



Kuvia toimitukselliseen käyttöön: www.akvamariini.fi/pagenmedia

D-vitamiinoinen Aurinkopalat on Pågenin uusi Oivallus!

– Kesän valoa pimenevään vuodenaikaan

Ihmiselle välttämättömällä D-vitamiinilla on useita tutkittuja terveysvaikutuksia. D-vitamiinia saadaan ruoasta ja sitä muodostuu ihossa auringon UV-säteiden vaikutuksesta. Suomen leveysasteilla D-vitamiinia ei saada auringosta tarpeeksi ympäri vuoden, vaan sitä on saatava ravinnosta. Koska Suomessa D-vitamiinipuute on yleinen ongelma, D-vitamiinoidun elintarvikkeiden käyttöä suositellaan. Syksyyn onkin Pågenilta luvassa innovatiivinen uutuuksena: Pågen® Oivallus! Aurinkopalat. Uusi D-vitamiinia sisältävä leipä kuuluu suosittuun Oivallus! -perheeseen. Aurinkopalat kätkevät sisäänsä D-vitamiinin lisäksi myös muita oivalluksia; leipä on koostumukseltaan ja väriltään hieno vaalea leipä, mutta siinä on ravintokuitua kuin tummassa.

Suosikkileivän uusimpana oivalluksena D-vitamiini

Pågenin Oivallus! -perheen tuotteissa on ideaa, saman ovat huomanneet myös kuluttajat. Pågenin kesällä 2011 tekemän kuluttajatutkimuksen mukaan suomalaisille maistuu erityisesti **Pågen® Oivallus! Kuitupalat** – nimensä mukaisesti oivaltava leipä: se näyttää, tuntuu ja on koostumukseltaan kuin hienoin vaalea leipä, mutta sen runsas ravintokuitupitoisuus on kuin tummalla leivällä.

– Nyt suosikkileivästä on tehty entistäkin oivaltavampi: vastapaistettu leipä valaistaan aurinkotunnelissa UV-valolla, jolloin hiivassa luontaisesti oleva provitamiini, ergosteroli muuttuu D-vitamiiniksi. Leipään ei siis lisätä D-vitamiinia, vaan se tuotetaan leipään ainutlaatuisella tekniikalla, luonnon omaa menetelmää mukaillen. D-vitamiinin riittävästä saannista huolehtiminen ei ole koskaan ollut näin herkullista: nauttimalla 3–4 **Oivallus! Aurinkopala**a päivässä on D-vitamiinin vuorokautinen saantisuositus (5 mikrogrammaa) turvattu, kertoo Pågenin tuotepäällikkö **Leena Tähtinen**.

Aurinkopalat sopivat koko perheelle, myös maitoallergikoille, sillä ne ovat maidottomia ja siten luontaisesti laktoosittomia.

Suomessa kiinnitettävä huomiota D-vitamiinin riittävään saantiin

D-vitamiinin keskimääräinen päiväsaanti jää suomalaisilla alle suositusten. D-vitamiinia ei saada meillä riittävästi auringosta ja ravinnossa sitä on luontaisesti vähän. Saannin vähäisyyttä on selitetty myös muutamia vuosia sitten käydyllä vilkkaalla keskustelulla D-vitamiinin myrkyllisyydestä. Valtion ravitsemusneuvottelukunnan mukaan päivittäinen saantisuositus alle kolmevuotiaalle lapsille on 10 µg (mikrogrammaa) ja aikuisille 7,5 µg. D-vitamiinin pitkäaikaissaannin suurin hyväksytty vuorokausiannos puolestaan on Euroopan elintarviketurvallisuusviraston ja Valtion ravitsemusneuvottelukunnan mukaan kymmeneen ikävuoteen saakka 25 µg ja tätä vanhemmille 50 µg. Suurimman hyväksytyn määrän ja suosituksen erotus osoittaa, että normaalia ruokavaliota ja suosituksia noudattamalla D-vitamiinin liiallisesta saannista ei tarvitse olla huolissaan.

D-vitamiinin tunnetuin vaikutus liittyy kalsiumin imeytymiseen kehossa. Riittävä D-vitamiinin saanti ehkäiseekin siten osteomalasiaa eli luun pehmenemistä. Tämän lisäksi D-vitamiinilla uskotaan olevan myös useita muita terveysvaikutuksia, vaikka niistä ei vielä lopullista tieteellistä näyttöä olekaan. D-vitamiinin on huomattu esimerkiksi ehkäisevän korkeaa verenpainetta. D-vitamiinin puutostiloja on puolestaan yhdistetty erilaisiin sairauksiin kuten syöpään, verenkiertotauteihin ja hermoston rappeumatauteihin.

Leipomon öinen aherrus tuo leivät tuoreena kaappoihin

Pågenin leipien 10 päivän säilyvyyden salaisuus on leivontatekniikassa ja leipomoiden erittäin korkeassa tuotantohygieniasa. Leivät leivotaan taikinajuureen, joka mahdollistaa leivän erinomaisen säilyvyyden, täysin ilman säilöntäaineita. Leivonta tapahtuu öisin Pågenin Malmön ja Göteborgin huippumoderneissa leipomoissa, jolloin leivät pääsevät aikaisin aamulla tuoreena matkaan kohti leipähyllyä.

