

Korallins Rosana

Den här fina linsen med rödorange kärna har sitt tunna skal kvar till skillnad mot de röda linser vi vanligtvis är bekanta med i svenska köket. Möjligheten att ge tillaga linsen med fast textur ger många användningsområden. Just denna populära sort kallas i Frankrike korallins eller rosélins.



BESKRIVNING Liten vacker rödorange tunnskalig lins med fast textur. Den har en smörig arom med inslag av solroskärna, nötter och lite gräsighet i en lång eftersmak.

TILLAGNING Skölj och rensa linserna 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 Mycket användbar lins till sallader, såser, röror och biffar. Perfekt även i grytor, soppor eller mald till mjöl för plättar och bröd. Koket ger också en fin användbar buljong. Linsen kan fermenteras för att göra exempelvis misopasta.

OM Denna franska lins har sitt ursprung i Kina och Indien och togs till Europa med romarna. Den har ett blont skal med vacker orange kärna och i Frankrike kallas den lentille corail, dvs korallins, eller ibland rosélins. Den säljs oftast skalad, men vi har valt att behålla skalet så att den kan användas som en fast fin lins i olika anrättningar.

MJÄLL	TEXTUR	FAST	LÄG	SÖTMA	HÖG	MILD	BESKA	KRAFTIG
	●			●			●	

INGREDIENSER: Svenskodlad ekologisk torr orange lins.

NÄRINGSVÄRDE PER 100 G:

ENERGI 337 kcal/1409 kJ.

FETT 1,7 g, varav mättat fett 0,2 g.

KOLHYDRATER: 50 g, varav sockerarter 1,1 g.

FIBRER 11 g.

PROTEIN 24 g.

SALT 0 g.

FÖRVARING Torrt och svalt.

KONTAKT www.nordiskravara.se

NORDISK RÅVARA

Nordisk Råvara återinför svenska kulturarvsgrödor 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.



SE-EKO-07
Svenskt Jordbruk