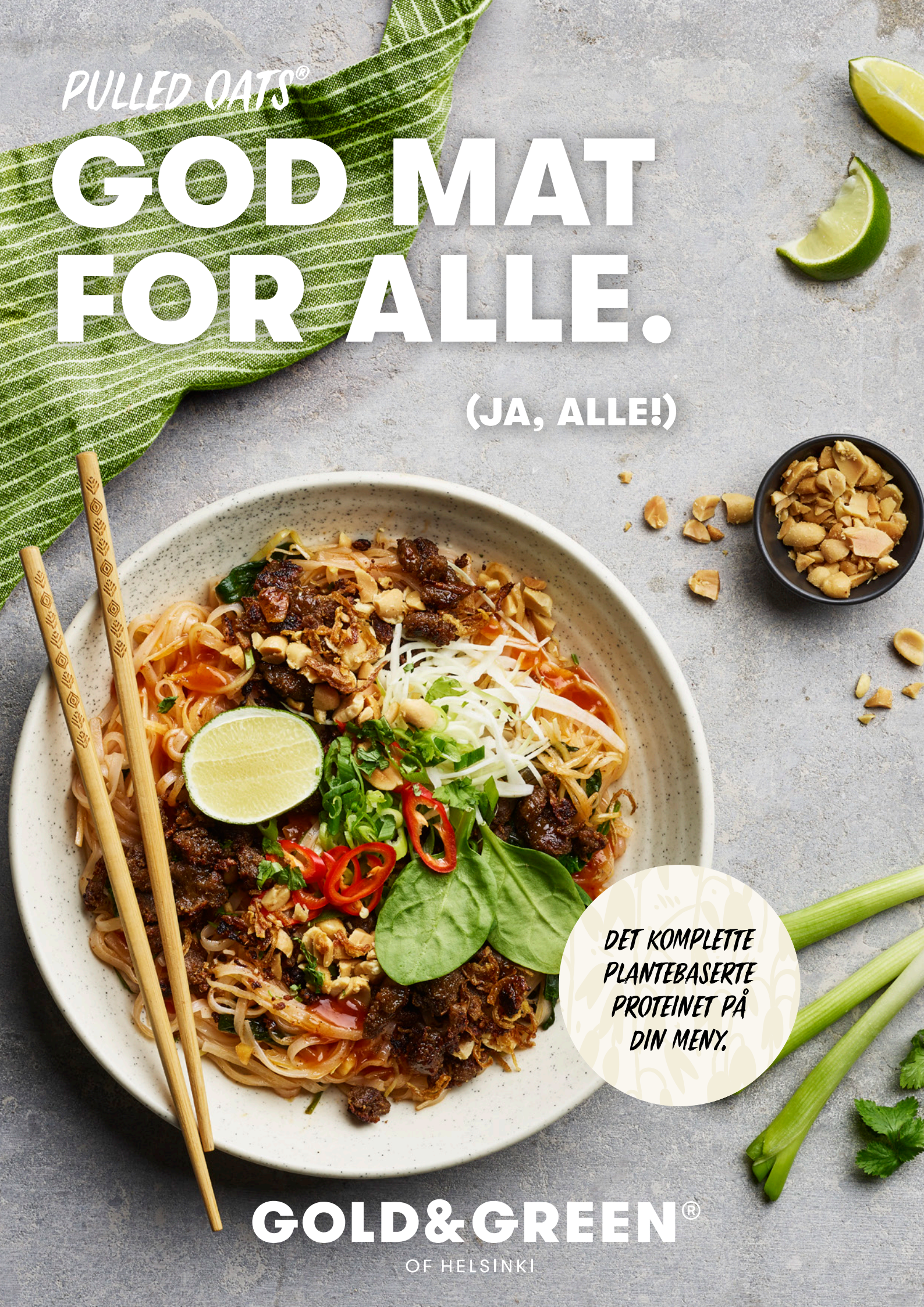
PULLED OATS®

GOD MAT FOR ALLE.

(JA, ALLE!)



DET KOMPLETTE PLANTEBASERTE PROTEINET PÅ DIN MENY.

GOLD&GREEN®

OF HELSINKI

MØT PULLED OATS®.

