

Naturskafferiet

Ätbart från naturen





Örtsalt 6,50€

Svampsalt 55g

Ett lätt sätt att tillsätta den så omtalade umami smaken är att tillsätta detta svampsalt, för att förgylla och förhöja smaken på i olika maträtter.

Innehåller: havssalt, karljohan, trattkantarell

Vildörtsalt 60g

Lätt och trygt sätt att få använda sig av vilda växter i köket är att krydda med detta vildörtsalt. Kan med fördel användas även som borssalt.

Innehåller: havssalt, kirskål, jordreva, rölleka

Örtsalt 65g

Traditionellt örtsalt odlat i Jeppo. Utgör en bra grund i alla maträtter eller varför inte rakt på tomatsmörgåsen.

Innehåller: havssalt, selleri, libsticka

Svamp



Trattkantarell 25g 8,90€

Torkad trattkantarell är lätt att smula ner i grytor eller såser rakt från påsen. Eller låt dem ligga i blöt i ca 20 min före användning.

Karljohan svamp 25g 10,90€

Torkad karljohan, stensopp, passar utmärkt till smaksättning av grytor och såser. Eller använd svampen i tex en risotto genom att låta den ligga i blöt i minst 30min före användning.



Saltsvamp SLUT

Ett traditionellt sätt att ta tillvara svamp är genom att salta in svampen. Saltsvamp används främst i på julbordets svampsallad, samma svampsallad är även utsökt att fylla rågsmörgåsen för att ta med till skogsutflykten.

Chaga

Chaga är förpackade i lufttåta påsar och den finns både i bitar och i pulver.



Chaga bitar 60g 10€

Chaga, *Inonotus obliquus*, lyder även under namnet Sprängticka. Innehåller mycket höga halter antioxidanter, vitaminer och mineraler. Har sedan 1500 talet använts för cancer, speciellt i mage och lungor och senare forskning har visat detta kan stämna. Kan funka som tillväxthämmande på vissa typer av cancerceller. Sågs även ha effekt mot psoriasis och följdverkningar av diabetes.

Chaga te:

Gör en dekokt av en bit chaga i en liter vatten. Låt småkoka i 1/2h, gärna längre än så. Biten kan användas 5-6 gånger, koktiden blir längre för varje gång

Chagapulver 70g 13€

Chaga finns även i pulvreform. Den är då mycket snabbare att använda och kan även doseras rakt i koppen.

Använd chagapulver::

Chaga pulver kan användas som te eller kan tillsättas när du kokar kaffe. Låt gärna te't dra i 15 minuter. 1msk/1 liter vatten.

Örtte med vilda örter 5€/st

Många av våra vilda växter kan med fördel användas som te i örtapotek hemma. De torkade örterna finns förpackade i 10g/15g påsar.



Maskros 10g

Stöder vår lever, den kan också drickas för att få bättre hy och behandla ödem. Passar inte för personer med lågt blodtryck eller med gallstensproblem.

Älggräs 10g

Kan användas vid tillfällig värk, magsår eller som febernedsättande.



Örtte forts.

Gatkamomill 15g

Lugnar matsmältningen och motverkar illamående om te dricks osötad. Kamomill kan även användas vid insomningssvårigheter och ångan kan andas in vid förkylningar.

Hallon 15g

Stöder kvinnans bäckenorgan och kan användas även vid diarre, tandköttsproblem, eller vid eksem.

Nässla 10g

Stärker vårt immunförsvar. Nässlan stärker även lever och njure och kan hjälpa vid hösnuva eller astma. Den är också även urindrivande, blodbildande och allmänt stärkande.

Kirskål 10g

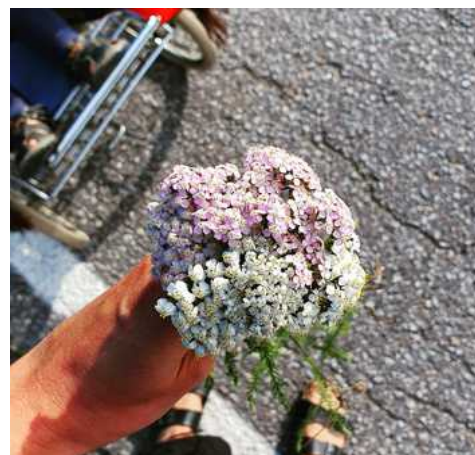
Används som te för gikt och ledverk samt stärker matsmältningen och rengör levern.

Åkerfräken 10g

Åkerfräken te är bra att dricka för snabbare återhämtar efter operation eller benbrott, det stärker även hår och naglar. Passar inte vid njursten.

Rölleka 10g

Förstärker immunförsvaret, hjälper vid matsmältningsproblem, mensproblem, torr hud. Passar inte att dicka stora mängder vid graviditet eller om man är allergisk för gråbo.



Värderingar

Miljö

Alla växter som används, plockas av mig personligen. Jag är mån om att endast plocka den mängd som behövs och låta en del av växtbeståndet få vara kvar för att se till att växten inte förvinner från området.

Hållbart

Jag eftersträvar att minimera förpackningsmaterial på produkterna. Vid de tillfällen där återanvändning är möjlig så föredrar jag detta.

Kvalitet

De växter jag använder har plockats under bästa förhållanden och torkats i rätt temperaturer. För de övriga ingredienserna strävar jag efter att använda lokala produkter eller ekologiska råvaror med bra hållbarhet.



Naturskafferiet

www.naturskafferiet.fi - Ida Holmström +358(0)50-4613040 - info@naturskafferiet.fi
FO 2998494-7 - Jungarvägen 458, 66850 Jeppo - FI 23 5671 1720 0102 19