

Tag fram ingredienser (innehåll, se nästa sida) följ färgkod, och börja med det som tar längst tid.  
Använd gärna termometer för bästa resultat. Smaklig måltid – önskar vi på KitchenWiz!



### TERIYAKIBAKAD LAX

med kimchikål- och nudelsallad samt sesamkräm

#### NUDLAR\*

Koka upp rikligt med saltat vatten i vid kastrull. Tillsätt gärna en skvätt olja. Tag från spisen och lägg i nudlar. Låt dra/svälla ca 6-8 min, häll av i durkslag.

#### LAX

Salta försiktigt (om alls då teriaykisåsen innehåller salt). Baka i ugn på hög värme, kort tid, 225°, ca 10 min (innetemp 48°)

#### KÅL

Skölj och strimla röd paprika. Blandas med kålblandning, nudlar och dressing.

#### SESAMKRÄM

Serveras kall till.



### KYCKLING I RÖD CURRY MED THAIBASILIKA

broccoli, cashewnötter och basmatiris

#### BASMATIRIS

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten+ salt. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset ca 15 min.

#### KYCKLING

Halvera och stek på medel/hög värme runt om ca 3 min, salta/peppra.

#### CURRYGRUND

Slå över kyckling och låt puttra några min. Späd ev med vatten om tjock. (Kontrollera att kycklingen är genomstekt).

#### BROCCOLI

Dela i buketter och koka 2-3 min i lättsaltat vatten (al dente).

#### SERVERING

Strö över cashewnötter\*\* och sköljd, strimlad thaibasilika vid servering.



### KOREANSKT ANKBRÖST

med sallad, jasminris och picklad lök samt chilimajonnäs

#### BASMATIRIS

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset (ca 15-20 min.).

#### ANKBRÖST

Klappa in ankbrösten runt om med kryddan. Skära skinnsidan med vass kniv, salta och peppra. Stek med skinnsidan ner på medelhög värme ca 2 min tills skinnet är knaprigt, gyllenbrunt och har släppt det mesta av fett. Vänd och stek kött sidan ca 1 min. Baka i ugnsfast form i 150° ugn ca 15 min (innetemp 58-60°). Tag ut köttet, låt vila några minuter. Skär i 1 cm skivor

#### SALLAD

Skölj och plocka sallad i hela blad.

#### SERVERING

Fyll salladsblad med ris, kött och toppa med picklad lök, sojasås och chilimajonnäs.

# INGREDIENSFÖRTECKNING



## LAX

Lax färsk portionsstyckad och benfri marinerad i kinesisk SOJA, japansk SOJA, limejuice, farinsocker, chili, ingefära, korianderfrö, vitlök / **Kål** pak choi kål, sticklök, morot, munggroddar, koriander / **Kimchidressing** rapsolja, FISKSÅS, lime, chili, ingefära, vitlök, ättika, salt, socker / **Sesamkräm** turkisk YOGHURT, ÄGG, rapsolja, DIJONSENAP, rostad SESAMolja, SESAMFRÖ, limejuice, vitlök, salt / **Äggnudlar\*** VETE, ÄGG, salt / **Paprika**



## KYCKLING

Färsk kycklinglårfile marinerad i rapsolja, vitlök, röd chili, limeblad, korianderfrö, fänkålsfrö, citrongräs / **Röd currysås** kycklingfond, cocosgrädd, GRÄDDE, krossad tomat, tomatpuré, limejuice, FISKSÅS, gullök, vitlök, röd chili, citrongräs, koriander, thaibasilika, ingefära, SESAMOLJA, limeblad, galanga, fänkål, socker, salt, majsstärkelse / **Broccoli / Cashewnötter / Basmatiris / Thaibasilika**



## ANKA

Ankbröst / **Kryddblandning** svartpeppar, korianderfrö, stjärnanis, fänkålsfrö, chili, ingefära / **Sojasås** SOJA, FISKSÅS, lime, chili, mynta, ingefära, koriander, socker, vitlök / **Picklåd lök** rödlök, ingefära, stjärnanis, socker, ättika / **Chilimajonnäs** rapsolja, ÄGGULA, lime, salt, DIJONSENAP, vitlök, svartpeppar, chili, worchestersås / **Sweet gem sallad / Jasminris**

Kitchenwiz byter ut produkter som innehåller gluten som exempel pasta, bröd, bulgur, nudlar även ströbröd som ingrediens i tex köttbullar. Vi får ibland frågan om gluten i soja, vi använder klassisk soja\*.

Utdrag från livsmedelsverket:

"Sojasåser tillverkas genom jäsning, fermentering, av sojaböner och rostat vete. Livsmedelsverket har analyserat gluten i olika sojasåser som deklarerade vete. Gluten påvisades inte i de "klassiska" sojasåserna trots att vete deklarerades i innehållsförteckningen. Klassisk sojasås borde inte utgöra någon risk för glutenintoleranta".

