

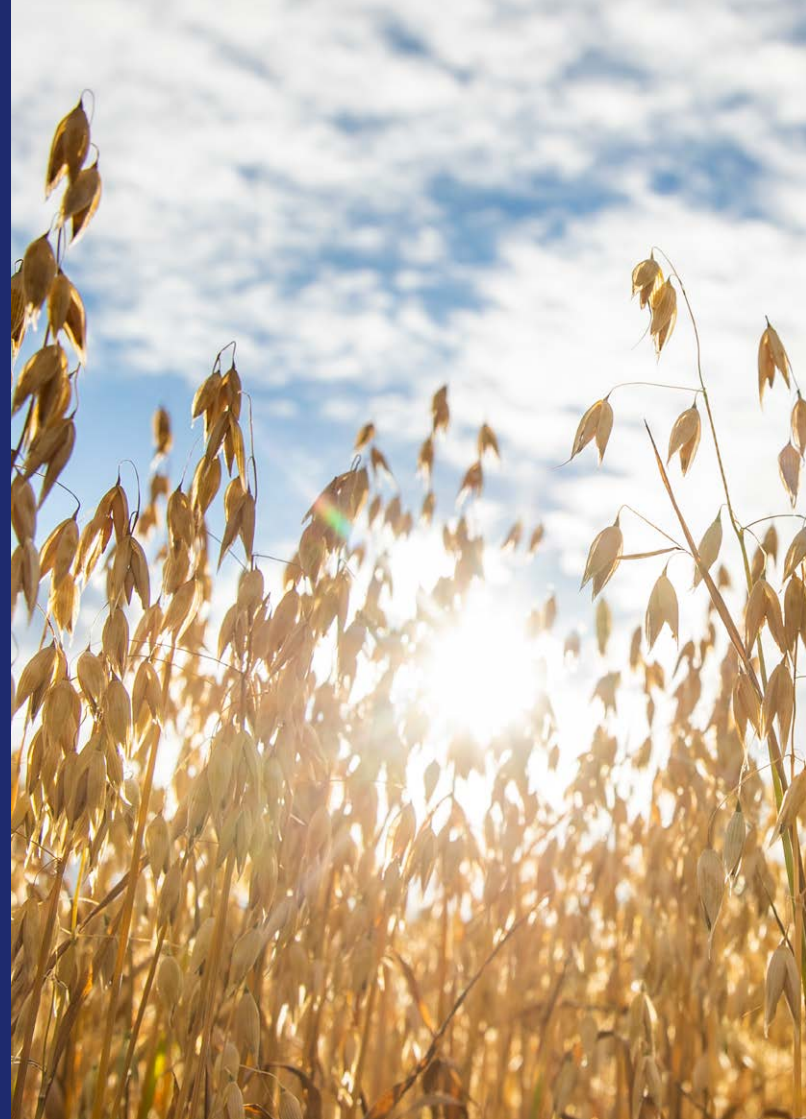


**Elovena**  
**GLUTEN FREE**

**GLUTEENITON KAURA  
HELLI VATSAA**



*Gluteenitonta ruoka-  
valiota noudattavalle  
kaura on runsas-  
kuituisin vilja.*





## GLUTEENITON KAURA HELLII VATSAA

**Kaura on oikea kultajyvä.** Lempeän makuinen ja moneen käyttöön soveltuva kaura on myös ravintoarvoiltaan upea vilja. Paitsi hyvää energiaa ja kuitua, kaurasta saadaan myös monipuolisesti vitamiineja ja kivennäisaineita. Muihin viljoihin verrattuna kaurassa on enemmän proteiinia ja rasvaa ja se sopiikin kaikille hyvinvoinnistaan huolehtiville osaksi monipuolista ruokavaliota ja terveellistä elämäntapaa.

**Kuitupitoiset kauratuotteet ovat hyväksi vatsalle.** Kauran kuidut auttavat suoliston hyvinvoinnin ylläpitämisessä. Iso osa kauran kuidusta on liukoista beetaglukaani-kuitua, joka auttaa hallitsemaan kolesteroliarvoja. Suositeltava määrä on vähintään 3 grammaa beetaglukaania päivässä. Lautasellisessa kaura-puuroa on beetaglukaania noin 1,8 g.

