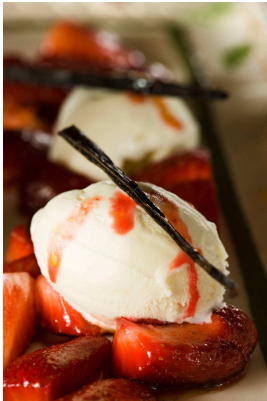


SIKKE SUMARI SUOSITTELEE, OSA 3: MANSIKOILLE HIENOSTUNUT SILAUS OLIVADON AVOKADOÖLJYLLÄ

Olivadon Kylmäpuristettu Avokadoöljy yllättää monipuolisuudellaan – se sopii erinomaisesti myös jälkiruokiin. Avokadoöljy viimeistelee muun muassa kesän kestoherkun, mansikat jäätelön kera, hienostuneeksi makuelämykseksi. Avokadoöljyn on myös todettu lisäävän kasvien ja marjojen sisältämien karotenoidien imeytymistä elimistöön¹.



Uusiseelantilaiset Olivadon kylmäpuristetut ekstra-neitsytavokadoöljyt, **Olivado Kylmäpuristettu Avokadoöljy** ja **Olivado Avokado Zest -ruoanlaittoöljy**, sopivat pehmeän makunsa ansiosta monenlaiseen ruoanlaittoon – myös jälkiruokiin.

– Avokadoöljyn mieto ja hienostunut maku täydentää muun muassa mansikkaa ja jäätelöä loistavasti. Yhdistelmä on vastustamaton, **Sikke Sumari** sanoo.

Olivadon ekstra-neitsytavokadoöljyt sisältävät runsaasti karotenoideja, noin 3 mg / 100 ml. Avokadoöljyn on myös havaittu lisäävän karotenoidien imeytymistä kasviksista elimistöön.¹ Esimerkiksi mansikka sisältää karotenoideja 44,5 µg / 100 g.



SIKKE SUMARI

- tunnettu suomalainen ravintoloitsija ja keittokirjailija
- tehnyt töitä televisiolle muun muassa Kokkisota-ohjelman juontajana
- Siken kirjoittamat keittokirjat: Rakastan ruokaa (2003) Vesi kielellä (2004) Makeaa mahan täydeltä (2005) Namaste (2008) Aistien Keittiö (2008)
- perustanut NamiNamaste-kokkikoulun vanhalle kalastajatilalle Muhun saarelle Saarenmaalle
- uusin kokkikoulu Kook sijaitsee Tallinnan vanhassa kaupungissa

Marinoitua mansikkaa ja jäätelöä

1 tuokkonen mansikoita (n. 500 g)
1–2 tl vaniljasiirappia (kts. ohje alla)
Ripaus suolaa
4 palloa vaniljajäätelöä
Olivado Kylmäpuristettua Avokadoöljyä

Pilko mansikat isoon kulhoon. Lisää vaniljasiirappi ja suola ja sekoita ainekset keskenään. Asettele mansikat ja jäätelöpallot lautaselle, valele lopulla vaniljasiirapilla ja silaa lopuksi avokadoöljyllä.

Vaniljasiirappi

1dl sokeria
1dl vettä
1 vaniljatanko siemenineen

Sekoita sokeri ja vesi keskenään ja lisää vaniljatanko siemenineen. Anna kiehua hiljalleen, kunnes seoksen väri muuttuu kullanuskeaksi ja seos saostuu. Ota pois liedeltä ja anna jäähtyä.

¹Unlu NZ, Bohn T, Clinton SK, Schwartz SJ. Carotenoid Absorption from Salad and Salsa by Humans Is Enhanced by the Addition of Avocado or Avocado Oil. J Nutr 2005;135:431–436.

Tuotetiedot: Olivado Kylmäpuristettu Avokadoöljy (250 ml), hinta 6,20–7,60 €
Olivado Avokado Zest -ruoanlaittoöljy (250 ml), hinta 6,20–7,60 €
Lisätietoja: Olivado Limited, www.olivado.com
Toimitusjohtaja Gary Hannam, gsm +417 9396 7645, gh@tanlay.com
Päivittäistavarakaupat
Jälleenmyynti: PR- ja viestintätoimisto Promode Oy, puh. 09 170 070
Viestintä: Elina Kangas, elina.kangas@promode.fi / tiedotus ja kuvamateriaali
Marko Vikman, marko.vikman@promode.fi / tuotenäytteet

Olivado Limited on vuonna 1999 perustettu, uusiseelantilainen yritys, joka valmistaa elintarvikekäyttöön mm. avokadoöljyjä, oliiviöljyjä ja macadamiaapähkinäöljyjä. Olivadon ruokaöljyjä myydään 16 maassa, ja Olivado on maailman johtava avokadoöljybrändi. Olivadon tuotteet ovat voittaneet Uudessa-Seelannissa lukuisia palkintoja erilaisissa elintarvikealan kilpailuissa.