

Smakbox



Hur grillar vi?
Grillfakta från Johnny's

Helgbrunch
Smårätter & tillbehör

Snabbt & gott
Middag på en kvart

Äntligen
Vårpremiär

Äntligen dags för Vårpremiär!

Vi går på riktigt mot både varmare och ljusare dagar! Grillen invigs, utemöblerna dammas av och picknickar dukas upp på nyvakna gräsmattor. Väl värt att fira, inte sant?

För Smakbox vankas det VÅRPREMIÄR och det är också temat för årets andra box. Vi fortsätter att lansera nya Smakbox och har hittills nåtts av många glada tillrop. Under året fortsätter vi att rulla ut fler spännande nyheter. Du får snart veta mer, håll utkik!

I matväg händer det mycket så här års och nya smaker gör entré på våra tallrikar. I din Smakbox hittar du goda tillbehör till både helgbrunchen och grillkvällen. Självklart finns också sötsaker, snacks och läskande törstsläckare till de extra goda stunderna!

Våren bjuder på många firanden och vi har lagt ner en festlig överraskning i din box. Ute efter den perfekta gå-bort-presenten? Vårt bästa tips är att ta med en Smakbox till kalaset eller skicka direkt hem till den du vill överraska. Psst! Missa inte gåvoerbjudandet på baksidan av tidningen!

Välkommen att ta del av ett nytt nummer med extra många recept och matinspiration. Trevlig läsning!

Stina Ljungmark

Redaktör, Smakbox



Våra fyra smakmixar

Du kan välja att få hem Smakbox i fyra olika smakmixar. Det mesta av innehållet är detsamma i alla mixar men några produkter skiljer sig åt.

Vill du veta vilka produkter som kom i just din box? Kolla in smaklistan som vi mejlar till dig efter att du har fått din box.

Vill du byta Smakmix? Det gör du enkelt genom att gå in på Mina Sidor på smakbox.se.

Original

Något för alla –
mångas favorit!

Festlig

Någon extra
godsak till myskvällen

Matig

Någon extra grej
till middagen

Nyfiken

Någon extra
lite oväntad smak

Den smakmix!



Ny färg på smakmixar

Du som tidigare prenumerant kanske har lagt märke till att vi har bytt ut försättsbladet som visat Smakmixen till en tejp på boxens utsida. Spana in de nya färgerna ovan. Fräscht, om vi får säga det själva!



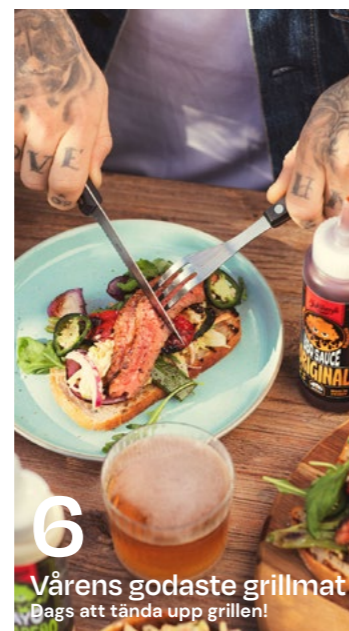
Vad tyckte du om produkterna i din Smakbox?

Om ett par veckor får du en recension via mejl. Där kan du betygsätta produkterna som du fått i din box.

Tillsammans delar vi ut **Toppbetyg** till de mest omtyckta produkterna!

Innehåll #2 2024

- 3 Aktuellt på Smakbox
- 4 Recept från Smakinspiratör
- 5 Tävla med Smakbox
- 6 Recept: Vårens godaste grillmat
- 9 Johnny's snabba grillfakta
- 10 Produkter i Smakbox #2
- 17 Recept: Kavli Burger Cheese & Dirty fries
- 20 Recept: Bjud in till helgbrunch
- 24 Kallt tillägg i Smakbox #2
- 30 Recept: Middag på en kvart – Snabbt & gott



6

Vårens godaste grillmat
Dags att tända upp grillen!



Omslag: Giovanni Rana

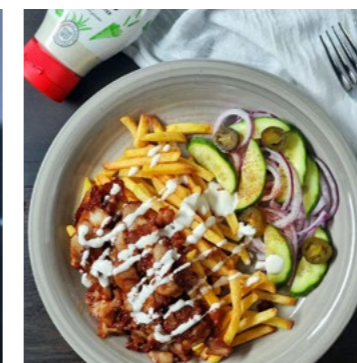
Smakbox AB
Hälsingegatan 40
113 43 Stockholm
kontakt@smakbox.se
08 - 120 223 80
www.smakbox.se

Följ Smakbox på Instagram

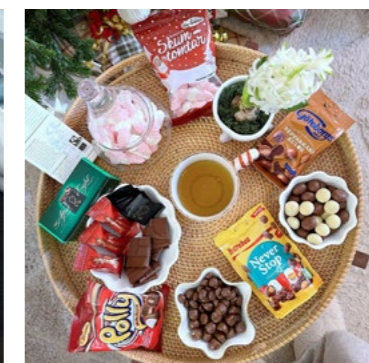
Under #smakbox finns över 58 000 inlägg skapade av våra prenumeranter! Vi är glada över att så många av er vill dela med sig av allt det goda från boxen. Låt dig inspireras och dela du med!



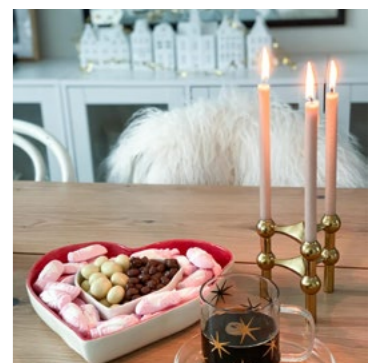
@lillaanna_se



@matflisan



@petrashome



@inspiredbyeva

"Mitt stora intresse är bakverk"

Smakinspiratören Nathalie gillar att testa nya smaker och överraska familj och vänner. I sina sociala kanaler bjuder hon på allt från mode och inredning till kakor och söta pajer.



Namn: Nathalie Källström
Ålder: 27
Bor: Avesta
Familj: Sambo Adrian
Gör: Jobbar i receptionen på lassarettet
Följ: @nathalie.k på Instagram och nathalie.k på TikTok

– Mitt stora intresse är verkligen inredning, kläder och just bakverk som syns mycket i mina sociala medier, berättar Nathalie.

Hon driver konton på både Instagram och TikTok.

– Jag har även en väldigt stöttande sambo som hjälper mig mycket. Dels med att fota mig och dels med

att komma med förslag på idéer. Så tacksam för honom och hans hjälp!

Hon gillar att smaka på och upptäcka nya produkter med Smakbox.

– Jag tycker det är så roligt att testa lite nytt och se om det går hem. Vilket blir väldigt uppskattat ifrån familj och vänner när dom får testa något nytt som man gjort.

Bli inspirerad av våra smakinspiratörer!

I vårt matälskande community finns många härliga smakinspiratörer. Varannan månad lyfter vi fram fem av deras recept. Du kan vara med och rösta fram vinnaren på vår Instagram!

I december vann Nathalie som står bakom kontot @nathalie.k med sin smarriga saffranskola.

Paj med saffranskola

SAFFRANSKOLA
 100 g Flora Plant B+tter
 3 dl strösocker
 2 dl Arla KO Färsk Vispgrädde
 1 dl vit sirap
 0,5 g saffran

PAJSKAL
 200 g Annas Pepparkakor Lime & Chili kanel
 75 g Flora Plant B+tter

DEKORATION
 vit choklad
 krossade pepparkakor

1. Krossa pepparkakorna i en mixer. Smält smöret och blanda med pepparkakssmulorna och kanel.
2. Tryck ut smulorna i en pajform. Ställ pajskalet i kylan i cirka 15 minuter.
3. Smält smöret till saffranskolan i en tjockbottnad kastrull.
4. Tillsätt övriga ingredienser och låt koka upp, utan lock. Det tar cirka 10 minuter tills den är klar, gör ett kultest.
5. Häll smeten i pajformen. Låt svalna något, ställ sedan i kylan och låt stelna helt.
6. Skär upp i bitar och dekorera med smält vit choklad och pepparkakssmulor.