Si hei til Pulled Oats. Du lurer kanskje på hva Pulled Oats er? Svaret er at det er en vegetarisk revolusjon som kommer til å snu opp ned på det vegetariske spillefeltet. Og ingrediensene har du hatt på kjøkkenet hele tiden. Pulled Oats består nemlig av havre, bønner og erter. Det er alt. Men blandingen er.... rett og slett revolusjonerende. Vi har laget et plantebasert protein helt uten å bruke soya, laktose, konserveringsmidler eller andre tilsetningsstoffer. Dette gjør Pulled Oats til et komplett alternativ til kjøtt, fisk, kylling osv. Det kommer til å bli like verdsatt av din kjøttelskende fleksitarianergjest som av veganeren. Vi vil påstå at det aldri har vært enklere å lage en god, grønn og sunn meny.

Pulled Oats er naturlig fullstappet med fiber, mineraler og antioksidanter som gir en høyere næringsverdi enn mange andre proteiner.

Fordi Pulled Oats er basert på havre er dette rett og slett sunn mat. Og det beste av alt? Med Pulled Oats kan du fokusere på smaken. Med sin fiberrike konsistens suger Pulled Oats bokstavelig talt til seg smaker. Du kan tilberede i stekepanne, på grill, i frityr eller mikro. Du kan til og med bruke Pulled Oats rett fra pakken. Dette er Pulled Oats – bra mat for alle.

”ET KOMPLETT PLANTEBASERT PROTEIN SOM KOMMER TIL Å BLI LIKE HØYT VERDSATT AV DEN KJØTTELSKENDE FLEKSITARIANERGJESTEN SOM AV VEGANEREN”

SLIK LYKKES DU MED PULLED OATS®

1. TINES OPP FØR TILBEREDNING
Tine gjerne opp i kjøleskapet før tilberedning. Da blir den best

2. STEK VED HØY TEMPERATUR
Pulled Oats får fort en fin stekeoverflate.

3. BRUK OLJE NÅR DU STEKER
Pulled Oats inneholder nesten ikke fett og vinner på å bli tilsatt litt ekstra. Bruk gjerne olivenolje eller rapsolje.

4. KRYDRE MENS DU STEKER
Pulled Oats tar til seg smak mye bedre når det blir varmt.

5. VÆR RAUS MED SAUSEN
Pulled Oats suger til seg smaker som en svamp ved tilberedning, så ikke vær gjerrig med den gode sausen.

6. IKKE KOK PULLED OATS LENGER ENN 10 MIN!
Stek og krydre Pulled Oats først, hell deretter på ferdig saus, kok opp og la det trekke til seg smakene ved lav varme.

BASERET PÅ GRØNNE INNSIKTER

60% AV GJESTENE DINE ER VILLIGE TIL Å BETALE EN HØYERE PRIS FOR VELTILBEREDTE VEGETARISKE RETTER.

50% BETRAKTER SEG SELV SOM FLEKSITARIANERE. DET BETYR AT DE GODT KAN LIKE KJØTT MEN VELGER Å SPISE MINDRE AV DET FOR EGEN HELSE OG MILJØETS SKYLD.

34% FORETAR KJØPSBESLUTNINGER BASERT PÅ HELSE OG ERNÆRING, OG ØNSKER MAT SOM FØLES LETTERE OG FERSKERE, BÅDE TIL LUNSJ OG MIDDAG.

24% AV DE NORDISKE FORBRUKERNE SIER AT DE HAR TENKT Å SPISE MINDRE KJØTT I FREMTIDEN.

Kilde: Social media listening, desktop study & expert interviews 2018. Perceptor Quantitative studies on barriers & drivers SE, NO, UK & NL, 2018. Vegnews, Statista, The Guardian, Foodrevolution, expert interviews.

”ET OPPLAGT VALG PÅ MENYEN FOR GJESTER SOM ER LIKE OPPTATT AV SIN EGEN HELSE SOM PLANETENS”

PERFEKT TIL TACOS!

Krydre med Santa Marias Taco Spice Mix, fyll i tortillas med guacamole, taco sauce & jalapeño.

DETTE ER PULLED OATS®

GODT OG GRØNT. FOR ALLE.

Pulled Oats er et fullstendig plantebasert, naturlig protein som er laget av havre, bønner og erter. Fritt for soya og med mindre enn 0,1% gluten. Næringsverdien er blant de høyeste for naturlige proteiner, proteininnholdet er på hele 30%. Pulled Oats er dessuten produsert helt uten genmodifisering, konserveringsmidler og andre tilsetningsstoffer. Påvirkningen på miljøet er minimal. Dette er bra mat. For alle.