**Keliaakikot ja muille viljoille allergiset voivat turvallisesti käyttää Elovena Gluten free -tuotteita,** sillä gluteenittomien kauratuotteiden tuotantoprosessissa on useita erilaisia puhdistusvaiheita, joiden avulla vieraat viljat poistetaan kauran seasta. Tuotteiden gluteenittomuus varmistetaan vielä analysoimalla jokainen tuotantoerä useassa prosessivaiheessa.

## Hiutaleet

Runsaskuituiset täysjyväkaurahiutaleet sopivat puuroihin ja leivontaan. Ne sisältävät vain vähän FODMAP-hiilihydraatteja ja sopivat siksi myös herkkävatsaisille.



**ELOVENA GLUTEENITON  
ISO KAURAHIUTAILE 500 G**  
KEITTOAIKA: 12 MIN

Ainesosat: Gluteeniton täysjyvä**kaura**.



**ELOVENA GLUTEENITON  
LUOMU KAURAHIUTAILE 500 G**  
KEITTOAIKA: 5 MIN

Ainesosat: Gluteeniton luonnon-  
mukaisesti viljelty täysjyvä**kaura**.

## Annospikapuurot

Hetkessä valmista! Lisää hiutaleiden sekaan kiehuvaa vettä, sekoita ja puuro on valmista nautittavaksi.

Kätevät annospussit on helppo ottaa mukaan.



**ELOVENA GLUTEENITON ANNOS-  
PIKAPUURO VADELMA 200 G, 5 X 40 G**

Ainesosat: Gluteeniton täysjyvä-  
**kaurahiutale** (77 %), sokeri,  
kuivattu vadelma (4,2 %), suola.



**ELOVENA GLUTEENITON ANNOS-  
PIKAPUURO 200 G, 5 X 40 G**

Ainesosat: Gluteeniton täysjyvä-  
**kaurahiutale**, suola.

## Välipalakeksit

Herkullisten ja runsaskuituisten välipalakeksien viljasta 100 % on täysjyväkauraa. Käteviin kolmen tai neljän keksin annospusseihin pakatut keksit on helppo ottaa mukaan.



### ELOVENA GLUTEENITON VÄLIPALAKAURAKEKSI 160 G, 4 X 4 KEKSIÄ

Ainesosat: Täysjyväkaura (72 %), vastuullisesti tuotettu palmuöljy, sokeri, inverttisokerisiirappi, tapiokatärkkelys, nostatusaine (natriumvetykarbonaatti), merisuola.



### ELOVENA GLUTEENITON VÄLIPALAKAURAKEKSI TUMMA SUKLAA 160 G, 4 X 40 KEKSIÄ

Ainesosat: Täysjyväkaura (54 %), tumma suklaahiutale 15 % (sokeri, kaakaomassa, kaakaovoi, emulgointiaine (soijalesitiini), vanilja-aromi), vastuullisesti tuotettu palmuöljy, ruskea sokeri, ravintokuitu (inuliini), inverttisokerisiirappi, suklaajauhe 3 % (sokeri, kaakaomassa, vähärasvainen kaakaojauhe), tapiokatärkkelys, nostatusaineet (ammoniumvetykarbonaatti, natriumvetykarbonaatti), luontainen aromi, merisuola.



### ELOVENA GLUTEENITON VÄLIPALAKAURAKEKSI MUSTIKKA & VADELMA 160 G, 4 X 3 KEKSIÄ

Ainesosat: Täysjyväkaura (63 %), vastuullisesti tuotettu palmuöljy, demerarasokeri, mustikka (3,5 %) (mustikka, sokeri, auringonkukkaöljy), tapiokatärkkelys, inverttisokerisiirappi, nostatusaineet (natriumvetykarbonaatti, ammoniumvetykarbonaatti), vadelma (1 %) (vadelma, omenamehutiiviste, omenajauhe, sitruspektiini), korintti (1 %) (korintti, auringonkukkaöljy), merisuola, luonnollinen aromi.