Ingredienser från tidigare Smakboxar



Annas Pepparkakor Lime & Chili, Arla KO Färsk Vispgrädde och Flora Plant B+tter var med i Smakbox #6 december 2023.

Dela & vinn

Tävla om en gratis Smakbox! Dela din stund på Instagram när du njuter av något gott ur boxen. Vi väljer 10 vinnare varannan månad. Tagga #smakboxstund och #smakbox.

Tävlingen pågår fram till 1 juni 2024 och vinnarna presenteras på @smakbox senast 5 juni 2024. Du behöver ha en öppen profil för att delta.

* Vinnare meddelas på Smakbox Instagram i separat tävlingsinlägg. För fullständiga tävlingsvillkor se: smakbox.se/sv/allmanna-villkor-personuppgiftspolicy §114.



Namn: Mikaela Borglin
Bor: Malmö
Familj: Sambo
Gör: Studerar till ämneslärare i idrott och hälsa, samt historia
Prenumerant sedan: 2021
Prenumererar på: Smakbox Nyfiken med Kallt tillägg

Grattis Mikaela med kontot @mikaelasbakverk – en av vinnarna från tävlingen #smakboxstund från decemberboxen!

Vad gillar du bäst med Smakbox?

– Älskar är ett starkt ord men jag älskar Smakbox! Tycker det är ett kul koncept när man får hem en låda fylld med lite allt möjligt. Att få möjligheten att testa nya produkter, smaker och recept är så spännande.

Hur går det till när Smakbox öppnas hemma hos dig?

– Jag och min sambo har kommit överens om att alltid öppna Smakbox tillsammans, då båda är lika nyfikna på innehållet. Vi hittar alltid produkter vi är extra spända på att prova. Det blir som julafton sex gånger om året när den nya boxen anländer.

Vilken är din favoritprodukt som du upptäckt tack vare Smakbox?

– Åh, det finns många nyfunna favoriter tack vare Smakbox. Men en storfavorit som jag var väldigt positivt överraskad av var Kavlis veganska majonnäs som är både god och krämig. Den blev en favorit här hemma och är den enda sortens majonnäs vi använder numera.



Grattis!

Här är Mikaelas vinnande tävlingsbidrag.

Foto: @mikaelasbakverk

Vårens godaste Grillmat

Äntligen har det blivit dags att tända upp grillen! Varför inte prova på något nytt i år? Vi har samlat några av de godaste recepten och tillbehören.



Grillade lamm- och grönsaksspett med tzatziki

Lamm- och grönsaksspett är perfekta när du vill duka upp en grillbuffé. Ringla över **Lohmanders tzatzikidressing** och njut!

4 portioner

LAMMSPETT
400-500 g Grytbitar av lamm

GRÖNSAKSSPETT
1 paket romaticatomater
1 st röd lök
1 st zucchini
2 st gula och röda paprikor

MARINAD
2-3 st vitlöksklyftor
2 msk oregano
1 msk fänkålsfrön, krossade
0,5 dl olivolja
0,5 st pressad citron
salt och malen peppar

1. Blanda ingredienserna till marinaden och lägg i grytbitarna så att de får dra åt sig smakerna.
2. Skär grönsakerna i lagom stora bitar för att kunna trä på spett.
3. Trä lammet och grönsakerna på spett och pensla eventuellt med lite extra marinad. Salta och peppra efter behag.
4. Lägg på grill med hög värme och vänd dem flera gånger så att de får en jämn tillagning. Lammspetten behöver minst 10 minuter medan grönsaksspetten behöver lite kortare tid.
5. Servera med tzatzikidressing, en god grekisk sallad, lite halloumi och bröd!

Recept: Lohmanders



Potato stacks

En oslagbar kombination av krispig och mjuk potatis! Skiva potatis tunt, vänd i smält smör och grädda i små högar. Toppa med **Heinz** majonnäs, pesto och parmesan. Servera som de är eller som tillbehör till kött eller kyckling.

4 portioner

🕒 60 minuter

8 st fasta medelstora potatisar
50 g smör
1 st vitlöksklyfta
0,5 tsk salt
1 tsk torkad timjan
0,5 tsk nymalen svartpeppar
0,5 dl riven parmesan
1 skvätt olja (till pensling av plåten)

TOPPING

Heinz majonnäs i squeeze-flaska
1-2 msk basilikapesto
ca 1 dl riven parmesan
muffinsplåt (för 12 st)



1. Sätt ugnen på 200°C.
2. Skala och strimla potatisen tunt, gärna på mandolin.
3. Smält smöret. Skala och riv vitlöken fint på ett rivjärn och blanda ner i smöret tillsammans med salt, timjan, peppar och parmesan. Häll smörblandningen över potatisen och blanda ihop.
4. Smörj muffinshålen i plåten med olja och fördela potatisblandningen i varje hål. Grädda i mitten av ugnen ca 45 minuter.
5. Låt potatisen vila 10 minuter innan den läggs upp på ett fat.
5. Topping: Klicka, spritsa eller ringla över majonnäs och toppa med pesto och riven parmesan.

Recept: Heinz, framtaget av ICA

The Black Burger

Enkel att göra och otroligt god. Servera med **Korvbrödsbagarn** Potato Burger Bun!

4 portioner

HÖGREVSBURGARE
550 g högrevsfärs
salt och nymalen svartpeppar

PICKLAD RÖDKÅL
100 g fint strimlad rödkål
1 msk vitvinsvinäger
1 tsk socker
0,5 tsk salt

PUMPACHUTNEY
100 g butternutpumpa
1 dl mango chutney
1-2 tsk srirachasås (valfritt)

DRESSING
1 dl majonäs
svart karamellfärg

4 st Korvbrödsbagarn Potato Burger Bun

Recept: Korvbrödsbagarn



1. Blanda fint strimlad rödkål med vitvinsvinäger, socker och salt, låt stå kallt någon timme.
2. Skär pumpan i små tärningar och koka i saltat vatten, ca 15 minuter, tills bitarna blivit mjuka.
3. Häll av vattnet och mosa lätt med hjälp av en gaffel, det ska fortfarande vara bitar i.
4. Blanda med mango chutney och tillsätt srirachasås för extra hetta om du önskar.
5. Krydda färsen med salt och peppar, forma till 4 burgare och stek på medelhög värme så att de blir genomstekta.
6. Rosta brödet och montera ihop burgaren med tillbehören.



1. Marinera fläskkarrén i hälften av BBQ-såsen (Texas Honey). Låt marinera i kylan i minst 2 timmar.
2. Putsa lammracksen och skär i skivor till kotletter. Massera in med rubben och låt stå i ca 1 timme.
3. Tänd grillen!
4. Dela spetskålen i klyftor och pensla med olivolja. Grilla över direkt värme tills den har fått fin färg. Lägg sedan på indirekt värme tills kålen har blivit mjuk.
5. Grilla karrén och lammracksen på medelhög värme. Pensla karrén under tiden med resten av BBQ-såsen.
6. Lammracksen behöver ca 3 minuter på varje sida och karrén någon minut extra.
7. Grilla chorizon tills de har fått fin färg och är genomvarma.
4. Blanda pimiento de padrón med olivolja i en bunke. Grilla på hög värme tills dom har fått fin färg. Krydda med flingsalt.
5. Grilla citronerna med snittytan nedåt.
6. Lägg upp spetskålen på skärbrädan. Strö över rostad lök, gräslök och flingsalt. Ringla över mayo och servera med grillad citron. Servera köttet med BBQ-sås.

Recept: Johnny's

Barbeque Board

Fyll en stor bricka med grillade godsaker som rubbade lammracks, saftig fläskkarré, chorizo och pimiento de padrón. Toppa allt med **Johnny's BBQ Sauce**.

2 skivor fläskkarré
 Johnny's BBQ Sauce Texas Honey
 ca 500 g lammracks
 Johnny's Rub Smoky BBQ
 1 st spetskål
 4 st chorizo
 ca 200 g pimiento de padrón
 olivolja
 flingsalt
 2 st citroner, delade
 Johnny's Mayo Jalapeño
 1 dl rostad lök
 1 knippe gräslök
 Johnny's BBQ Sauce Original



Johnny's Snabba grillfakta

Hur ser svenska folkets grillvanor ut?
 Det ville Johnny's ta reda på och här är några av resultaten. Är det något som förvånar dig?

