

Gotlandslins

Gotlandslinsen odlades av var och varannan invånare på "öjn" fram tills 1800-talets slut. Då livsnödvändig basingrediens i soppor, grytor och i mald form till pannkakor.



KULTURARVSGRÖDOR är grödor som odlats i Sverige under århundraden och som vi nu har börjat odla igen. På så sätt får kommande generationer njuta samma smaker som våra mor- och farföräldrar en gång gjorde och samtidigt bidrar vi till ökad mångfald på våra åkrar.

BESKRIVNING Liten pastellrosa lins med gröna toner. Nötig smak med perfekt balans mellan sötma och beska.

TILLAGNING Skölj linserna i kallt vatten och rensa noga för att inga jordrester eller stenar ska finnas kvar. Koka upp rikligt med vatten och salt (2 %). Lägg i linserna och låt dem koka försiktigt i 10 minuter, låt svalna i sin buljong.

ANVÄNDNING Gotlandslinsen är en delikatess som kan användas i en mängd eleganta rätter. Mycket användbar lins till sallader, grytor, soppor, rörer och biffar. Går bra att mixa, krossa, grodda eller mala till mjöl för plättar och bröd. Koket ger också en fin användbar buljong. Linsen kan fermenteras för att göra exempelvis misopasta.

OM Fram tills slutet av 1800-talet hade nästan varje gotländsk gård en liten linsodling. Skörden användes till soppor, gröt och mald till pannkakor. Gotlandslinsen har nästintill försvunnit men bevarats av entusiaster och är nu på väg tillbaka, hyllad för sin unika smak och höga näringsinnehåll.

MJÄLL	TEXTUR	FAST	LÅG	SÖTMA	HÖG	MILD	BESKA	KRAFTIG
-------	--------	------	-----	-------	-----	------	-------	---------

INGREDIENSER: Svenskodlad ekologisk torr Gotlandslins.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G

ENERGI 325 kcal/1361 kJ.

FETT 1 g, varav mättat fett 0,2 g.

KOLHYDRATER 48,5 g, varav sockerarter 2 g.

FIBRER 30 g.

PROTEIN 24 g.

SALT 0 g.

FÖRVARING Torrt och svalt.

KONTAKT www.nordiskravara.se



GRÖNT KULTURARV

NORDISK RÅVARA

Nordisk Råvara återinför svenska kulturavsgörödor på platser där de en gång växte. Vi odlar också grödor som traditionellt sett växer i andra delar av världen, på våra breddgrader. Alla grödor från Nordisk Råvara odlas på ett skonsamt sätt, i utvald jord, av odlare som bryr sig. Resultatet blir råvaror av hög kvalitet, med fina näringsvärden – och som smakar fantastiskt.