– Matka leipomoistamme Suomeen ei lopulta ole erityisen pitkä – kilometrimäärä on suurin piirtein sama kuin Helsingistä Kuusamoon. Pågenin leivät päätyvät aurinkoisen tuoreina aivan suomalaisten kaappojen hyllyille saakka, iloitsee Tähtinen.

Lähteet:

- Ilari Paakkari, 2010. Lääkärikirja Duodecim, terveyskirjasto. www.terveyskirjasto.fi
- Valtion ravitsemusneuvottelukunnan D-vitamiinityöryhmän raportti, 2010.
- Maa- ja metsätalousministeriö:
http://www.mmm.fi/fi/index/luonnonvarayhteistyö/luonnonvarauutiset/100421_D_vitamiini.html

Aurinkoinen Munakokkelileipä



Maukkaat Pågen® Oivallus! Aurinkopalat ovat monikäyttöisiä: ne maistuvat niin sellaisenaan, kuin erilaisten täytteiden kanssa tai vaikkapa grillattuina. Hauskoista pyöreistä palaleivistä syntyvät kätevästi myös herkulliset lämpimät voileivät; leipien rakenne kestää hyvin kuumennusta ja erilaisia täytteitä.

Pehmoinen ja mehevä munakokkeli maistuu aamupalaleivän päällä.
Nauti seurana lasillinen raikasta appelsiinimehua. Ihana päivä voi alkaa!

1 annos

- 1 kpl Pågen® Oivallus! Aurinkopala

Munakokkeli:

- 1 rkl voita tai margariinia paistamiseen
- 2 munaa
- 1 dl kermaa
- ripaus suolaa maun mukaan
- ½ dl silputtua tilliä

- sipaisu voita, margariinia tai tuorejuustoa
- salaatinlehti
- paprikarengas
- tilliä

Valmista munakokkeli.

Riko munat pieneen kulhoon ja sekoita rakenne rikki vispilällä.

Sekoita joukkoon kerma.

Kuumenna rasva pannulla ja kaada seos kuumalle pannulle.

Työnnä massaa reunoilta keskelle päin, kunnes seos alkaa hyytyä.

Ripottele pinnalle suolaa ja tillisilppua.

Riko rakenne lastalla ja sekoittele, jotta saat murumaisen kokkelin.

Jätä kokkeli hieman kosteaksi.

Paahda Aurinkopala halutessasi ja sipaise pintaan voita, margariinia tai tuorejuustoa.

Laita päälle salaatinlehti ja lusikoi päälle munakokkeli.

Viimeistele raikkaalla paprikarenkaalla ja tillillä.

Nauti!

Lisätietoja

www.pagen.fi

Oy Pågen Ab, tuotepäällikkö Leena Tähtinen, p. 0400 297 496, leena.tahtinen@pagen.se

Viestintätoimisto Akvamariini Porter Novelli, p. 09 241 0072, lotta.lappalainen@akvamariini.fi

Kuvia toimitukselliseen käyttöön: www.akvamariini.fi/pagenmedia

Tuotetiedot:



Pågen® Oivallus! Aurinkopalat on vaalea, pehmeä ja runsaskuituinen leipä, joka sisältää D-vitamiinia. Pågenin uusi, ainutlaatuinen menetelmä mahdollistaa luonnollisen D-vitamiinilisän, täysin ilman lisäaineita.

Aineosat: Vehnäjauho, vesi, täysjyvävehnäjauho*, taikinanjuuri (vehnä), ruissihtijauho, maissitärkkelys, kasviöljy, kaltattu kaura*, hiiva, vehnägluteeni, sokeri, fermentoitu vehnäjauho, mallas, suola (1,0 %), mallasviinietikka, nostatusaineet (E503, E450, E500) ja kasviperäinen emulgointiaine (E471).

*Täysjyväsisältö: 19 %, vastaa 29 % viljaraaka-aineista.
Ravintokuitua 7 %.

D-vitamiinisisältö: 1 pala/1,5 mikrogrammaa. Vastaa 30 % päivän saantisuosituksesta.
Laktoositon. Maidoton. Runsaskuituinen. Säilöntäaineeton.

Pakkauskoko: 15 palaa/pussi. Paino: 600 g. Säilyvyys: 10 päivää. Suositushinta: 3,30 – 3,95 €

*Ruotsalainen **Pågen®** on leiponut herkkuja suomalaisiin koteihin vuodesta 1969. Yhtiö on perustettu Malmössä vuonna 1878 ja sen juuret ovat pienessä perheleipomossa. Pågen® on Ruotsin suurin leipomo ja se valmistaa kahdeksaa Ruotsin kymmenestä suosituimmasta leivästä. Suomessa Pågen® on tunnettu erityisesti kahvileivistään. Liikevaihto: 2,3 mrd SEK. Yritys työllistää 1400 henkeä. Suomessa Pågen® työllistää välittömästi 29 henkilöä ja välillisesti satoja henkilöitä kaupan ja kuljetusalan yrityksissä.*