Läsk är den populäraste drycken till grillat



Kolgrill är vanligast!

Top 5
 Populärast att grilla!

1. KORV
2. FLÄSKKÖTT
3. NÖTKÖTT
4. GRÖNSAKER
5. HAMBURGARE



30% grillar oavsett väder

50% grillar på vintern

Det bästa med att grilla?
Den goda smaken!

Pop-musik är favoriten att lyssna på vid grillen

Kändis att bjuda på grillkväll:
Tareq Taylor

Foto: F&H Group
 Kanske har Tareq med sig sina egna köksredskap från by Tareq Taylor?

Du får prova en av 3 smaker!



Ny design – samma goda smak!

Estrellas dippmixer har fått en ny design men behåller självklart samma goda smak! Dippmixerna innehåller noga utvalda kryddblandningar för livets många stunder. Blanda med gräddfil och dippa grönsakstavar eller krispiga chips från Estrella. Du får prova en av tre smaker. Holiday är Sveriges mest köpta dippmix med en mild paprika- och löksmak. Sourcream & Onion har smak av sourcream och lök. Ranch är en god och fyllig dippmix med mild tomat-, lök-, och vitlökssmak. Tips! Låt dippen bli en del av matlagningen och servera som fyllig dressing eller kryddig grillsås.

DIPPMIX

DIPPMIX HOLIDAY / DIPPMIX SOURCREAM & ONION / DIPPMIX RANCH ESTRELLA

Ca pris 13 kr

@estrellasverige #låtstundernabörja #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Snacksringar med fyllig löksmak

Nyhet! Krispigt friterade snacksringar med en robust, klassisk och intensiv smak av gul lök och salt. Finger food och snacksfavorit som är lätt att sätta på fingrarna och lätt att dela med kompisen (eller behålla för sig själv).

SNACKS

ONION RINGS ESTRELLA

Ca pris 31 kr

@estrellasverige #låtstundernabörja #smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA

Pepprig sås

Het, söt och kryddig! TABASCO® Sweet & Spicy är en mild pepparsås med många användningsområden. Använd den i en salladsdressing, till glaze eller som dipsås till friterade råkor eller kyckling.



SMAKSÄTTARE

SWEET & SPICY SAUCE TABASCO

Ca pris 43 kr

#taframdebästa #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Chips med noga utvalda kryddor

Det finns flera anledningar till att Estrellas chips smakar så gott. Estrella odlar speciellt utvalda potatissorter som ger extra goda chips, och använder en unik blandning av solrosolja och rapsolja. Smaken är förstas det viktigaste och det görs noggranna tester för att få fram de godaste kryddorna. Du får prova en av tre smaker. Paprika & Havssalt och Creamy Sriracha har snabbt blivit nya favoriter i chipshyllan medan Peppar är en riktig klassiker från 1975 och ett måste på varje snacksbricka.

SNACKS

PAPRIKA & HAVSSALT / CREAMY SRIRACHA / PEPPAR ESTRELLA

Ca pris 25 kr

@estrellasverige #låtstundernabörja #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Smak av solmogen frukt

Bubly drops med smak av persika ger ditt bubbelvatten en smak av solmogen frukt. Fruktdropparna består av naturliga ingredienser, har inget tillsatt socker eller kalorier. Detta är det perfekta sättet att ge ditt kolsyrade vatten en touch av persikosmak, utan att göra drycken det minsta onyttig. Dropparna är dessutom fria från artificiella sötningsmedel, smak- och färgämnen.

SMAKSÄTTARE

BUBLY DROPS PERSIKA SODASTREAM

Ca pris 69 kr

@sodastreamsverige #bublydrops #sodastream #smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA

Perfekt "al dente"!

Upplev smakupplevelsen av Italien i varje tugga med denna spaghetti från 1881 by Stefano Berruto. Den är tillverkad av ekologiskt durumvete från Italien och långsamt torkad för att behålla all näring. Med en kokningstid på 8 minuter blir den perfekt "al dente"!

PASTA

SPAGHETTI ORGANIC BIO 1881 BY STEFANO BERRUTO

Ca pris 40 kr

#smakbox @smakbox #pastayourway



I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA

Du får prova en av smaker!



Söt och rökig smak

Ingen grillfest utan en riktigt bra BBQ-sås! Ös denna härlighet över kött och andra godbitar och bli rikligt belönad med en söt och rökig smakexplosion. BBQ Sauce Original är grym som sås, glaze eller i marinad. Passar till grillat, ribs, pulled pork och burgare. Texas Honey är en BBQ-sås med riktigt rökig hetta att ösa över biffen, burgaren, ha som sås, glaze eller i marinad. Passar perfekt till nöt, fläsk, kyckling och burgare. Du får prova en av dessa smaker.

SÅS

BBQ SAUCE TEXAS HONEY / BBQ SAUCE ORIGINAL JOHNNY'S

Ca pris 35 kr

@johnnyssweden #johnnyssweden #bbqbuddies #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA I VISSA



Fiberrika små snacks

Mini Crispbread är härligt tunna, knapriga och fiberrika små snacks bakade på finska råvaror. Passar otroligt bra till mellanmål med både mjukost och pålägg eller att avnjuta precis som den är. Ett enkelt och bekymmerslöst val för vardagliga mellanmål och måltider. Finns i två smaker. Dark & Malty ett perfekt maltigt och sötare miniknäcke medan Grain & Sea Salt ett klassiskt miniknäcke med olika frön och havssalt. Du får prova en av smaker.

KEX

MINI CRISP BREAD DARK & MALTY / MINI CRISP BREAD GRAIN & SEA SALT LINKOSUO

Ca pris 27 kr

@linkosuo_sv #linkosuo #healthysnacks #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA



Juice med saftig mango

Förgyll frukosten med Äpple & Mango Juice. Frisk smak från äpplen i kombination med mangons saftiga sötma blir en härlig juice med fruktösa. Den perfekta juicen för frukosten med hela familjen. Finns hos Ica, Coop och Citygross.

JUICE

ÄPPLE & MANGO JUICE KIVIKS

Ca pris 21 kr

@kiviksmusteri #kiviksmusteri #kiviks #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Ikonisk favorit på kakfatet

Med sin långa historia är Cadbury Fingers en klassiker som funnits på den svenska marknaden i nästan 50 år. En ikonisk produkt med hög igenkänning! Nu i praktisk påförpackning. Passar lika bra till utflykten som till kaffestunden!

KAKOR

NIBBLY FINGERS CADBURY

Ca pris 26 kr

#cadburyfingers #nibblyfingers #smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA

Funktionsdryck med smak av cola

Kolsyrad funktionsdryck med smak av cola. Fri från socker och koffein. Med 100% heltäckande behov av de flesta av 13 essentiella vitaminer, mineraler och antioxidanter. Framtagen och producerad i Sverige med svenskt vatten. Passar alla åldrar

FUNKTIONSDRYCK

GOWELL COLA GOWELL

Ca pris 22 kr

@gowelldrinks #gowell #gowelldrinks #smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA



Proteinbar med len mjölkchoklad

NICK'S proteinbar smakar som godis! Täckt i len mjölkchoklad och med 30% mjukt protein. Du får prova någon av smakerna Peanut butter, Caramel chocolate eller Hazelnut chocolate. Finns även i Salty peanut, Triple chocolate och Almond caramel.

PROTEINBAR

PEANUT BUTTER / CARAMEL CHOCOLATE / HAZELNUT CHOCOLATE PROTEIN BAR NICKS

Ca pris 20 kr

@nicks #nicks #bignicksenergy #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA

Tunt och krispigt

Tunn Vete är ett tunt och krispigt fullkornsknäcke bakat på surdeg och toppat med quinoa och havssalt. Brödet har en rund och mild smak, är bakat på 52% fullkornsvetemjöl samt är märkt med nyckelhålet. Tunn vete är dessutom 100% klimatkompenserat.



KNÄCKEBRÖD

TUNN VETE WASA

Ca pris 24 kr

@wasabrod #wasatunnvete #tunnvete #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA

Frukost med fullkorn

Frebacos Havrekuddar är tillverkade i Sverige, har inget tillsatt socker, är nyckelhålsmärkt och innehåller hela 91% fullkorn. Fullkorn innehåller bland annat fiber, järn och antioxidanter och har flera hälsofördelar.