## Sämpylät ja leivät

Pakasteena myytävät Elovena Gluten free -sämpylät ja leivät ovat sulattamalla käyttövalmiita.

Vain 30 minuuttia huoneenlämmössä tai hetkinen mikrossa ja herkullinen leipä on valmista nautittavaksi.

Kaikkien Elovena gluteenittomien leipien pääraaka-aine on kotimainen kaura. Ne valmistetaan täysin ilman vehnäärkkelystä eikä niissä ole maitoa, munaa tai soijaa.



### ELOVENA GLUTEENITTOMAT HALKAISTUT KAURAPALAT 320 G, 4 KPL

Ainesosat: Vesi, gluteeniton **kaura** 37 % (jauho, jyvä, hiutale), perunatärkkelys, rypsiöljy, sokeri, sakeuttamisaineet (E464, E466, E415), nostatusaineet (E575, E500), hiiva, suola, mineraalisuola (kaliumkloridi), emulgointiaine (E471).



### ELOVENA GLUTEENITON KAURA-PORKKANASÄMPYLÄ 400 G, 4 KPL

Ainesosat: Gluteeniton **kaura**jauho (33 %), vesi, perunatärkkelys, porkkanaraaste (10 %), rypsiöljy, sokeri, sakeuttamisaineet (E415, E464, E466), nostatusaineet (E575, E500), hiiva, suola, mineraalisuola (kaliumkloridi), emulgointiaine (E471).



### ELOVENA GLUTEENITON KAURA-MYSLISÄMPYLÄ 320 G, 4 KPL

Ainesosat: Gluteeniton **kaura** 34 % (jauho, hiutale), vesi, perunatärkkelys, sokeri, rypsiöljy, kurpitsansiemen, auringonkukansiemen, rusina, sakeuttamisaineet (E415, E464, E466), nostatusaineet (E575, E500), hiiva, suola, mineraalisuola (kaliumkloridi), emulgointiaine (E471).

## Lisää gluteenittomista Elovena-tuotteista ja reseptejä: [elovena.fi](http://elovena.fi)



### ELOVENA GLUTEENITON KAURA-KVINOA-BATAATTISÄMPYLÄ 320 G, 4 KPL

Ainesosat: Gluteeniton **kaurajauho** (34 %), vesi, perunatärkkelys, rypsiöljy, kvinoahiutale (4 %), sokeri, bataatti (2,9 %), sakeuttamisaineet (E415, E464, E466), nostatusaineet (E575, E500), hiiva, suola, mineraalisuola (kaliumkloridi), emulgointiaine (E471).



### ELOVENA GLUTEENITON VIIPALOITU KAURALEIPÄ 450 G

Ainesosat: Vesi, gluteeniton **kaurajauho** (34 %), perunatärkkelys, rypsiöljy, sokeri, riisijauho, sakeuttamisaineet (E464, E466, E415), nostatusaineet (E575, E500), hiiva, perunakuitu, suola, mineraalisuola (kaliumkloridi), psyllium, emulgointiaine (E471).



### ELOVENA GLUTEENITON TUMMA VIIPALOITU KAURALEIPÄ 450 G

Ainesosat: Vesi, gluteeniton täysjyvä**kaura** 19 % (jauho, hiutale), gluteeniton **kaurajauho** 16 %, perunatärkkelys, siirappi, rypsiöljy, sokeri, riisijauho, sakeuttamisaineet (E464, E466, E415), nostatusaineet (E575, E500), hiiva, perunakuitu, suola, mineraalisuola (kaliumkloridi), psyllium, emulgointiaine (E471).

Kaikki leivät ja sämpylät sisältävät pienen määrän riisijauhoa jota käytetään leivonnassa alusjauhona.



Ravintoraisio Oy  
PL 101, 21201 Raisio  
[www.elovena.fi](http://www.elovena.fi) | [www.raisio.com](http://www.raisio.com)

Kuluttajapalvelu  
[www.raisio.com/kuluttajapalvelu](http://www.raisio.com/kuluttajapalvelu)  
(02) 443 2022