



Fira denna helgdagssäsong med ekologiska konserverade tomater från Europa.

Napoli, Italien – 24 december 2025 – När familjer runt om i Sverige förbereder sig för festliga helger letar många efter smakrika, hälsosamma ingredienser för att höja jul- och nyårsmåltiderna. Ekologiska EU- och italienska konserverade tomater blir snabbt ett favorit i skafferiet och erbjuder ett naturligt, bekvämt sätt att skapa läckra jul- och nyårsrätter som sprider värme och glädje vid bordet.

Ekologiska EU- och italienska konserverade tomater, odlade utan syntetiska kemikalier eller konserveringsmedel, skördas när de är som mest mogna för att säkerställa maximal smak och näringsinnehåll. Deras rika, syrliga smak gör dem mycket mångsidiga för traditionella svenska rätter som mustiga grytor, soppor och såser, samt innovativa helgkreationer. Att använda ekologiska EU- och italienska konserverade tomater i festliga recept ger djup, ljushet och en känsla av komfort.

För att inspirera till ditt julkök har vi ett festligt recept med ekologiska konserverade tomater. Denna mustiga, smakrika gryta ger en hälsosam touch till varje helgbord. Dess friska, ljusa tomatmak kombinerad med aromatiska örter förkroppsligar den skandinaviska komforten.

Julsymfoni med Tomat och Örter

Ingredienser:

- 2 burkar (400 g vardera) ekologiska tärnade tomater
- 2 matskedar olivolja
- 1 stor lök, hackad
- 2 vitlöksklyftor, hackade
- 1 morot, tärnad
- 1 palsternacka, tärnad
- 1 tesked torkad timjan
- 1 tesked torkad dill
- 1 lagerblad
- Salt och peppar efter smak
- Fräsch dill till garnering

Gör så här:

Värm olivoljan i en stor kastrull på medelhög värme. Fräs den hackade löken tills den blir genomskinlig. Lägg i den hackade vitlöken samt tärnad morot och palsternacka. Fräs i cirka 5 minuter. Rör ner torkad timjan, dill och lagerblad. Tillsätt de ekologiska tärnade tomaterna med



CO-FUNDED BY THE
EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE HIGH
QUALITY AGRICULTURAL PRODUCTS.





saften. Låt det puttra försiktigt. Sänk värmen, täck till och låt småkoka i cirka 25 minuter, tills grönsakerna är mjuka och smakerna har gjort sitt. Smaka av med salt och peppar. Servera varm, garnerad med färsk dill. Perfekt som tillbehör eller vegetarisk huvudrätt.

Om Red Gold från Europa

Red Gold från Europa är namnet på kampanjen som drivs av **ANICAV** – den italienska föreningen för konserverade grönsaksindustrier – och delvis finansieras av **Europeiska unionen** för att öka medvetenheten om ekologiska konserverade tomater som är 100 % tillverkade i Europa.

För insikter om den europeiska och italienska tomatindustrin eller andra goda recept med ekologiska konserverade tomater, besök vår webbplats <https://redgoldfromeurope.se/> och följ oss på:

<https://www.facebook.com/redgoldfromeuropese>

<https://www.instagram.com/redgoldfromeuropese>

<https://www.youtube.com/@redgoldfromeuropese>

Mediakontakt: press@mbconsultingsrl.com



CO-FUNDED BY THE
EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE HIGH
QUALITY AGRICULTURAL PRODUCTS.