FLINGOR

SVENSKA HAVREKUDDAR NATURELL FREBACO KVARN

Ca pris 27 kr

@frebaco_kvorn #frebaco_kvorn #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Somrigt, salt & syrligt!

Tunna krispiga grytfriterade chips av svensk potatis med en förträfflig smak av mozzarella & balsamico. En spännande smakkombination som gifter sig väl med saltan från de tunna, krispiga potatishipsen. Somrigt, salt och syrligt i en fin smakkombination!



SNACKS

MOZZARELLA & BALSAMICO GÅRDSCHIPS

Ca pris 29 kr

@gardschips #gardschips #gododaregardschips #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Kryddig ketchup med curry

Mångsidig favorit som passar till kött, korv, pommes, pasta och ris eller som smaksättare i såser, soppor och marinader. Utmärkt till grillat! Älskas av stora och små som vill ha en mer smakrik vardag.



KETCHUP

ORIGINAL SPICE KETCHUP HELA

Ca pris 22 kr

#marthabyhela #curryketchup #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA



Krämig havredryck till latten

Arla JÖRD Barista är en krämig havredryck gjord på svensk havre. Tillsammans med erfarna baristor har Arla skapat en produkt som är perfekt för kaffe och latteart. Arla JÖRD Barista är även berikad med fibrer, vitamin D, och folsyra (B9).



VÄXTBASERAD DRYCK

HAVRE DRYCK ARLA JÖRD®

Ca pris 20 kr

@arlasverige #arljord #jattetasty #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA



STOLT ÖVER ATT VARA EN ANNORLUNDA KETCHUP

DU HITTAR
OSS PÅ WILLY'S,
CITYGROSS,
HEMKÖP, ICA
OCH COOP!



The Martha of all Ketchups

LIKE IT



LOVE IT



CAN'T LIVE WITHOUT IT



IT HAS TO BE HEINZ
ESTD 1869

Krämig vitlökssås

Heinz vitlökssås det perfekta tillskottet till den klassiska kebabben och är även en hit med grillad kyckling, lamm och biff. Eller, om du vill, använd den bara som en dipp för chips, allt efter smak och tycke! Njut av en krämig konsistens i kombination med utsökt vitlökig punch och subtila inslag av gräslök och örter.

SÅS

GARLIC SAUCE HEINZ

Ca pris 30 kr

@heinz_sverige #heinz
#smakbox @smakbox



I VISSA

Lyxig touch

Heinz lena och krämiga majonnäs med härlig tryffel ger dina måltider en lyxig touch. Tillverkad med 100% ägg från frigående höns och helt utan konstgjorda färger eller förtjockningsmedel. Kombiner Heinz tryffelmajonnäs med en saftig grillad biff eller frasig toast för en fantastisk smakupplevelse.

MAJONNÄS

TRYFFELMAJONNÄS HEINZ

Ca pris 30 kr

@heinz_sverige #heinz
#smakbox @smakbox



I VISSA

Mumsigt mellis med choklad

Knoppers Chokladkex är ett smakrikt mellanmål. Krispigt bakade rån, utsökt mjölk och krämig nougatfyllning som fulländas med knapriga bitar av rostade hasselnötter. Passar oavsett om du är på jobbet, på någon aktivitet eller på väg någonstans.



CHOKLAD

CHOKLADKEX KNOPPERS

Ca pris 6 kr

#knoppers #mellanmål
#smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Paprikasmak till fredagsmyset

Om du känner dig vilsen bland det enorma utbudet av chips så har vi ett tips – Pringles Paprika! Härligt spröda och fyllda med paprikasmak som passar perfekt till fredagsmyset.

SNACKS

PAPRIKA CHIPS PRINGLES

Ca pris 14 kr

#pringles #pringlespaprika
#smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA I VISSA



Smaksatt majo

Heinz krämiga majonnäs med vitlök och karamelliserad lök är tillverkad med 100% ägg från frigående höns, utan konstgjorda färger eller förtjockningsmedel. Testa den gärna på chips eller ringla ovanpå din pizza!

MAJONNÄS

MAYO GARLIC & CARAMELIZED ONION HEINZ

Ca pris 30 kr

@heinz_sverige #heinz
#smakbox @smakbox

I VISSA



Godare grillat

Caj P har satt smak på den svenska sommaren sedan 1962 – nu lanserar de sina klassiska grillojor i en ny praktisk PET-flaska! Kommer i sex goda smaker varav två efterlängttade nyheter: Parsley & Garlic samt Chili & Spices. Finns även i Original, Garlic, Honey och Hickory. Du får prova en av dessa smaker.

GRILLOLJA

GRILLOLJA PARSLEY & GARLIC / CHILI & SPICES / ORIGINAL / GARLIC / HONEY / HICKORY CAJ P

Ca pris 27 kr

@cajp.sverige #cajp #grillamedcajp
#smakbox @smakbox

I VISSA

I VISSA

Energidryck i godisform

Rebel Energy Bullets är en världsnöhet som kombinerar det bästa från energidrycksuniversum med en rolig smakupplevelse. Exotic Punch är en tropisk smakbomb som snabbt kan bli din nya favorit. No Bull är en hyllning till den ursprungliga energidrycksmaken – i en ny och roligare form. Innehåller koffein.

PASTILLER

REBEL EXOTIC PUNCH / REBEL NO BULL

DENT

Ca pris 17 kr

#rebelenergybullets #dentpastiller

#smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA

Kaffe som odlas på höjden

Cafégo kommer från det lilla kaffebolaget Sofiero Kafferosteri. De erbjuder kaffeblandningar av högsta kvalitet för bästa möjliga smakupplevelse. Alla kaffeförpackningar från Cafégo är höjdmärkta för att du enklare ska kunna hitta ditt favoritkaffe. Smaka dig fram till just din favorit! Highland Mist är ett friskt, något mildare kaffe med Arabicabönor odlade på dimhöjda bergssluttningar i Östafrika och Centralamerika. Triple Mountain är ett smakrikt höghöjds kaffe med en blandning av Arabicabönor från Östafrika, Brasilien, Colombia och Centralamerika. Volcanic Blend är ett extra mörkrostat höghöjds kaffe med en hög andel Arabicabönor från Östafrika. Du får en propåse med en av smakerna.

KAFFE

HIGHLAND MIST / TRIPLE MOUNTAIN / VOLCANIC BLEND CAFÉGO

Ca pris 50 kr/450 g, värde propåse ca 15 kr

@cafego.se #cafego #smakapåhöjden

#smakbox @smakbox



Du får en propåse!

Erbjudande!

Malet kaffe: **ett 3-pack för 125 kr** (ord. pris 145 kr)

Hela bönor: **ett 3-pack för 149 kr** (ord. pris 169 kr)

Kapslar: **ett 3-pack för 125 kr** (ord. pris 199 kr)

Max ett erbjudande per hushåll

Scanna QR-koden eller gå in på cafego.se och fyll i koden: **smakbox2024**



Giltigt to.m. 2024-05-31



4 anledningar till att välja höghöjds kaffe från Cafégo

Uppskattar du en riktigt god kopp kaffe? Då borde du testa höghöjds kaffe. Här är fyra ytterligare anledningar till att välja kaffe från Cafégo:

1. På höga höjder mognar kaffet långsamt vilket ger en unik karaktär och smak.
2. Bönorna är av högsta kvalitet som tål att mörkrostas. Det ger en ren, fyllig och kraftfull eftersmak. Du kan dosera mindre och få ut fler koppar ur paketet.
3. Kaffet köps in från noggrant utvalda platser i världen för att kunna erbjuda den bästa möjliga smakupplevelsen. Minst hälften av bönorna i Cafégos kaffe har odlats på plantager belägna över 1200 meters höjd.
4. Allt kaffe är Rainforest Alliance-certifierat. RFA skapar ett hållbart och långsiktigt jordbruk och utbildar producenterna för att minska miljöpåverkan samt ger kaffeodlarna en högre levnadsstandard.



