



RAISIO

Raision
gluteenittomat
tuotteet



Kaura - herkullista, terveellistä ja ympäristöystävällistä

Kaura sopii monenlaisiin ruokiin ja tuotteisiin monikäyttöisyytensä ja herkullisuutensa ansiosta. Se vastaa modernin kuluttajan tarpeisiin ja sopii syömistilanteissa niin aamuun, välipalaksi kuin iltaankin. Kotimainen kaura hellii makuhermoja ja on maultaan hienostuneen pähkinäinen. Gluteeniton kaura tuo gluteenittomaan ruokavalioon terveellisyyttä, monipuolisuutta ja makua.

Kaura nostaa gluteenittoman ruokavalion ravintoarvot uudelle tasolle. Gluteeniton ruokavalio on usein puutteellista kuidun, vitamiinien ja mineraalien määrän suhteen. Ravitsemuksellisilta ominaisuuksiltaan uniikki kaura sopii loistavasti gluteenittomaan ruokavalioon, sillä se sisältää runsaasti kuitua, hyviä hiilihydraatteja, proteiinia, monia elintärkeitä vitamiineja sekä rautaa, magnesiumia ja sinkkiä. Kaura on erinomainen pitkäkestoisen energian lähde.

Suomi on yksi maailman johtavista kaurantuottajista. Kaura on ympäristöystävällinen viljelykasvi, sillä se ei tarvitse paljon lannoitteita eikä kastelua. Suurin osa kauran vesijalanjäljestä syntyy kasvun aikana, Suomessa vettä sataa kuitenkin riittävästi kauran tarpeisiin. Kauran hiilijalanjälki on myös varsin alhainen ruoantuotannon mittapuussa, joten kauran ilmastovaikutus on vähäinen. Lisäksi kaura sitoo tehokkaasti typpeä pelloilta, jolloin typen huuhtoutuminen vesistöihin vähenee.

Elovena gluteenittomat kauratuotteet valmistetaan suomalaisesta kaurasta Raision Nokian myllyllä. Keliakikot ja muille viljoille allergiset voivat turvallisesti käyttää Elovena gluteenittomia kauratuotteita, sillä gluteenittomien kauratuotteiden tuotantoprosessissa on useita erilaisia puhdistusvaiheita, joiden avulla vieraat viljat poistetaan kauran seasta. Tuotteiden gluteenittomuus varmistetaan vielä analysoimalla jokainen tuotantoerä useassa prosessivaiheessa.

Kaurapohjaiset tuotteet tuovat todellista ravitsemuksellista arvoa

Vilja	Energiaa	Kuitua	Proteiinia	Rasvaa	Rautaa	Magneesiumia	Sinkkiä	Kalsiumia	E-vitamiinia	B1-vitamiinia	Foolihappoa
Kaura	370 kcal	11 g	14 g	8 g	5,1 mg	131 mg	3,2 mg	43 mg	1,5 mg	0,4 mg	46 µg
Riisi	368 kcal	1,0 g	7,7 g	1,4 g	1,2 mg	34 mg	1,3 mg	6,0 mg	<0,1 mg	0,04 mg	7,0 µg
Hirssi	357 kcal	3,2 g	11,2 g	2,9 g	4,8 mg	103 mg	3,4 mg	9,0 mg	<0,1 mg	0,26 mg	24 µg
Maissi	349 kcal	7,4 g	8,5 g	1,6 g	1,1 mg	40 mg	0,7 mg	5,0 mg	-	0,14 mg	15 µg
Tattari	323 kcal	5,8 g	11,9 g	2 g	3,8 mg	178 mg	2,5 mg	18 mg	0,2 mg	0,6 mg	35 µg

Ruokaa suurella sydämellä. Terveyttä meille ja maapallolle.

Hyvä ja terveellinen ruoka on luonnollista ja tulee tekijänsä sydäimestä. Vastuullisena yhtiönä Raisio huomioi kaikki ruokaan liittyvät tärkeät tekijät: hyvinvoinnin, terveellisyyden, maun ja kestäväen kehityksen. Vahva osaamisemme ja into kehittää uutta varmistavat sen, että voimme tarjota täysipainoisia ja hyvän omantunnon tuotteita. Meidän tuotteemme tekevät hyvää Terveydelle, Sydämelle ja Maapallolle.

Olemme aina pitäneet Maapallosta huolta ja haluamme oppia yhä paremmiksi. Tuotantomme on lähes hiilineutraalia ja jatkamme tavoitteellista työtä hiilijalanjälkemme pienentämiseksi.

Sertifioinnit ja laatu järjestelmät tukevat turvallista tuotantoa. Ne takaavat osaltaan muunmuassa jäljitettävyysohjelmamme toimivuuden. Raision myllyillä on

- Tuoteturvallisuuden ja -laadun BRC-sertifikaatti
- Laatu järjestelmä ISO 9001
- Ympäristö järjestelmä ISO 14001



Gluteeniton valikoima

Gluteenittomat kaurahiutaleet, -litisteet ja -rouheet

81370	Elovena Gluteeniton Iso Täysjyväkaurahiutale	20 kg
81367	Elovena Gluteeniton Pieni Täysjyväkaurahiutale	20 kg
81385	Elovena Gluteeniton Täysjyväkauralitiste	20 kg
81368	Elovena Gluteeniton Täysjyväkaurarouhe	20 kg