"GJØR DIN FLEKSITARIANER-GJEST LIKE GLAD SOM VEGANEREN"

MER FIBER
tilbered med Santa Maria Fullkornsnudler for enda mer fiber!

LETT Å STEKE I OVNEN!
Hell en pakke med Pulled Oats Veggie Hakket Naturell i en smurt ildfast form, 170 °C i 5 minutter.

PERFEKT I STEKEPANNEN!
Bland Pulled Oats Veggie Hakket Naturell med din favoritt-marinade i en bolle og stek deretter i en stekepanne ved middels varme i 5-6 minutter.

Pulled Oats
Veggie Hakket, Naturell
EPD 5279260
1,5 kg x 4 poser

PULLED OATS® VEGGIE HAKKET NATURELL

Dette er det perfekte alternativet i retter hvor du vanligvis ville ha brukt kjøttdeig og strimlet kjøtt. Den har en mør struktur som absorberer smaker på en fantastisk måte, og lar deg sette ditt preg på retten. Dessuten er den også allerede tilberedt, noe som gjør Pulled Oats til et raskt og enkelt produkt å jobbe med.
Den er rik på protein og fiber, noe som gjør at det ikke er noe stekesvinn.

THAI WOK

INGREDIENSER - 10 porsjoner	
1+1 dl	Nøytral olje
700 g	**Pulled Oats® Veggie Hakket Naturell**
800 g	**Santa Maria Asian Egg Noodles eller Rice Noodles**
500 g	Babyspinat
1000 g	Hodekål, strimlet
20 g	**Santa Maria Thai Wok Spice Mix**
250 g	**Santa Maria Sweet Chili Sauce**
250 g	**Santa Maria Teriyaki Sauce**
12 g	Hvitvinseddik
10	Vårløk, i tynne skiver
3 dl	Peanøtter, grovhakkede
100 g	Fersk koriander, grovhakket

INSTRUKTION

Varm 1 dl olje og stek Pulled Oats. Stek på middels varme inntil Pulled Oats er gyldenbrun og sprø. Legg til side og hold den varm.

Tilbered nudlene etter anvisning på pakningen. Skyll i kaldt vann i et dørslag. Sett til side.

Bland Thai wok spice mix med Sweet chili sauce, Teriyaki sauce og hvitvinseddik. Varm 1 dl olje, legg i kålen, nudlene og spinaten, hell på woksausen og la alt bli gjennomvarmt under omrøring.

Server med stekt Pulled Oats og den strimlede vårløken. Topp retten med hakkede peanøtter og koriander, server umiddelbart.

FOR ALLE SOM ELSKER BURGER

PULLED OATS®-BURGERE.

TILBEREDNINGSTIPS

Tilbered på stekebrett/-panne ved middels varme på begge sider inntil de får en fin farge, eller pensle med olje og stek i ovnen ved 150 °C i 10-12 minutter.

SUNNERE MAT HAR ALDRI SMAKT BEDRE.

Dette er den perfekte grønne burgeren for veganere og fleksitarianere. Den er klar for hurtig tilberedelse i stekepannen eller i ovnen. Burgerne holder formen under tilberedning, har ikke noe stekesvinn og er rike på protein.

Pulled Oats Veggieburger
EPD 5280813
1,6kg x 4 poser

"GJØR DET LETT FOR DEG Å FOKUSERE PÅ DET DU KAN - Å SKAPE SMAK!"

BBQ PULLED OATS® BURGERE

MED KIMCHI-SLAW OG SØTPOTETFRIES

INGREDIENSER - 10 porsjoner	
10	**Pulled Oats® Veggieburger**
5 ss	Rapsolje
10	Hamburgerbrød
200 g	**Santa Maria BBQ Sauce Smoky Hickory**
1	Salathode, revet og skylt
150 g	Tomat, i skiver
100 g	Gul løk, i skiver
50 g	Vegansk majones
KIMCHI-SLAW	
300 g	Kinakål, i strimler
150 g	Gulrot, revet
50 g	Fersk koriander, hakket
20 g	**Santa Maria Kimchi Spice Mix**
800 g	Søtpotetfries **Santa Maria Pommes Frites-krydder**

INSTRUKTION

Lag kimchisalat ved å blande alle grønnsakene med kimchi-krydder. Press ut væsken og sett det til siden inntil servering.

Stek burgerne på middels varme inntil begge sidene har fått en fin farge.

Stek eller rist brødet, smør majones på brødhalvdelene.

