

Glovena

Saa syödä



Uusi ruokavallankumous on täällä. Syömisen helppous.

Syöminen. Miten maailman yksinkertaisimmasta asiasta tuli maailman monimutkaisin? Joudumme jatkuvasti erilaisten ohjeiden, suositusten ja valintojen eteen. Takaraivossa kummittelevat päivittäiset saantisuositukset, vältettävät ainesosat ja pinnalla olevissa ruokatrendeissäkin pitäisi pysyä mukana. Syö sitä, älä tätä ja vältä tuota. Kunnes kaikki muuttuu taas ensi viikolla.

Elovena haluaa tuoda järjen järjettömään ravintokeskusteluun ja palauttaa syömisen ilon ja helppouden. Olemme tehneet vuodesta 1925 terveellisiä ja maistuvia ruokia, joita saa syödä hyvällä omallatunnolla. Kaura, kuidut ja monet muut raaka-aineemme tekevät hyvää. Tänään. Tulevaisuudessa. Tutkitusti. Olemme valintatilanteen parempi vaihtoehto.

Liity ruokavallankumoukseen. Syömisen ilo on tullut jäädäkseen.

Elovena. Saa syödä.





Elovena Välipalatuotteet - Mukana menossasi missä vain!

Tutustu tuotteisiin osoitteessa elovena.fi/tuotteet



Elovena Annospikapuurot ovat minuutissa valmiit. Annospussista oma lempipuuro valmistuu kätevästi suoraan lautaselle – lisää vain kuuma vesi. Puuro antaa energiaa päivän ponnistuksiin niin aamupalana, lounaseväänä, välipalana kuin iltapurtavanakin. Saatavilla monta herkullista makua!



Elovena Tuorepuuromixien avulla valmistat trendikkäät tuorepuurot vaivatta. Lisää vain haluamasi neste, anna tekeytyä hetken aikaa tai yön yli ja herkullinen tuorepuuro on valmis. Makuina Karpalo-Kookos ja Appelsiini-Inkivääri.



Elovena Välipalakeksi – kätevä yksittäispakattu keksi on helppo ottaa mukaan ja nauttia aina kun tarvitset nopeasti lisäenergiaa päivääsi, herkullisessa muodossa. Monta maistuvaa makua!

Elovena Välipalapatukat ovat täynnä luonnollista energiaa ilman lisättyä sokeria. Mehevissä Hedelmäisissä Välipalapatukoissa on kaksi makua: Kaakao ja Mansikka-Vadelma. Rouheammissa Kauraisissa Välipalapatukoissa on myös kaksi makua: Vadelma ja Aprikoosi. Hyvää hedelmistä, puhtia kaurasta!



Elovena Välipalakaurajuomat ovat smoothien kaltaisia, kuitupitoisia kaurajuomia, jotka saavat herkulliset makunsa aidoista marjoista ja hedelmistä. Saatavilla viisi maistuvaa makua – valitse suosikkisi!



Elovena Välipalajäätelöt ovat kuitupitoisia ja sydänmerkittyjä jäätelöitä, joita voi syödä hyvällä omallatunnolla välipalaksi. Herkullisessa välipalajäätelössä yhdistyvät täysjyväkaurasta leivotut keksit ja raikas laktoositon jäätelö. Makuina Metsämarja ja Vanilja.





Elovena Välipalarahkat - rahka, lisuke ja lusikka samassa paketissa! Näitä täyttäviä, laktoosittomia ja sydänmerkittyjä tuotteita on kolme makua: Kaura-Vadelma, Kaura-Ananas ja Kaura-Omena.



Elovena Täysjyvämurot ovat maukkaita maidon, jogurtin tai mehukeiton kanssa. Runsaskuituiset, sydänmerkityt Elovena Täysjyvämurot on valmistettu terveellisestä, hyvää tekevästä täysjyväviljasta, joka on hyvä valinta kehollesi – vaikka joka päivä.



Elovena Mysli sisältää reilusti täysjyvä-viljaa sekä hiutaleina että rapeaksi paahdettuna. Herkulliset, sydänmerkityt Elovena Myslit sisältävät vain ripauksen sokeria ja maistuvat niin aamu-, ilta- kuin välipalanakin. Saatavilla kaksi makua: Tumma Suklaa-Vadelma ja Omena-Manteli.



Tunnistat ravitsemuksellisesti paremmat välipalatuotevaihtoehdot Sydänmerkistä.



**Kokeile
perinteisen
puuron sijaan
vaikka
rouheista
mustikka-
tuorepuuroa!**

**Puuro
taipuu
moneen!**

- 1 dl Elovena Kaurahiutaleita
- 1 dl rouhittuja cashew- tai maapähkinöitä
- 1 dl mustikoita
- 1 rkl tummaa ruoko- tai intiaanisokeria
- 2 dl maitoa, rahkaa tai jogurttia (Vinkki: voit myös käyttää kasvipohjaista tuotetta, jolloin saat vegaanisen tuorepuuron!)

- 1.** Sekoita kaikki ainekset kulhossa.
- 2.** Anna tekeytyä hetken aikaa tai yön yli. Valmista!

Elovena-tuotteiden hyvät ominaisuudet perustuvat ravitsemuksellisesti monipuoliseen täysjyväkauraan. Täysjyväkaura sisältää kaikki hyvän ravintorikkaat osat. Kaurassa on monenlaisia ravintodaineita sopivassa suhteessa; hiilihydraatteja, proteiinia, rasvaa, kivennäisaineita ja B-vitamiineja. Erityishuomion ansaitsee kauran liukoinen kuitu beetaglukaani, joka mm. auttaa hallitsemaan kolesteroliarvoja.

Täysjyväkauran ja kuidun hyvien ominaisuuksien ohella haluamme, että Elovena-tuotteet ovat kaikin puolin hyvä valinta. Välipalat auttavat jaksamaan, joten niistä tulee saada energiaa sopiva määrä. Oikean kokoinen välipala helpottaa säännöllisen ateriarhythmin noudattamista ja edistää näin hyvinvointia. Kiinnitämme huomiota myös tuotteiden rasvan laatuun ja sokerin ja suolan määrään.

SYÖMISEN ILO

www.elovena.fi



@ **ElovenaSuomi**



@ **Elovena**