

Nyhet från Allévo

Tydliga önskemål från svenska konsumenter: God, riktig mat med tuggmotstånd och få kalorier

Allévo uppfyllde önskemålen och anlidade den svensk-italienska kocken Alexandra Zazzi

För att få en god förståelse för vad konsumenter av viktminskningsprodukter önskade så genomförde Allévo en omfattande undersökning 2012. 1000 svenska konsumenter i åldrarna 20-60 år (80% kvinnor), som redan var användare av viktminskningsprodukter, svarade på frågor som kartlade behov och vad de saknade i utbudet.

- Vi hittade gemensamma önskemål som mynnade ut i tre viktiga produkttegenskaper. Den här målgruppen saknar för det första mat med tuggmotstånd. De vill också att maten ska vara snabbtillagad och innehålla få kalorier, berättar Alexandra Norman, Nordic Brand manager för Allévo på Cederroth.

Allévo startade arbetet med att ta fram matiga måltidsersättningar utifrån kriterierna att de endast skulle innehålla 250 kcal per portion, men ändå ge bra mättnad. Resultatet blev portionsförpackade måltider som är snabba att laga till eftersom man enbart behöver tillsätta vatten och värma i mikrovågsugn, eller på spisen. Huvuddelen av ingredienserna i rätterna är lufttorkade eller frystorkade. Smaken har hela tiden varit central under produktutvecklingen, det ska ju vara gott att gå ner i vikt. Därför anlidade Allévo kocken och matskribenten Alexandra Zazzi som deltagit i arbetet med att utveckla rätterna.

- Jag utgick ifrån smaker från Italien som både jag och många andra tycker mycket om. Det har varit roligt att få vara med och utveckla produkter inom viktminskning som möter önskemålen om att kunna äta mat som smakar gott och delta i måltiden, säger Alexandra Zazzi.

Alexandra Zazzi, som har sina rötter i den italienska matkulturen, deltog i utvecklandet av tre smaker:

Stufato con prosciutto Gryta med rökt skinka, kidneybönor & linser

Casseruola di pollo Gryta med kyckling, ris & gröna bönor

Ratatouille con mozzarella Italienska grönsaker med mozzarella & saltorkade tomater

Samtliga rätter är så kallade måltidsersättningar som kan ersätta en eller flera av dagens måltider. Rätterna är tillverkade i Sverige. Kolhydraterna kommer framför allt från baljväxter (linser och bönor) samt grönsaker. En jämn energifördelning mellan kolhydrater, protein och fett har eftersträvat vid produktutvecklingen.

Fakta: De nya måltidsprodukterna från Allévo finns i butik från och med april. Pris i butik cirka 27-30 kr. Ytterligare produktinformation samt information om Alexandra Zazzi finns i bilagan.

Produktbilder m.m. hämtas på cederroth.com/sv/press. Välj Bildbanken och därefter Hälsa/Hälsokost och till sist varumärket Allévo.

För ytterligare information: Alexandra Norman Nordic Brand Manager, Cederroth.

Mobil: +46 (0)76 724 46 23. **E-mail:** alexandra.norman@cederroth.com. **Webb:** www.allevo.no eller www.cederroth.com samt på Facebook: www.facebook.com/allevoviktcoach.



Stufato con Prosciutto

Gryta med rökt skinka, kidneybönor och linser

Fakta:

Måltidsersättning med endast 250 kcal per portion. 49% grönsaker och baljväxter. Innehåller även saltorkade tomater, morötter, tomater, lök, selleri, vitlök, persilja, paprikapulver och chilipulver. Innehåller mindre än 1 gram laktos per portion.

Per portion: 17 g protein, 8 g fett (0,8 g mättat), 25 g kolhydrater, 5 g fiber, 1,8g salt.



Ratatouille con Mozzarella

Italienska grönsaker med mozzarella och saltorkade tomater

Fakta:

Måltidsersättning, laktovegetarisk. Endast 250 kcal per portion. 57% grönsaker och baljväxter. Innehåller även zucchini, saltorkade tomater, röd paprika, purjolök, ost, vitlök, fänkål och chilipulver.

Per portion: 20 g protein, 8 g fett (0,9 g mättat), 21 g kolhydrater, 3 g fiber, 1,6 g salt.



