

SIKKE SUMARI SUOSITTELEE, OSA 4: GRILLAUSKAUSI JATKUU AVOKADOÖLJY-ZUCCHINISALAATIN SÄESTÄMÄNÄ

Kesää voi pitkittää myöhään syksyyn grillauskautta jatkamalla. Luomumakkaran lisäkkeeksi loihditaan nyt tagliatellea muistuttavaa, avokadoöljyn höystämää zucchini-salaattia – sadonkorjuun henkeen. Olivadon Kylmäpuristettu Avokadoöljy tuo grilliruokaan raikasta makua ja terveydelle hyödyllisiä ravintoaineita.



Sikke Sumari suosittelee grillaamiseen ja paistamiseen Olivadon kylmäpuristettuja ekstra-neitsytavokadoöljyjä, sillä ne kestävät hyvin korkeita lämpötiloja ja tuovat grilliruokaan uutta, raikasta makua. Olivado Kylmäpuristettu Avokadoöljy ja Olivado Avokado Zest -ruoanlaittoöljy myös lisäävät grilliruokaan terveydelle hyödyllisiä ravintoaineita.

– Avokadoöljyä sisältävä Zucchini-salaatti on raikas, kevyt lisäke usein melko rasvaisille grilliruokille, Sikke Sumari sanoo.

Olivadon ekstra-neitsytavokadoöljyt sisältävät runsaasti kertydyttymättömiä rasvahappoja ja E-vitamiinia. Ne ovat myös hyviä omega-6-rasvahappojen ja karotenoidien lähteitä.



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 Köök sijaitsee Tallinnan vanhassa kaupungissa

Zucchini-salaattia ja luomumakkaraa

4 rkl Olivado Kylmäpuristettua Avokadoöljyä
2 rkl oliiviöljyä
2 rkl valkoviinietikkaa
1 iso zucchini eli kesäkurpitsa
Suolaa ja vastarouhittua mustapippuria (viiden pippurin sekoituskin käy)
Lehtipersiljaa

Lisäksi 1 kg tuoretta makkaraa maun mukaan tai esim. bratwurstia

Sekoita öljyt ja viinietikka keskenään isossa kulhossa. Kuori kuorintaveitsellä zuchinista tagliatelle-tyyppisiä nauhoja ja sekoita ne kevyesti öljy-viinietikkaseokseen suolan ja pippurin kanssa. Lisää päälle hienoksi silputtua lehtipersiljaa. Paista makkarat grillipannussa avokadoöljyssä ja tarjoa zucchini-salaatin kera.

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
Jälleenmyynti:	Päivittäistavarakaupat
Viestintä:	PR- ja viestintätoimisto Promode Oy, puh. 09 170 070 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 macadamia-pähkinäöljyjä. Olivadon ruokaöljyjä myydään 16 maassa, ja Olivado on maailman johtava avokadoöljybrändi. Olivadon tuotteet ovat voittaneet Uudessa-Seelannissa lukuisia palkintoja erilaisissa elintarvikealan kilpailuissa.