Legg et salatblad på bunnbrødet. Legg deretter på veggieburgeren, løk, tomat, kimchisalat, BBQ sauce og til slutt brødlokket.

VARIASJON MED GODE

Prøv gjerne Santa Maria Bourbon BBQ Sauce eller Korean BBQ.

X-TRA HOT BURGER

Pensle burgerne med Chipotle Paste og Chimichurri Rub.

TIL ALLE NYSGJERRIGE

PULLED OATS® VEGGIEBOLLER

TILBEREDNINGSTIPSS

Stek ved middels varme inntil de får en fin farge, eller bland med olje og stek i ovnen ved 150 °C i 8-10 minutter.

DET KOMPLETTE PLANTEBASERTE ALTERNATIVET

Disse milde og smakfulle vegetarbollene er perfekte til alle typer retter og sauser. De er forstekte og kan også serveres som de er. Rike på protein og fiber.

Pulled Oats Veggieboller, Klassisk
EPD 5280623
1,5kg x 4 poser

Pulled Oats Veggieboller, Meze
EPD 5279450
1,5kg x 4 poser

”VI SERVERER PROTEINET. DU LEGGER TIL SMAKEN.”

KONTAKT SANTA MARIA FOR TIPS OM SMAKSTILSETNING.

RISTEDE KIKERTER

Tørk Santa Maria Garbanzo Beans med papir, bland i rikelig med olje og rist dem ved 200 °C i 20-30 min. Smakstilsett med ditt favorittkrydder.

VARM NORDAFRIKANSK COUSCOUS-SALAT

INGREDIENSER - 10 porsjoner

700 g	**Pulled Oats® Veggieboller, Meze**
500 g	Couscous
10 g	**Santa Maria Gurkemeie**
20 g	**Santa Maria Paprikapulver**
200 g	Honning eller agavesirup
0,5 dl + 1 dl	Olivenolje
100 g	Løk
150 g	Dadler, hakket
150 g	Tørket aprikos, hakket
300 g	Grønnkål, hakket
100 g	Fersk mynte og koriander, hakket
100 g	Kikerter, ristet
1	Granateple, kjernene fra

INSTRUKTION

Fyll kasserollen med vann, gurkemeie, paprikapulver og honning og la det koke opp. Legg i couscous og olivenolje. Ta bort kasserollen fra varmen, bland godt og dekk over i 5-7 minutter.

Varm olivenolje og stek veggiebollene i 4-5 minutter inntil de får en fin farge. Bland couscous, grønnkål, dadler, aprikoser og krydder. Legg veggiebollene på toppen og dryss over med ristede kikerter og granateplekjerner.

KLASSISK SPAGHETTI FRICADELLI MED VEGGIEBOLLER

INGREDIENSER - 10 porsjoner

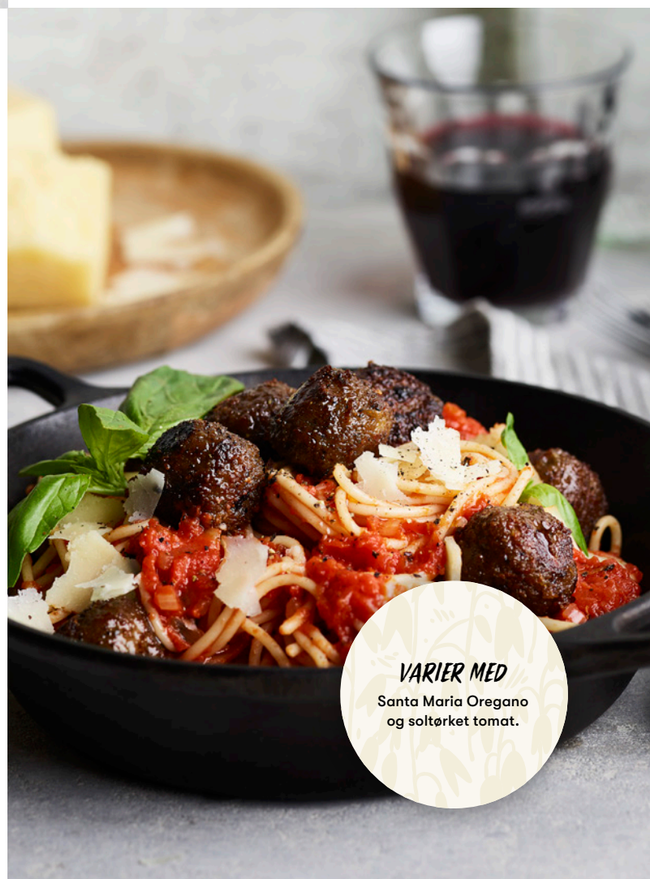
1 dl	Olivenolje
2	Gule løk, hakket
3	Hvitløksfedd, finhakket
2000 g	Hakkede tomater
800 g	Spaghetti
1 dl	Rapsolje
700 g	**Pulled Oats® Veggieboller, Klassisk**
200 g	Revet parmesan
100 g	Fersk basilikum
	Santa Maria Salt
	Santa Maria Sort Pepper Malt

