



Helios lanserer økologisk tofu i to gode smaker. Du finner høyoppløselige bilder nederst i pressemeldingen.

04-05-2020 12:19 CEST

Helios lanserer økologisk tofu

Nå lanserer Helios to spennende nyheter i kjøledisken - økologisk, fersk tofu i smakene naturell og hvitløk og basilikum.

”Mange vil spise sunt med mer plantebasert protein. Med vår tofu gjør vi det enkelt å lage fantastisk god og vegetarisk mat” sier Anniken Johansen, produksjef for Helios.

Helt siden 1969 har Helios spredd økologisk matglede over hele Norge, og nå finner du for første gang produktene også i kjøledisken. Helios lanserer fersk

tofu som er laget med tradisjonelle asiatiske metoder i kombinasjon med innovative ingredienser. Soyabønnene kommer fra utvalgte økologiske avlinger i Europa.

Du finner Helios Tofu i to ulike varianter: marinert tofu med hvitløk og basilikum og naturell tofu.

Perfekt alternativ til kjøtt

”Flere og flere identifiserer seg som fleksitarianere og vegetarianere og ønsker å spise mer bærekraftig og sunt. Vi vil gjerne hjelpe til med den reisen”, sier Anniken Johansen, produsentsjef for Helios.

Tofu er et perfekt alternativ til kjøtt med god evne til å suge til seg krydder og marinader. Det har et godt proteininnhold, og er enkelt å jobbe med på kjøkkenet. Kok, stek, grill eller fritér den – det er opp til deg! Du kan også rive den og tilsette den i for eksempel en vegetarisk bolognese, eller hakke den og bruke den rett i supper og salater.

To gode smaker

Marinert – Marinert tofu smaksatt med hvitløk og basilikum. Perfekt til salat og grilling.

Helios Tofu Marinert selges i utvalgte Meny-, Spar- og Joker-butikker til veil. pris 39,90,-.

Naturell – Naturell tofu som lett suger til seg gode kryddere og marinader. Prøv gjerne å steke den med en god olje, soya, sweet chili og fersk ingefær.

Helios Tofu Naturell selges i utvalgte Meny-, Rema-, Spar-, Kiwi- og Joker-butikker til veil. pris 36,90,-.

Hva er tofu?

Tofu er opprinnelig fra Kina og kalles også for soyaost. Det minner om kremost i konsistensen, men smelter ikke når det varmes opp. Tofu er laget av soyabønner og er et vegansk produkt med lite fett og inneholder ca. 18% protein.

Sprø mandeltofu med syltede grønnsaker og sort ris

Har du lyst til å prøve tofuen vår? Test den ut i denne deilige oppskriften sammen med syltede grønnsaker og sort ris.



Oppskrift og bilde: Maja Warodell / Instagram: @majawarodell

Du trenger:

3 dl sort ris
6 dl vann
1 ss buljongpulver

Syltede grønnsaker:

1 agurk
2 rødløk
1 dl Helios Eplecidereddik
1 dl Helios Lønnesirup
3 dl vann
1 ts Helios Himalaysalt

Mandeltofu:

1 pakke Helios Tofu Naturell
3 ss maisstivelse
2 ss Helios Kokosolje
3 ss Helios Mandelsmør
2 ss Helios Soyasaus Tamari
2 ss frisk, revet ingefær
1 fedd hvitløk, finhakket
1 ss Helios Lønnesirup
1 ss sesamolje
Saften av 1/2 lime

Tilbehør:

Søt chilisaus
Frisk koriander
Helios Sesamfrø

Slik gjør du:

Skyll risen og tilsett deretter vann og buljong. Kok opp og la det småkoke i ca. 25 minutter.

Skjær løk og agurk i tynne strimler, helst med mandolin, og legg dem deretter i en krukke med lokk.

Bland sammen eddik, lønnesirup, vann og salt, og hell deretter blandingen over agurk og løk. Sett lokket på og la det stå fram til det er tid for å spise.

Skjær tofu i terninger. Sikt deretter maisstivelse over tofubitene og sørg for at alle sider er dekket.

Stek deretter tofubitene sprø i kokosolje i ca. 10 minutter.

Bland sammen mandelsmør, soya, ingefær, hvitløk, lønnesirup og sesamolje og hell dette over tofubitene. Stek i ytterligere 5 minutter, så blandingen fester seg godt i bitene.

Server den stekte tofuen over risen og topp med syltede grønnsaker, søt chilisaus, koriander og sesamfrø.

Vil du vite mer om Helios?

Helios drives av en lidenskap for ren og bærekraftig mat. Helt siden 1969 har vi jobbet for å gjøre det lett å velge mat som både smaker godt og gjør godt, for kroppen og for kloden. Du kan alltid være trygg på at våre produkter aldri inneholder kunstige tilsetninger - kun ærlig mat av rene råvarer. Dyrket, høstet og foredlet med kjærlighet. Helios har gjennom mange år utviklet et nært samarbeid produsenter av økologiske kvalitetsvarer i både Norge og resten av verden. Mange av produsentene er familiedrevne, stolte selskaper med lang historie og et brennende engasjement for ekte råvarer.

Klikk deg inn på [nettsiden](#) vår eller følg oss på [Instagram](#) for å lese mer.

Vi er Midsona Norge

Midsona Norge AS er et av Norges ledende selskaper innen salg og markedsføring av sunn mat og helse- og velværeprodukter. Vår misjon er å gjøre det lettere for alle mennesker å leve et sunnere liv.

Hos oss finner du et bredt utvalg av ren, økologisk mat som hjelper deg å ta sunne, gode og bærekraftige valg. Foretrekker du plantebasert, vegansk eller glutenfritt finner du også mange spennende produkter i vårt sortiment.

Vi tilbyr også produkter innen kosttilskudd, forkjølelseslindring, fordøyelse, sportsernæring, hygiene og kroppspleie, for å hjelpe deg til en sunnere og

bedre hverdag.

Vi har mattrygghet og kvalitet som øverste prioritet. Vår kvalitetsavdeling jobber daglig for å sikre at du skal kunne gjøre et trygt valg når du velger våre matvarer eller helse- og velværeprodukter.

Våre varemerker finner du på apotek, i dagligvare, i helsekost/faghandel og på nett. Vi representerer merker som blant annet Helios, Dream, Biopharma, Atkins, Philips Avent, Friggs, Supernature, RFSU, Asan, og Humble Brush.

Kontaktpersoner



Stina Risset

Pressekontakt

Digital Coordinator

PR

stina.resset@midsona.no

47844890