



Pressmaterial ICA Gott liv, 19 februari 2015

## Produktfakta

### Färska köttfria och vegetariska nyheter inom ICA Gott liv

*Bland årets första nyheter i sortimentet ICA Gott liv är en serie färska, köttfria och vegetariska varor rika på protein och baserade på soja, svamp och andra grönsaker. Nyheterna är exempelvis burgare, bullar och korvar som gör det enkelt och gott att servera klassisk street food på grönt vis.*

#### **ICA Gott liv Champinjonburgare Grana Padano & Pinjekärnor**

Champinjonburgarna är ett lite lyxigare alternativ med fina råvaror. Tillagas enkelt genom att stekas i 6 minuter. Champinjonburgaren med Grana Padano-ost och pinjekärnor serveras med fördel på rostad surdegsbröd med sallad, kvisttomater, riven parmesan, avokado och oregano. 160 gram.



#### **ICA Gott liv Champinjonburgare Getost & Valnötter**

Champinjonburgarna är ett lite lyxigare alternativ med fina råvaror. Tillagas enkelt genom att stekas i 6 minuter. Champinjonburgaren med getost och valnötter serveras förslagsvis i hamburgerbröd med rucola, sallad, timjan och en yoghurt dressing med honung. 160 gram.



#### **ICA Gott liv Falafel**

Goda kikärtsbollar med smak av persilja, vitlök och spiskummin som går snabbt att tillaga på spisen. För tankarna till härligt kryddiga smaker från Mellanöstern och serveras förslagsvis med pitabröd, hummus, en sallad med rödlök, tomat och feferoni och en dressing av citron och bladpersilja. 200 gram.



#### **ICA Gott liv Rökt sojakorv**

Ett kryddigt, vegetariskt korvalternativ som är färdiga att äta på 6 minuter. Stek och servera gärna i rostad baguette med picklad rödlök, inlagd gurka och senap. 240 gram.



#### **ICA Gott liv Grönsaksbullar**

Grönsaksbullar med inslag av exempelvis morot, gröna ärtor och röd paprika. Bullarna har många användningsområden och går att servera tillsammans med såväl ris som pasta och potatis. Stek dem i cirka 10 minuter och låt dem utgöra en god grund i en italiensk pastarätt tillsammans med tomatås på rostade tomater, squash, rödlök, paprika och svarta oliver. 200 gram.





### ICA Gott liv kryddade Sojastrimlor

De kryddade sojastrimlorna är rika på protein, vitamin B2 och järn och är kryddigt smaksatta med persilja, cayennepeppar och paprikapulver. De steks på 3 minuter och passar bra till asiatiska rätter. Serveras med fördel till en nudelsallad med sockerärter, strimlad morot, gul paprika, chili och koriander. 175 gram.



### ICA Gott liv Vegetariska Sojabullar

Sojabullar är utmärkt tillbehör i vegetariska råkostsallader med exempelvis morot och savojkål. Stek eller tillaga i ugn i cirka 12 minuter och servera förslagsvis med en stark chili- och vitlökskryddad bönsallad. 200 gram.



### ICA Gott liv Sojaburgare

Sojaburgarna har en mustig smak av muskotnöt, oregano och basilika, är rika på protein och innehåller vitamin B2 och järn. De är ett gott vegetariskt alternativ till klassiska burgare och serveras med fördel i rostat surdegsbröd med coleslawsallad, rödlök och tomat. 200 gram.



### ICA Gott liv Sojafärs

Sojafärsen är rik på protein och innehåller vitamin B2 och järn. Fungerar som ett gott och grönt alternativ till köttfärs, både till sås och bullar. Färdigt på endast tre minuter i stekpannan. Byt ut köttfärs mot sojafärs i pasta bolognese och servera med rikliga mängder riven parmesan. 175 gram samt i storpack med 300 gram.



Vegetarisk mat innehåller inga inslag från djurriket. En lakto-vegetarian äter mat där mjölkprodukter ingår och lakto-ovo-vegetarisk mat innehåller ägg och mjölkprodukter.

Produkterna finns i ICA-butiker runtom i landet nu. Lokala avvikelser kan förekomma.

#### För mer information

ICAs presstjänst, telefon: 010-422 52 52  
eller Frida Larsson, ICA Sverige AB, e-post: frida.larsson@ica.se  
ICAs kundkontakt, telefon: 020-83 33 33