Burgarost på tub

Äntligen finns supergod burgarost på tub! En smart och lättanvänd lösning för alla som älskar ost på sin hamburgare, men som vill slippa krånglet med inplastade ostskivor. Den har en hög osthalt med 60% ost och smälter perfekt på både burgare och pommes frites. Du hittar den i din butik bredvid Kavlis klassiska hamburgerdressing.

HAMBURGEROST

BURGER CHEESE CHEDDAR KAVLI

Ca pris 40 kr

@kavli_sverige #kavlisverige #kavliburgercheese

#smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Familjefavorit

Kavlis Amerikanska dressing original är Sveriges mest sålda dressing och en riktig familjefavorit. Den görs omsorgsfullt med krispig gurka och rapsolja. Krämmighet möter krispighet och söta möter syrlighet, som en hamburgerdressing ska smaka! En perfekt partner på hamburgaren till nyheten Kavli Burger Cheese.

DRESSING

AMERIKANSK DRESSING KAVLI

Ca pris 25 kr

@kavli_sverige #kavlisverige

#smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA

Spröda och frasiga majsringar

Spröda, luftiga och frasiga majsringar i smaken Sourcream & Onion. Magiskt goda och redo för att ringa in snackskvällen!

SNACKS

RINGAR SOURCREAM & ONION OLW

Ca pris 20 kr

@olw_se #olw #livetmedennypasalt

#smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA I VISSA

Kavli Burger Cheese & Dirty fries

Nu är det lättare än någonsin att få till en perfekt ostburgare. Toppa med Kavlis nya supergoda burgarost på tub!

4 portioner

BURGARE

600 g köttfärs
4 st hamburgerbröd
1 st Kavli Burger Cheese
100 g lättsaltade chips
4 st salladsblad
1 st tomat
1 st rödlök
svartpeppar
olja

BURGARE

1. Peppra hamburgare och stek dem på hög värme ca 2 – 3 minuter per sida eller tills hamburgarna har 52 grader i inntertemperatur.
2. Ringla på Kavli Burger Cheese på burgaren. Dela och rosta hamburgerbröd så det får färg.
3. Lägg salladsblad i botten, en skiva tomat, några lökringar, burgare och toppa med chipsen ovanpå.

DIRTY FRIES

600 g pommes frites
150 g bacon, tärnad
0,5 färsk chili
1 st rödlök
Kavli Burger Cheese
1 dl crème fraiche
hackad persilja
salt och peppar

DIRTY FRIES

1. Tillaga pommes i ugn eller fritös enligt instruktionen på förpackningen. Stek bacon krispigt. Hacka löken, chili och persilja.
2. Toppa pommes med bacon, lök och chili. Ringla på rikligt med Kavli Burger Cheese, några klickar creme fraiche, och strö över hackad persilja.

Recept: Kavli

Ny design på Pepsi Max!

Njut av den uppfriskande smaken av Pepsi Max, maximum taste no sugar. Perfekt som törstsläckare och idealisk till din favoritmat.

LÄSK

PEPSI MAX PEPSI

Ca pris 11 kr

@pepsimaxsverige #thirstyformore

#smakbox @smakbox



I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA



Ölkorv till plockbrickan

En ölkorv sitter aldrig fel! Ridderheims har hela smakspektrumet från milda till superheta korvar och allt där emellan. Miniölkorven Cheezes smakar ostsmak, Caramba har smak av vitlök, paprika och koriander och Hot Amigo chili & paprika. Du får prova på en av smakerna.

ÖL KORV

ÖL KORV MINISAR RIDDERHEIMS

Ca pris 7 kr

@ridderheims #ridderheims #plockafram

#smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA I VISSA

Sukrin finns hos Hälsokostbolaget!



Perfekta pannkakor varje gång

Sukrin Pancake Mix gör det enkelt och snabbt att laga proteinrika pannkakor utan socker och vetemjöl. Mixen är gjord på havre och hållbart växtprotein från ärtor, där ärtproteinet balanseras av en noggrant utvald blandning av ingredienser. Sukrin Pancake Mix är rik på protein och låg på kolhydrater samt fri från tillsatt socker, gluten och mjölk. Finns på utvalda ICA, Hemköp och hälsokostbolaget.com



BAKMIX PANCAKE MIX SUKRIN

Ca pris 40 kr
@sukrin.no #sukrin #sukrinpancakemix #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA



Årets nya smaker från Ramlösa

Årets nya smaker från Ramlösa är Svarta Vinbär och Mango Grapefrukt. Ramlösa är ett naturligt mineralvatten som tappas direkt vid källan i Ramlösa Hälsobrunn. Endast kolsyra och naturlig arom tillsätts. För varje liter Ramlösa du köper bidrar Ramlösa med motsvarande en liter rent vatten till utsatta länder i världen, i samarbete med svenska Röda Korset. Du får prova en av smakerna.

MINERALVATTEN SVARTA VINBÄR / MANGO GRAPEFRUKT RAMLÖSA

Ca pris 8 kr
@ramlosa #ramlosa #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA

Majo med äkta ägg

Det är äggen som gör majonnäs. Och i Stokes majonnäs används hela 12% ägg. För att ge den en extra lyxig smak tillsätts även lite Extra Virgin-olivolja. Du får smaka en provpåse.

MAJONNÄS ÄKTA MAJONNÄS STOKES

Ca pris 65 kr/345 g, värde provpåse ca 7 kr

@smakavsolen #stokessauces #smakbox @smakbox

Ingredienser: Rapsolja (75%), pastöriserade hela ägg från frigående höns (12%), vatten, extra jungfru olivolja PDO (5%), oraffinerat rårssocker, syra, ättiksyra, havssalt, **senapspulver**.

Allergener: se ingredienser i fetstil.



I VISSA I VISSA I VISSA

Fyllig och rökig sås

Fyllig och rökig tomatbaserad barbequesås med sötma från melass och honung. Du får smaka en provpåse.

SÅS BBQ SÅS STOKES

Ca pris 56 kr/315 g, värde provpåse ca 7 kr

@smakavsolen #stokessauces #smakbox @smakbox

Ingredienser: tomatpuré, socker & sockerrörs melass (21%), vatten, ättikssprit, honung (5%), svart sirap (4%), rapsolja, kryddblandning (2%) (salt, socker, rökpulver (rökarnom), honungspulver, tomatpulver, förtjockningsmedel: modifierad majsstärkelse, naturliga aromextrakt, rökarnom, vitlökpulver, lökpulver, kryddor, **kornmaltextrakt**, stabiliseringsmedel: xantangummi), förtjockningsmedel: modifierad majsstärkelse, vitlökspuré, konserveringsmedel: sorbinsyra.

Allergener: se ingredienser i fetstil.



I VISSA I VISSA I VISSA

Solmogna tomater

200 gram solmogna italienska tomater används till varje 100 gram av Stokes prisbelönta Real Ketchup. Det ger en fantastisk tomat smak! Du får smaka en provpåse.

KETCHUP KETCHUP STOKES

Ca pris 60 kr/485 g, värde provpåse ca 7 kr

@smakavsolen #stokessauces #smakbox @smakbox

Ingredienser: Tomater (200g till 100g ketchup), oraffinerat rårssocker, ättikssprit, majsstärkelse, havssalt, vitlökpulver, lökpulver, kryddblandning (salt, kryddextrakt (innehåller selleri), lökextrakt).

Allergener: se ingredienser i fetstil.



I VISSA I VISSA I VISSA I VISSA



Naturlig njutning utan socker

The Friendly Fat Companys krämiga nötsmör görs med rostade mandlar och jordnötter, och kommer i två smaker: kanel & havssalt, och choklad. Resultatet är en produkt som fått kunderna att fråga "hur kan något nyttigt vara så här gott?". De görs helt utan socker och tillsatser, och är gjorda med 100% naturliga ingredienser. De är boostade med MCT-olja som ger dig snabb energi som varar länge. Njut direkt från påsen, eller ringla över andra mellanmål. Du får prova en av smakerna.

NÖTSMÖR FAT-PACK THE FRIENDLY FAT COMPANY

Ca pris 28 kr
@friendlyfatcompany #friendlyfat #smakbox @smakbox

I VISSA I VISSA

Streamingtips till matfantaster

I april drar TV4 igång två av våra favoritprogram med nya säsonger av Hela Kändis Sverige Bakar och Sveriges Mästerkock VIP.