Casseruola di Pollo

Gryta med kyckling, ris och gröna bönor

Fakta:

Måltidsersättning med endast 250 kcal per portion. 32% grönsaker och baljväxter. Innehåller även selleri, lök, balsamvinäger, vitlök, persilja, timjan och svartpeppar. Innehåller mindre än 1 gram laktos per portion.

Per portion: 16 g protein, 8 g fett (0,9 g mättat), 26 g kolhydrater, 3 g fiber, 2 g salt.

Fördelning av energi

Det finns tre näringsämnen som ger energi: kolhydrater, fett och protein. När man vill gå ner i vikt är det viktigt hur fördelningen av dessa näringsämnen ser ut i en måltid. Man vill ha mycket mat för de kalorier man äter, det ger bäst mättnad och de bästa förutsättningarna för viktnedgång.

Fördelningen av energin i Allévos rätter:

Kolhydrater: 33-41 E% (energiprocent)

Protein: 26-31 E%

Fett: 28-30 E% (enbart 3 E% från mättat fett)

Utgångspunkten när rätterna utvecklades var att eftersträva en ungefärlig jämn fördelning mellan de tre energigivarna. I grova drag bidrar kolhydrater, protein och fett med ungefär 1/3 var av energin. Kolhydraterna kommer framför allt från grönsaker och baljväxter (linser och bönor). Kycklinggrytan innehåller ris. Den goda smaken kommer från de naturliga ingredienserna i form av mycket grönsaker, örter och kryddor.

Tillagning

I mikrovågsugn: Töm påsens innehåll i en skål. Tillsätt 2 dl kallt vatten och rör om ordentligt. Värm i mikron 2-3 min. Rör om och värm i ytterligare 2 min. Låt stå ett par minuter innan servering.

På spis: Töm påsens innehåll i en kastrull. Tillsätt 2 dl kallt vatten och rör om ordenligt. Koka upp och låt sjuda under omrörning i 4-5 minuter. Låt stå ett par minuter innan servering.

Kortfakta om bakgrundsundersökningar

För att på bästa sätt förstå målgruppens behov har Cederroth valt att fråga sina användare av viktminskningsprodukter direkt. Över 1000 personer har deltagit i dessa undersökningar. En viktig insikt var att man saknar riktig mat med lågt kaloriinnehåll som smakar bra. Något som Allévo nu tagit fasta på i och med lanseringen av Low Calorie Meals. Tanken är att rätterna kan användas både under själva viktminskningsfasen men även när man vill hålla vikten. De flesta söker ett nyttigt lunchalternativ men många ser även en möjlighet att använda rätterna som middagsmat. Undersökningarna konfirmerade också att vi i Sverige tycker om italienska smaker, något som dessa rätter tar sin utgångspunkt i.

*"Man vill ha riktig mat trots att man försöker gå ner i vikt och jag tycker produkten verkar perfekt".
Citat från en av deltagarna i undersökningen som fick se förslaget på Low Calorie Meals.*



Fakta om Alexandra Zazzi

Alexandra Zazzi är kock, matskribent, författare, föreläsare och programledare. Hon älskar att laga mat, och att prata mat. Hon är tjejen som blev känd för att ha vunnit dokusåpan Robinson, men som idag har hunnit skriva fyra kokböcker, driva två restauranger och varit programledare för flera tv-program. Alexandra är född i Stockholm men uppväxt i norra Italien. Familjen återvände till Stockholm på 1970-talet. Matintresset ligger i generna, den italienska lusten till mat och råvaror, till att äta tillsammans och umgås runt matbordet. Alexandra har arbetat på en krog i New York och drivit två egna restauranger i Göteborg, lunchrestaurangen och cateringföretaget Pasta Panini samt den italienska restaurangen La Stazione. Hon är återkommande krönikör och matskribent i till exempel Matmagasinet och Göteborgs Posten samt har varit programledare för flera tv-program, bland andra "Köket" i TV4 och "Meny" i Sveriges Radio P1.

Mer information på www.alexandrazazzi.se.

Summering

- Dagens viktconsument vill kunna variera sig, välja mer matiga alternativ och kräver god smak.
- Low Calorie Meals är matiga, goda rätter med hög proteinhalt, lågt kaloriinnehåll och fullvärdiga måltidsersättningar.
- Genomförda undersökningar visar att användare av viktminskningsprodukter är positivt inställda till produkterna