INSTRUKTION

Varm olivenoljen i en gryte, tilsett hakket løk og hvitløk, stek under omrøring i 3 minutter. Tilsett de hakkede tomatene, kok opp, skru ned varmen og la det koke i minst 15 minutter.

Smak til med salt og malt sort pepper. Kok spaghetti som anvist på pakningen. Sett ovnen på 200 °C.

Bland veggiebollene med rapsolje, spre dem ut på en stekeplate og stek i ovnen i 8 minutter. Bland den kokte pastaen med tomatsausen. Legg på veggiebollene og strø over parmesan og fersk basilkum.



VARIER MED

Santa Maria Oregano og soltørket tomat.

HISTORIEN OM PULLED OATS®

MAIJA OG REETTA KNAKK HAVREKODEN

Alt begynte med to venner og en drøm. Maija og Reetta ønsket å lage et plantebasert protein som gjorde godt og som var smartere enn kjøtt på alle vis. Et protein som ikke skulle bestå av masse ingredienser som mange mennesker er allergiske overfor, eller som måtte sendes rundt halve jordkloden. Det fantes allerede plantebasert protein, men verken Maija eller Reetta syntes at soya, hvete eller hveteprotein gjorde jobben. Maija jobbet som designer og Reetta forsket på havre, og så begynte de å grave. Havren kunne vel bli det perfekte protein? Til tross for at havre har mer protein og jern enn både kjøtt og mange andre vekster, så hadde ingen hittil lykkes med å finne et alternativ til kjøtt og andre protein fremstilt av havre.

De som prøvde hadde alltid mislyktes med smaken og teksturen. De to vennene bestemte seg for å knekke koden. Etter seks måneder i laboratoriet, og med litt hjelp fra en kinesisk planteekspert, løste de endelig mysteriet - ved å blande havre med bønner og erter. Det var den perfekte blandingen som ga et komplett protein med en mør og fiberaktig konsistens og ikke minst god smak. Dessuten med høyere proteininnhold enn for eksempel kylling, og som også inneholder alle viktige aminosyrer. Helt uten tilsetningsstoffer og kjemikalier. Maija og Reetta kalte oppdagelsen sin Pulled Oats og grunnla Gold & Green Foods med ambisjonen om å styre verden i riktig retning, ett måltid om gangen. Pulled Oats ble en suksess over natten i hjemlandet Finland, og fenomenet er nå klar til å ta over hele verden. Er du klar?

BLIR DU MED OG PRØVER NOE NYTT?
KONTAKT OSS FOR Å HØRE MER.

F.O.O.D.I.E.S /DISTRIKTSANSVARLIGE

ØSTLANDET:
Gjermund Opsahl
tlf: 959 95 560
gjermund.opsahl@paulig.com

MIDT-NORGE:
Henrik Dyrnes Svendsen
tlf: 944 10 915
henrik.svendsen@paulig.com

NORD-NORGE:
Jan Toralf Richardsen
tlf: 950 90 650
jantoralf@foodtek.no

Bjørn Stefan Holmstrøm
tlf 476 26 865
bjorn@foodtek.no

Liv Erna Krokstrand Amundsen
tlf: 482 87 951
liv@foodtek.no

SALES SUPPORT
Katrine Willas Bure
tlf: 408 53 717
katrine.bure@paulig.com

KEY ACCOUNT MANAGER
Yngve Storrø
tlf: 911 34 511
yngve.storro@paulig.com

COUNTRY MANAGER, OUT OF HOME
Siri Eng
tlf: 915 19 681
siri.eng@paulig.com

Santa Maria
SANTAMARIAFOODSERVICE.NO

GOLD&GREEN®
OF HELSINKI
GOLDANDGREENFOODS.COM

PAULIG