



På Götgatan 33 i Stockholm ligger den pyttelilla söta affären HeartStore, som ägs och drivs av Eva Hallgren. Här kan man hitta allt från ljusstakar, smycken och disktrasor – allt med hjärtan på förstas! www.heartstore.se

♥-saker

Bönor på tetra

Nytt från franska företaget **Bonduelle** är färdigkokta bönor i praktisk tetraförpackning. Bara att öppna, värma och äta! Finns i fyra olika varianter: kikärter, röda kidneybönor, bönmix med chili och vita bönor i tomatås. Pris ca 11 kr per förpackning.



Tournera

= dekorforma grönsaker med en liten kniv.

Chokladlyx i Malmö

Sveriges första fabrik för riktigt fin choklad har öppnat på Mariedalsvägen 66 i Malmö. Det är chokladkonstnären **Jan Hedh** och chokladexperten **Maria Escalante** som står bakom projektet med mottot "Oväntat, exklusivt och efterlängtat!". Med råvaror från Peru, Mexiko och Frankrike, samt egen choklad av bönan Porcelana gör de tryfflar, praliner, marmelad och kakor som säljs i utvalda butiker. Läs mer på www.lestroisroses.com



www.ragazze.se

TRE STOCKHOLMSTJEJER, SOM ÄLSKAR ATT LAGA MAT OCH ÄTA PÅ RESTAURANG, BLOGGAR OM ALLT FRÅN KÄRLEKEN TILL KOKBÖCKER OCH KÖKSINREDNING TILL BUDGETMÅLTIDER.

Surdeg per post

Att baka med surdeg är en **urgammal tradition** som ger både godare och nyttigare bröd. Det finns forskning som visar att surdegsbröd med hela korn kan ge en lägre blodsockerhöjning, vilket i sin tur kan minska insulinbehovet, öka fettförbränningen och minska risken för diabetes, högt blodtryck och övervikt. Väljer du att baka med surdeg blir det också lättare att baka extra grova och fiberrika bröd utan att det smular och blir torrt. Från Mejeribolaget kan den bekväme prenumerera på surdegskultur, som ger bra bakresultat varje gång. Surdegen anländer med posten i en liten påse som räcker till 8–10 bröd. Bara att blanda ut, låta mogna ett dygn och sedan börja baka. 19 kronor inklusive porto kostar ett startpaket med en påse. Läs mer på hemsidan www.mejeribolaget.se



Mer fibrer hos McDonald's

Äntligen lanserar McDonald's sin första hamburgare med nyttigare bröd: McFeast Fullkorn. Brödet är nyckelhålsmärkt och bakas av fullkornsmjöl av vete. Det är fiberrikt och innehåller 5,7 g kostfiber/100 g jämfört med 2,7–3,1 g i deras vanliga hamburgerbröd. Tack för det, säger vi och konstaterar att det dessutom smakar riktigt gott!



Hjärta som värmer

Fina ugnssäkra portionsformer i hjärtform passar kanske bra året om, men alldeles särskilt till alla hjärtans dag. Från Le Creuset kommer formarna som kan tas direkt från frysen till ugn eller mikro. Formen är 11 cm i diameter och 6 cm hög och kostar ca 130 kr med lock och ca 80 kr utan lock. Finns bl a hos Cervera, Verner & Verner och Ähléns.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.