Hela Kändis Sverige Bakar

Under åtta somriga veckor tävlar 10 svenska kändisar med sina bästa bakverk, i kampen om att vinna 50 000 kronor att skänka till valfri välgörenhetsorganisation. Kändisarna tävlar i par och ställs inför två utmaningar i varje program där de gör sitt allra yttersta för att imponera på den hårda juryn. Det kändispar som presterar bäst i varje program belönas med den åtråvärda stjärnbagartiteln. Bland årets deltagare syns bland annat Martin Lindberg & Micael Dahlen, Anna Blomberg & Emma Molin och Julia Franzén & Bingo Rimér.

Premiär 4 april på TV4 Play och TV4.

Sveriges Mästerkock VIP

Här kavlar svenska kändisar upp ärmarna och satsar allt för att laga mat på toppnivå. Inför den tuffa juryn visar de upp sina kulinariska kunskaper och det gäller att briljera i varje moment för att ha chansen att bli Sveriges mästerkock VIP. Bland dem som gör upp om den ärofyllda titeln finns bland annat Maria Montazami, Dominika Peczynski och Magdalena Forsberg.

Premiär 24 april på TV4 Play och TV4.



Frustration födde rena snacks

The Friendly Fat Company erbjuder nyttiga snacks med 100% naturliga ingredienser. Men hur började allting? Grundarna Soheil och Camilla berättar!

"Varför ska det vara så krångligt att äta något snabbt och enkelt, som också är hälsosamt och naturligt? Den frågan ställde vi oss i frustration vid butikshyllorna. Vi var trötta på proteinbars som stökade till våra magar, och dadelsnacks som var fyllda med socker och sirap.

Så vi tog saken i egna händer och startade The Friendly Fat Company hemma i köket, med målet att fylla butikshyllorna med goda, naturliga och näringsrika snacks utan vare sig socker eller tillsatser. Ren energi, helt enkelt.

Sedan dess har vi jobbat dagligen för att hjälpa just dig genom en vanlig vecka med rätt energi för livets alla tillfällen."



Psst!

Missa inte erbjudandet att se TV4 Play+ gratis i 2 månader!

Scanna QR-koden eller gå in på tv4play.se/kampanj/smakbox och fyll i koden: **SMAKA**



Giltig t.o.m. 2024-06-01

Bjud in till Helgbrunch

Samla vänner och familj för en härlig helgbrunch. Här är några snabba, enkla och supergoda rätter som garanterat gör succé!



Smakrik wrap med asiatisk touch

Lönnebergas Smakrika skivor av skinka i en mättande wrap med spännande asiatiska smaker med krispiga marinerade grönsaker och lite hetta från chilimajo.

4 portioner
⌚ 30 minuter

WRAPS

2 förpackningar Lönneberga Smakrika skivor av skinka med smak av farin & svartpeppar á 150 g
4 st wrapbröd
1,5 dl chilimajonnäs
kokosflakes
ruccola

SESAMMARINERADE GRÖNSAKER
100 g morot
50 g purjolök
1 st paprika
2 msk pressad limesaft
1 msk sesamolja
2 msk sesamfrön
salt

1. Sesammarinerade grönsaker: riv morot grovt, strimla purjolök och paprika. Blanda limesaft, sesamolja och sesamfrön. Rör ner sesammarinaden i grönsakerna och smaka av med en nypa salt.

2. Servering: fördela grönsakerna på bröden och toppa med Smakrika skivor, chilimajonnäs, kokosflakes och ruccola. Vik ihop.

Recept: Lönneberga

Tips!

Förbered grönsakerna på kvällen innan och montera precis före servering.



Philadelphia & chorizomacka

Tillred en macka med **Philadelphia Grillad Paprika** och smaker från medelhavet. Fräscht och matigt!

1 skiva mörkt bröd
30 g Philadelphia Grillad Paprika
några skivor chorizo
5 g pinjenötter
25 g babyspenat

1. Bred ett generöst lager Philadelphia på brödskivorna, lägg på spenat och chorizo.
2. Toppa med pinjenötter.

Recept: Philadelphia



Pannkakstacos med färska bär och yoghurt

Ingen brunch utan pannkakor! Testa den proteinrika bakmixen från **Sukrin** utan vetemjöl och socker. Servera med yoghurt samt dina favoritfrukter och bär!

1 paket Sukrin Pancake Mix 100 g
2 st ägg
20 g neutral olja (eller smör)
1,5 dl vatten eller valfri mjölk

TOPPING

naturell yoghurt
valfria frukter och bär (exempelvis mango, kiwi och blåbär)
Sukrin Sirap Gold (eller annan sockerfri sirap/honung)

1. Blanda pannkaksmixen med ägg, olja/smör och vatten/mjölk. Låt svälla i cirka 5 minuter.
2. Stek på medelhög värme i ca 2-3 minuter på varje sida.
3. Lägg upp pannkakorna på ett fat som tacos, så att de får lite stöd av varandra.
4. Toppa med yoghurt, dina favoritfrukter och bär, avsluta med sirap. Njut!

Recept: Sukrin





Ugnsbakad fetaost

Ugnsbakad fetaost från **Minella** är ett supergott tillbehör att duka fram på buffén. God tillsammans med grekisk sallad!

2 portioner

- 1 st Minella Fetaost 100 g
- 1 msk Minella Extra Jungfru Olivolja
- 1 tsk oregano
- 0,5 tsk chiliflakes
- 1 st stor tomat eller körsbärstomater

1. Vrid på ugnen och ställ in den på 180° med varmluft.
2. Placera fetaosten i en ugnssäker form.
3. Tillsätt olivolja, oregano, chiliflakes/finhackad chili, paprika och hackad tomat/körsbärstomater.
4. Ta ut och njut efter ca 10-15 min.

Recept: Minella



Fröknäcke

Baka ett eget knaprigt fröknäcke fullt med nyttigheter. Toppa med **Carlshamn Tre oljor** och valfria tillbehör. Matjessill blir extra somrigt!

- 1 dl sesamfrön
- 1 dl pumpafrön
- 2 dl solroskärnor
- 3 msk chiafrön
- 1,5 msk fiberhusk
- 2 dl mandelmjöl
- 2,5 dl vatten
- 1 msk rapsolja

1. Börja med att blötlägga alla frön förutom chiafröna i 8 timmar.
2. Rör ihop chiafrön med 2,5 dl vatten i en skål. Rör om då och då i 15 minuter så att fröna inte fastnar i botten.
3. Låt stå i kylan i minst 1 timme så att fröna sväller och det blir som en chiapudding
4. Sätt ugnen på 150 grader. Skölj fröna ordentligt, häll av vattnet och blanda tillsammans med chiafrön, fiberhusk, mandelmjöl och rapsolja.
5. Bred ut tunt på två plåtar klädda i bakplåtspapper och grädda 1 timme i ugnen.
6. Servera med Carlshamn Tre Oljor och valfria tillbehör.

Recept: Carlshamn



NYHET!
FINNS HOS COOP, HEMKÖP & CITYGROSS



Pop Bakery

PINSA Surdeg

Klassiskt italienskt surdegsbröd
KLASSINEN ITALIALATINEN HAPANLEIPÄ | KLASSISK ITALIENSK SURDEGSBRÖD



220°C 5 min JÄST I 72 TIMMAR

HÄR ÄR TRENDEN DU SETT ÖVERALLT!

Pinsa är en italiensk klassiker och släkting till pizza och focaccia - lägligt god och fantastiskt mångsidig! Doppa den i olivolja. Servera den på förrätsbrickan. Toppa den med ost och chark.

Vår pinsa är traditionellt bakad med surdeg, olivolja och tre sorters mjöl. Och den har fått jäsa till perfektion i hela 72 timmar. Men hemma hos dig är den klar på bara 5 minuter!



PINSA PATATA



PINSA ANTIPASTO



Pop Bakery

Hitta recept på popbakery.se!



Scanna koden för att se om du kan ta emot Kallt tillägg!



Toppa upp din box med kalla smaker

Vill du ha mer av det goda? Addera **Kallt tillägg** till din prenumeration. Då levereras din Smakbox och kassar med både kylda och frysta produkter direkt hem till dörren. Smidigt, va? Vi kan skicka till stora delar av södra och mellersta Sverige upp till och med Hudiksvall i dagsläget!

