promix Kurpitsansiemeniä tai Auringonkukansiemeniä
0,050	l	vettä
0,050	kg	sokeria
0,002	kg	suolaa
0,005	kg	Capsi Kardemummaa

Makeat siemenet saat, kun sekoitat tilkkaan vettä reilusti sokeria ja hyvin hienoksi jauhettua kardemummaa. Lisää liuos paahtettujen, juuri uunista otettujen, kuumien siementen joukkoon, sekoita ja anna jäähtyä ja kuivua.

**Siemenet
voi paahtaa
myös pannulla.**





Kurpitsansiemen toscakakku

0,300	kg	kananmunia
0,350	kg	sokeria
0,410	kg	vehnä jauhoja
0,013	kg	leivinjauhetta
0,125	l	maitoa
0,300	kg	voita tai margariinia

kuorutus:

0,180	kg	voita tai margariinia
0,300	kg	Promix Kurpitsansiemeniä
0,250	kg	sokeria
0,010	kg	vaniljasokeria
0,125	l	maitoa
0,025	kg	vehnä jauhoja

Sulata rasva. Vatkaa kananmunat ja sokeri hyväksi vaahdoksi. Sekoita jauhot ja leivinjauhe keskenään. Lisää seos, maito ja sulatettu voi kevyesti sekoittaen kananmunavaahdon joukkoon. Sekoita taikina tasaiseksi.

Kaada leivinpaperilla vuorattuun GN 1/1-40 mm vuokaan. Kiertoilmapaista 150 asteessa n. 20 minuuttia.

Mittaa kaikki kuorituksen aineet kattilaan. Kiehauta seos samalla sekoittaen.

Ota kakkupohja uunista, kun se on lähes kypsä ja pinta vaalean ruskea. Kaada kuorrute tasaisesti pinnalle ja jatka kypsennystä kiertoilmapaista 175 asteessa n. 10 minuuttia, kunnes kuorrute on saanut kauniin värin.

Kurpitsansiemen-kaura-omenapaistos

2,000	kg	omenakuutioita tai -lohkoja
0,045	kg	sokeria
0,003	kg	kanelia
		sitruunamehua

0,300	kg	voita tai margariinia
0,230	kg	sokeria
0,240	kg	isoja kaurahiutaleita
0,140	kg	Promix Kurpitsansiemeniä

Kaada omenakuutiot voideltuun GN 1/1-40 mm vuokaan. Mausta kuutiot sokerilla ja kanelilla sekä sitruunamehulla jos haluat lisätä happamuutta.

Sekoita keskenään sulatettu rasva, sokeri, kaurahiutaleet ja Promix Kurpitsansiemenet. Jaa seos omenakuutioiden päälle vuokaan. Kiertoilmapaista 175 asteessa 25-30 minuuttia.

Tarjoa jälkiruokana vaniljakastikkeen kanssa.





Ravintosisältö/100 g

**Promix
Auringonkukansiemen
kuorittu
2,5 kg**



Energiaa	2558 kJ (611 kcal)
Proteiinia	22 g
Hiiilihyaatteja	7 g
josta sokeria	0,5 g
Rasvaa	55 g
josta tyydyttyneitä	6,6 g
Ravintokuitua	6,8 g
Suolaa	0,03 g



ME 1 ps

**Promix
Kurpitsansiemen
2,5 kg**



Energiaa	2434 kJ (581 kcal)
Proteiinia	24,5 g
Hiiilihyaatteja	17,8 g
josta sokeria	1,6 g
Rasvaa	45,8 g
josta tyydyttyneitä	8,7 g
Ravintokuitua	3,9 g
Suolaa	0,018 g



ME 1 ps

**Promix
Pellavansiemen
ruskea
3 kg**



Energiaa	1972 kJ (471 kcal)
Proteiinia	21,7 g
Hiiilihyaatteja	1,6 g
josta sokeria	1,15 g
Rasvaa	42 g
josta tyydyttyneitä	4 g
Ravintokuitua	27,3 g
Suolaa	0,08 g



ME 1 ps

**Promix
Salaattimix
-siemensekoitus
2,5 kg**



Energiaa	2546 kJ (608 kcal)
Proteiinia	21,4 g
Hiiilihyaatteja	11,9 g
josta sokeria	1,3 g
Rasvaa	52,8 g
josta tyydyttyneitä	8,1 g
Ravintokuitua	6,5 g
Suolaa	0,02 g



ME 1 ps

**Promix
Salaattimix + karpalo**

Auringonkukansiemen, meloninsiemen, kurpitsansiemen, karpalo (karpalo, ruokosokeri, riisijauhe, auringonkukkaöljy)

2 kg



UUTUUS

Energiaa	2405 kJ (574 kcal)
Proteiinia	21 g
Hiiilihyaatteja	23 g
josta sokeria	12 g
Rasvaa	43 g
josta tyydyttyneitä	6,7 g
Ravintokuitua	6,4 g
Suolaa	0,06 g



ME 1 ps

**Promix Salaattimix +
papaija-ananas**

Auringonkukansiemen, meloninsiemen, kurpitsansiemen, papaijapala (papaija, sokeri, säilöntäaine (E 223), ananaspala (ananas, sokeri, happamuudensäätöaine (sitruunahappo), säilöntäaine (E 223)

2 kg



UUTUUS

Energiaa	2403 kJ (574 kcal)
Proteiinia	21 g
Hiiilihyaatteja	24 g
josta sokeria	5,5 g
Rasvaa	43 g
josta tyydyttyneitä	6,7 g
Ravintokuitua	13 g
Suolaa	0,09 g



ME 1 ps

Matti Raikunen

Myyntipäällikkö

matti.raikunen@prominentfood.com

044 743 7710

Sari Liljeqvist

Asiakkuuspäällikkö

sari.liljeqvist@prominentfood.com

044 743 7736

Enni Hämäläinen

Tuotevastaava

enni.hamalainen@prominentfood.com

050 410 1817

Annamajja Laurila

Myyntiassistentti

annamajja.laurila@condite.fi

040 627 7724