

Arrowroot tørket - glutenfri

Arrowroot tørket - glutenfri

6995

Ingen forbindelse

Glutenfritt, økologisk fortykningsmiddel til sauser, supper, desserter etc.

Arrowroot (også kalt pilerot og kuzu) er en tropisk, flerårig plante som formerer seg via rotutløpere. Det er disse røttene som blir tørket og malt til et fint pulver. Dette pulveret er helt glutenfritt og kan derfor trygt brukes som stivelse hvis du har cøliaki (glutenintoleranse).

Arrowroot egner seg dessverre ikke så godt til baking. Du kan blande det inn i en glutenfri deig – på samme måte som potetmel, men det kan ikke brukes som eneste mel-ingrediens når du baker.

Det er derimot ypperlig som glutenfritt fortykningsmiddel når du vil ha en gjennomsiktig jevning, til sauser, supper eller desserter.

I [Naturlig & Næringsrik mat-kokebøkene til Monica Holand](#) vil du finne en del oppskrifter som inneholder arrowroot.

Innhold:

Økologisk, tørket rot av arrowroot (japansk kuzu).

Bruksveiledning:

Arrowroot kan brukes som fortykningsmiddel i sauser, supper, desserter og lignende. Løs opp arrowroot i en like stor del kaldt vann. Tilsett blandingen forsiktig i maten mens du varmer opp under opprøring. Røres ut til den tykner og blir gjennomsiktig.

Beregn ca. 1 ss ferdigblandet arrowroot til ca. 1 kopp væske.

Lukk pakken godt etter åpning.

125 g
Nei