På smakbox.se/levereransalternativ ser du om vi kan leverera till ditt postnummer. I så fall kan du enkelt beställa Kallt tillägg på Mina sidor på smakbox.se.

Läs vidare för att upptäcka de kylda och frysta produkterna som följde med din aktuella Smakbox!

Så fungerar Kallt tillägg

- Ett tillägg till din Smakbox-prenumeration
- Ca 15 kylda och frysta produkter
- Värde ca 450 kr
- Pris: 169 kr (+ hemleverans 60 kr)

Matiga och smakrika pålägg

Testa ett matigt pålägg gjort på Lönnebergas finaste svenska kycklingfilé eller svensk skinka. Det skivade pålägget är ätfärdigt, smakrikt och mättande! Passar perfekt som fyllning i den matiga mackan. Du får prova en av smakerna Kyckling med citron och timjan, Kyckling med örter och tomat eller Skinka med farin och svartpeppar.

PÅLÄGG

SMAKRIKA SKIVOR CITRON & TIMJAN / ÖRTER & TOMAT / FARIN & SVARTPEPPAR LÖNNEBERGA

Ca pris 34 kr

@lonneberga #lonneberga.se #lonneberga #smakbox @smakbox

I VISSA



Du får prova en av smakerna!



Naturens egna oljor

Carlshamn Tre oljor är gjort på naturens egna oljor; raps-, kokos- och sheaolja som tillsammans ger margarinets utsökt och balanserad smak. Funkar utmärkt i all slags matlagning och bakning och självklart även på smörgåsen. En produkt som passar de flesta – mjölkfri, växtbaserad och utan palmolja!

SMÖR & MARGARIN

MARGARIN TRE OLJOR CARLSHAMN

Ca pris 43 kr

@carlshamn #carlshamn #smakbox @smakbox

I VISSA



Mjukt och saftigt burgarbröd

Street food-inspirerat bröd bakat med potatis, som gör brödet både mjukt, saftigt och luftigt. Innehåller endast växtbaserade ingredienser och passar perfekt till saftiga högrevsburgare, smakfulla vegoburgare eller krispig kyckling. Gärna i sällskap med smält ost och krämiga dressingar. Brödet lyfter smaken på vad du än fyller det med! Bäst före: 7 dagar efter upptining.

BRÖD

POTATO BURGER BUN KORVBRÖDSBAGARN

Ca pris 32 kr

@korvbrodsbagarn #korvbrodsbagarn #potatoburgerbun #smakbox @smakbox

I VISSA



En touch av Grekland

Upplev en bit av det grekiska köket med Minellas feta- och salladsost, där varje tugga är en smakupplevelse. Dessa ostar passar perfekt för att höja smaken i en fräsch sallad eller i din dagliga matlagning. Nu finns Minella även på Citygross, Hemköp och Willys. Ge din matlagning en touch av Grekland med Minella! Du får prova en av smakerna.

OST

SALLADSOST / FETAOST MINELLA

Ca pris 25 kr

@minella.se #feta #salladsost #smakbox @smakbox

I VISSA

Iskaffe på språng

Mycket protein, mycket kraft och mycket njutning i kombination med den mest populära drycken: iskaffe. Perfekt året runt i on-the-go bågare. Den är praktisk, lättnad och riktig uppiggande. Du får prova smaken Classic, finns även i smaken Caramel.



ISKAFFE

HIGH PROTEIN CAFFÉ LATTE CLASSIC EHRMANN

Ca pris 20 kr

#ehrmann #smakbox @smakbox

I VISSA

Franska dessertostar

Président Snack Range består utav två franska dessertostar: en mild brieost och en aromatisk kittost i helt nya tappningar. Det nya formatet gör det enkelt att skära ostarna i skivor och lägga på både kalla och varma mackor. Snack Range passar även alldeles utmärkt på ostbröcken, på kexet och som ett snack precis så som de är. Du får prova en av smakerna. Bon appétit!

DESSERTOST

PRÉSIDENT SNACK RANGE BRIE / KITTOST PRÉSIDENT

Ca pris 40 kr

@presidentost_sverige #presidentsverige #smakbox @smakbox



I VISSA

Tzatziki på flaska

God och smakrik tzatziki med färsk gurka, vitlök och yoghurt i en smidig flaska. Passar lika perfekt till vårens och sommarens grillkvällar som när du vill ge vardagsmiddagen det lilla extra. Testa till grillade kyckling- och grönsaksspett, lamm, halloumi eller till kebab- och gyrosrullen.

DRESSING

TZATZIKIDRESSING LOHMANDERS

Ca pris 34 kr

@lohmanders #lohmanders
#smakbox @smakbox



I VISSA

Italienskt trendbröd

Pinsa är en kusin till både pizza och foccacia. Degen bakas med surdeg och olivolja och får jäsa i 72 timmar. Kan ätas på många olika sätt. Riv en bit och doppa i olivolja med salt. Servera med kallskuret på förrätsbrickan. Eller toppa med goda tillbehör som pesto, burrata och färska örter och ät som en pizza.



BRÖD

PINSA POP! BAKERY

Ca pris 37 kr

@popbakerysverige #popbakerysverige
#pinsa #smakbox @smakbox

I VISSA

Festligt mellanmål

Denna ljuvliga krämiga favorit förvandlar alla mellanmål till en fest. Mini Babybel Cheddar är en ost med smak av cheddar som varken innehåller några konstgjorda smakämnen eller konserveringsmedel. Kombinera den gärna med clementiner och mandlar för ett sött och gott mellanmål. Fri från tillsatser och e-ämnen samt är naturligt fri från laktos!



OST

MINI CHEDDAR MINI BABYBEL

Ca pris 29 kr

@babybel_se #minibabybelprotein
#smakbox @smakbox

I VISSA

Laktosfri yoghurtdryck

En smakrik och fruktig yoghurt dryck med reducerat sockernehåll som är laktosfri och med högt fiberinnehåll. I praktisk tetraförpackning med suggrö. Lätt att dricka när du är på språng!



DRICKYOGHURT

ROBBY YOGHURT EHRMANN

Ca pris 15 kr

#ehrmann #smakbox @smakbox

I VISSA



Krämig glass från Oatly

Smarrig och helt växtbaserad glass från Oatly. Hazelnut Swirl är en hasselnötsglass med salt kolasås. Mint Chocolate består av mintglass med små chokladbitar. Strawberry Confusion består av vaniljglass med jordgubbsrippel och fudgebitar. Coffee Chaos har smak av kaffe som även innehåller chokladsås och krispiga chokladbitar. Du får prova en av dessa fyra smaker.

GLASS

HAZELNUT SWIRL / MINT CHOCOLATE / STRAWBERRY CONFUSION / COFFEE CHAOS OATLY

Ca pris 46 kr

@oatly #oatly #smakbox @smakbox

I VISSA



Somrig pasta med smakrik fyllning

Det italienska familjeföretaget Rana, världsledande inom färsk pasta, presenterar två läckra fyllda pastavarianter med smaker från ett soligt Italien. Rana Girasoli har bitar av saftiga räkor, krämig burrata och uppriskande citronzest. Servera med finhackade tomater och burrata. Strö över basilika och lite nymalen svartpeppar. Rana Tortelloni är fylld med solmogna tomater, grillad aubergine och krämig mozzarella som ger en djup och fyllig smak. Serveras med Prosciutto crudo och ringla över en gräsig olivolja. Du får prova en av smakerna.

FÄRSK PASTA

GIRASOLI SHRIMPS, BURRATA & LEMON ZEST / TORTELLONI PARMIGIANA MELANZANE RANA

Ca pris 47 kr

@giovanniranandics #@giovanniranandics
#smakbox @smakbox

I VISSA

GLASS- CHOCK!



Först tänkte jag skriva *MYSTERIEGLASS* som rubrik eftersom det var slumpen som avgjorde vilken smak du fick i boxen den här gången. Sen kom jag på att det är ju knappast ett mysterium för dig vad det blev, det är ju mer för mig. Visst, det kanske inte är så mycket av en chock heller. Om inte hela konceptet havreglass

är något nytt i din värld för då kanske det blir en chock hur glassigt den smakar.