Gluteenittomat kaurajauhot

81333	Elovena Gluteeniton Hieno Täysjyväkaurajauho	20 kg
81306	Elovena Gluteeniton Kauraydinjauho	20 kg
81293	Elovena Gluteeniton Hieno Kauraydinjauho	20 kg

Gluteenittomat luomutuotteet

81313	Elovena Gluteeniton Luomu Iso Täysjyväkaurahiutale	20 kg
81308	Elovena Gluteeniton Luomu Pieni Täysjyväkaurahiutale	20 kg
85390	Elovena Gluteeniton Luomu Pieni Täysjyväkauralitiste	20 kg
85391	Elovena Gluteeniton Luomu Täysjyväkaurarouhe	20 kg
81311	Elovena Gluteeniton Luomu Kauraydinjauho	20 kg
81689	Elovena Gluteeniton Luomu Täysjyväkaurajauho	20 kg

Gluteenittomat jauhoseokset

81614	Sunnuntai Tumma Gluteeniton Jauhoseos	10 x 1 kg
81646	Sunnuntai Gluteeniton Jauhoseos	20 kg

Kysy
tuotteita myös
suursäkeissä!



Kaurainen Rapea Siemennäkkileipä

(3-4 uunipeltiä)

- | | | | |
|--------|---|----|---|
| 450 g | Elovena Gluteenitonta Täysjyväkaurajauhoa | 1. | Sekoita Elovena Gluteeniton Täysjyväkaurajauho, tattarijauho, siemenet ja suola yhteen. |
| 225 g | kvinoan siemeniä | 2. | Lisää mahdollisimman kuumaan veteen juokseva margariini. |
| 160 g | seesaminsiemeniä | 3. | Yhdistä vesi-margariiniseos ja kuivat aineet. |
| 170 g | kuorellisia pellavansiemeniä | 4. | Sekoita tasaiseksi ja anna levätä n. 10 minuuttia. |
| 120 g | kuorellisia hampunsiemeniä | 5. | Jaa taikina uunipelleille, tasoita ja halutessasi ruuduta. |
| 175 g | tattarijauhoa | 6. | Paista noin 150 °C 45 minuuttia tai kunnes haluttu rapeus saavutetaan. |
| 25 g | suolaa | | |
| 1000 g | vettä | | |
| 200 g | juoksevaa margariinia | | |



Kauraiset karpalo-siemensämpylät

540 g Elovena Gluteenitonta Täysjyväkaurajauhoa
70 g Elovena Gluteenittomia Kaurahiutaleita
1000 g vettä
60 g kuivattuja karpaloita
50 g kurpitsansiemeniä
30 g kuivahiivaa
30 g siirappia
25 g suolaa
15 g psylliumia

1. Vispaa noin 42 °C taikinanesteeseen kuivahiiva, hunaja ja psyllium. Anna seoksen seisoa 5 minuuttia, jotta psyllium ehtii turvota.
2. Sekoita joukkoon loput ainekset ja vaivaa tasaiseksi.
3. Muotoile sämpylöiksi.
4. Nostatus ja paisto kuten normaalisti, mutta huomioiden gluteenittomuus.



Kaurakääretorttupohja

(n. 8 vetopohjaa)

650 g Sunnuntai Gluteenitonta Jauhoseosta
450 g Elovena Gluteenitonta Täysjyväkaurajauhoa
2200 g kananmunaa
1700 g sokeria
100 g leivinjauhetta

1. Vatkaa kananmunat ja sokeri vaahdoksi.
2. Sekoita Elovena Gluteeniton Täysjyväkaurajauho, Sunnuntai Gluteeniton Jauhoseos ja leivinjauhe yhteen ja lisää ne kananmuna-sokerivaahtoon.
3. Sekoita tasaiseksi.
4. Loppu kuten vetopohjan valmistus yleensä.

Vinkit leipojalle

- Käytä tarkkoja mittoja ja huoneenlämpöisiä raaka-aineita.
- Leivonnan apuaineet psyllium ja ksantaani antavat taikinaan sitkoa. Ksantaania ja psylliumia voidaan käyttää leivonnaisissa rinnakkain ja niitä voidaan lisätä taikinaan, vaikka niitä ei olisi reseptissä mainittu.
- Gluteenittomien leivonnaisten rakennetta voi parantaa lisäämällä valkuaisaineen määrää, kuten maitorahkaa, raejuustoa, jogurttia tai munaa.
- Mehevyttä leipiin saat mm. peruna-, juures- ja hedelmäsoseilla.
- Yhdistele erilaisia jauhoja, hiutaleita ja rouheita. Ne parantavat yhdessä leipoutumista ja saavat aikaan mehevän lopputuloksen.
- Käytä hiivataikinoissa juurimenetelmää, saat leipään happamuutta ja lisäksi leipä kohoaa paremmin.
- Hiivataikinoissa riittää yksi kohotus.

Raisio Elintarvike

PL 101 (Raisionkaari 55)
21201 Raisio
elintarviketilaukset@raisio.com
044 781 9032
www.raisio.com
www.raisioammattilaisille.fi

Avainasiakaspäällikkö

Marjo Lehtinen
marjo.lehtinen@raisio.com
044 743 7701

Avainasiakaspäällikkö

Petri Liimatainen
petri.liimatainen@raisio.com
050 556 4873



RAISIO