Men jag tänkte att ordet chock skulle öka chanserna att du läste hit, där jag har skrivit min adress marten@oatly.com så att du kan skriva och berätta vilken smak du fick. Det är något av ett mysterium för mig än så länge.



Välgörande och välsmakande!

Wake Up Synbiotic är en kolsyrad hälsosam energidryck med levande bakteriekultur och utvalda vitaminer och mineraler som bidrar till att hjälpa din mage. Den innehåller också naturligt koffein från gröna kaffeböner som bidrar till ökad vakenhet och förbättrad koncentration. Den är bra för din mage och innehåller 100 mg naturligt koffein. Full med vitaminer och mineraler samt vegansk och sockerfri.

ENERGIDRYCK
WAKE UP SYNBIOTIC LEMONADE **HOMIE**

Ca pris 20 kr
@homie_lifeinbalance #homie
#smakbox @smakbox

I VISSA



Laktosfri pudding

Upptäck Arla Protein, en laktosfri pudding rik på protein och berikad med BCAA, zink och magnesium. Perfekt efter träningen! Utan tillsatt socker, färgämnen eller konserveringsmedel. Njut av den kyld för den ultimata smakupplevelsen. Du får prova en av smakerna choklad och hasselnöt-latte.

MELLANMÅL
PROTEIN PUDDING CHOCOLATE /
HAZELNUT LATTE **ARLA®**

Ca pris 18 kr
@arlasverige #arlaprotein #feedyourdrive
#smakbox @smakbox

I VISSA



Ny smak på tillfälligt besök

God Morgon® Selected Blends består av noga utvalda smakkombinationer av hög kvalitet. Nu utökas sortimentet med en ny smak på tillfälligt besök – Selected Blend Strawberry Guava. En härligt söt och frisk smak för den som söker det lilla extra.

JUICE
SELECTED BLEND STRAWBERRY
GUAVA **GOD MORGON®**

Ca pris 29 kr
@godmorgon_se #godmorgonjuice
#smakbox @smakbox

I VISSA

WHEN LIFE GIVES YOU LEMONS

HOMIE WAKE UP SYNBIOTIC LEMONADE

- HAVE A HOMIE LEMONADE

SYNBIOTIC FÖR MAGENS BÄSTA

NO ADDED SUGAR

100mg KOFFEIN

VITAMINER OCH MINERALER

Kvarg med mango och passionsfrukt

Lindahls kvarg är en mild och krämig kvarg med ljuvlig smak av mango och passionsfrukt. Kvargen har ett högt proteininnehåll, låg fetthalt och innehåller inget tillsatt socker. Lindahls kvarg är alltid tillverkad i Sverige med svensk mjölk.

KVARG & KESO
KVARG MANGO &
PASSION LINDAHL'S

Ca pris 23 kr
@lindahlsverige #lindahlsverige
#smakbox @smakbox



I VISSA

Somrig paprika

Upptäck den somriga smaken av grillad paprika, en kombination av mild krämighet och kraftfull smak. Den här Philadelphia-osten passar perfekt på knaprigt bröd eller nygräddade frukostbullar. Kombinera den med kryddig salami och tomater för en underbar smörgås eller bred ut den på ett knäckebröd.

FÄRSKOST
GRILLAD PAPIKA
PHIADELPHIA

Ca pris 23 kr
@philadelphiasverige #philadelphiasverige
#smakbox @smakbox



I VISSA

Snabblagad middagsfavorit

Klassisk pyttipanna som är ovo-vegetarisk och glutenfri. Otroligt lättlagad, bara stek i 8 minuter så har du middagen klar. Servera förslagsvis med rödbetor och stekt ägg. Quorn är gjort på Mycoprotein, en hållbar näringsrik proteinälla som är naturligt rik på fibrer samt fri från soja. Du får prova en produkt på 600 g, produkten i butik har storleken 990 g.

FÄRDIGMAT
PYTT QUORN

Ca pris 35 kr/600 g, 65 kr/990 g i butik
@quornsverige #quornsverige
#smakbox @smakbox

I VISSA

Middag på en kvart Snabbt & gott!

Lättagad och god mat – kan det bli bättre? Dessa snabba rätter gör det enklare att få ihop vardagspusslet. Mumsigt för både stora och små till middag eller lunch.



Quorn Pytt med ägg & pressgurka

En ovo-vegetarisk och glutenfri version av klassisk pyttipanna med Quorn. Otroligt lättagad, bara stek i 8 minuter så har du middagen klar.

4 portioner
⌚ 15 minuter

Quorn Pytt Family Pack 990 g
olja
4 st ägg
inlagd rödbeta
salt & peppar

PRESSGURKA
1 st färsk gurka
3 krm salt
2 msk ättiksprit (12%)
1 dl vatten
2 msk socker
0,5 krm vitpeppar
2 msk hackad persilja

1. Tillaga Quorn Pytt enligt anvisning på förpackningen.
2. Under tiden pytten tillagas stek äggen.
3. Servera med rödbeta och pressgurka.

Pressgurka:

4. Skiva gurka tunt och lägg i en vid skål. Häll salt på gurkan och lägg ett fat och en tyngd över i ca 30 minuter, håll sedan av spadet.
5. Blanda ättiksprit, vatten, socker, vitpeppar och hackad persilja i en separat skål och rör tills sockret löst sig.
6. Lägg över gurkan i en burk med lock och håll över lagen. Låt stå någon timme före servering.

Recept: Quorn



Pasta Paradiso

Supergod pastarätt från Rana som för tankarna till sommaren i Italien!

2 portioner
⌚ 15 minuter

1 förpackning Rana Girasoli Shrimps, Burrata & Lemon Zest
1 st burrata
0,5 burk paprikapesto 130 g
0,5 dl mandelspån
2 msk lätt crème fraiche
2 msk vatten
basilikablad

1. Lägg peston i en matberedare tillsammans med mandelspån, crème fraiche och vatten. Mixa tills du får en sås. Beroende på smak, kan du mixa till en helt slät sås, eller gå i med mandelspån sist om du gillar mer crunch.
2. Koka en förpackning Rana Girasoli Shrimps, Burrata & Lemon Zest i rikligt saltat vatten enligt förpackningsanvisningen.
3. Smält lite smör i en panna och vänd snabbt ner Raviolin, lägg sedan upp på tallrik och garnera med paprikapestosås.

Recept: Giovanni Rana



Tips!

Stek pastan hastigt i smör efter kokning för extra god smak.

Lithells Barnens Grillkorv med avokadocreme

Servera storfavoriten Lithells Barnens Grillkorv med fräscha smaker som surkålssallad och avokadocreme.

⌚ 15 minuter

8 st Lithells Barnens Grillkorv
8 st korvbröd

SURKÅLSSALLAD
150 g surkål
0,5 st rödlök
100 g majonnäs
1 msk dijonsenap

AVOKADOCREME
1 st avokado
1 msk pressad limesaft
salt

TILL SERVERING
potatischips

1. Pressa ut lite vätska från surkålen och skiva rödlöken. Blanda ihop samtliga ingredienser till surkålssalladen.
2. Mixa avokadon slät tillsammans med limesaft och en nypa salt.
3. Grilla korven, lägg den i brödet och toppa med allt det goda.



Recept: Lithells



Överraska med Smakbox!

Våren är en tid fylld av små och stora firanden! Smakbox är den perfekta gåvan till mors dag, studenten eller som gå-bort-present.

Boxen kan levereras till dig eller hem till den du vill överraska.

Missa inte vårens stora gåvokampanj!

Ge 1-3 boxar till ett riktigt superpris. Spara hela 250 kr när du ger 3 boxar för ett halvår med Smakbox. Wow!

Ge 3 boxar i följd för 499 kr (halvår)

Ange kod: LJUS499

Ge 2 boxar i följd för 349 kr

Ange kod: LJUS349

Ge 1 box för 259 kr

Ange kod: LJUS259

Scanna QR-koden nedan eller beställ på smakbox.se/ge-bort-smakbox

Välj antal boxar och rätt kod för att se rabatten i kassan.

Rabatten gäller till och med 2024-05-31 och kan inte kombineras med andra erbjudanden.



Smakbox

Beställ här!



Nästa Smakbox skickas till prenumeranter 30 maj - 17 juni

Och därefter löpande till nya kunder så länge lagret räcker