\*Glutenfritt alternativ - Risnudlar

\*\*Skaldjursfritt alternativ -

\*\*\* Nötfritt alternativ -Solrosfrö/pumpakärnor

## NATURLIGA RÅVAROR – NATURLIGA SMAKER

**NÖTKÖTT VILT, FLÄSK KYCKLING** Kött och kyckling i utvalda kvalitéter levereras av Johan i Hallen. johanihallen.se

**FISK** Fisken kommer direkt från fiskauktionen via Gothia Seafood som själva är med i alla led, från inköp på auktioner till hantering och packning. Gothia Seafood är medlem i närfiskat. gothiaseafood.se

**FRUKT & GRÖNT** Aroma frukt och grönt erbjuder ett stort urval frukt, grönsaker och delikatesser från växtriket. Hos oss hittar du alltid de råvaror som är bäst för säsongen. Vi levererar dagligen frukt & grönt till många av landets främsta restauranger och har ett nära samarbete med lokala odlare och producenter.

**ÅTER-VINNING** Vår Already låda är enkel att vika ihop och består endast utav wellpap. Hela lådan går att återvinna. Alternativt väljer du att spara den för framtida förvaring. Supersmart!

I lådan finns förpackningar av papp, plast och aluminium. De sorteras var för sig i respektive kärl.

En produkt från

Tag fram ingredienser (innehåll, se nästa sida) följ färgkod, och börja med det som tar längst tid.  
Använd gärna termometer för bästa resultat. Smaklig måltid – önskar vi på KitchenWiz!



### TERIYAKIBAKAD LAX

med kimchikål- och nudelsallad samt sesamkräm

#### NUDLAR\*

Koka upp rikligt med saltat vatten i vid kastrull. Tillsätt gärna en skvätt olja. Tag från spisen och lägg i nudlar. Låt dra/svälla ca 6-8 min, häll av i durkslag.

#### LAX

Salta försiktigt (om alls då teriaykisåsen innehåller salt). Baka i ugn på hög värme, kort tid, 225°, ca 10 min (innetemp 48°)

#### KÅL

Skölj och strimla röd paprika. Blandas med kålblandning, nudlar och dressing.

#### SESAMKRÄM

Serveras kall till.



### KYCKLING I RÖD CURRY MED THAIBASILIKA

broccoli, cashewnötter och basmatiris

#### BASMATIRIS

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten+ salt. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset ca 15 min.

#### KYCKLING

Halvera och stek på medel/hög värme runt om ca 3 min, salta/peppra.

#### CURRYGRUND

Slå över kyckling och låt puttra några min. Späd ev med vatten om tjock. (Kontrollera att kycklingen är genomstekt).

#### BROCCOLI

Dela i buketter och koka 2-3 min i lättsaltat vatten (al dente).

#### SERVERING

Strö över cashewnötter\*\* och sköljd, strimlad thaibasilika vid servering.



### BIFF PÅ MOROT, INGEFÄRA OCH CHILI

med sallad, jasminris och picklad lök samt chilimajonnäs

#### BASMATIRIS

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset (ca 15-20 min.).

#### MOROTSBIFF

Värm i ugn i 150°, ca 10 min. Skär i skivor.

#### SALLAD

Skölj och plocka sallad i hela blad.

#### SERVERING

Fyll salladsblad med ris, morotsbiff och toppa med picklad lök, sojasås och chilimajonnäs.

# INGREDIENSFÖRTECKNING



## LAX

Lax färsk portionsstyckad och benfr, marinerad i kinesisk SOJA, japansk SOJA, limejuice, farinsocker, chili, ingefära, korianderfrö, vitlök / **Kål** pak choi kål, sticklök, morot, munggroddar, koriander / **Kimchidressing** rapsolja, FISKÅS, lime, chili, ingefära, vitlök, ättika, salt, socker / **Sesamkräm** turkisk YOGHURT, ÄGG, rapsolja, DIJONSENAP, rostad SESAMolja, SESAMFRÖ, limejuice, vitlök, salt / **Äggnudlar\*** VETE, ÄGG, salt / **Paprika**



## KYCKLING

Färsk **kycklinglårfile** marinerad i rapsolja, vitlök, röd chili, limeblad, korianderfrö, fänkålsfrö, citrongräs / **Röd currysås** kycklingfond, cocosgrädd, GRÄDDE, krossad tomat, tomatpuré, limejuice, FISKÅS, gullök, vitlök, röd chili, citrongräs, koriander, thaibasilika, ingefära, SESAMOLJA, limeblad, galanga, fänkål, socker, salt, majsstärkelse / **Broccoli / Cashewnötter / Basmatis / Thaibasilika**



## BIFF PÅ MOROT, INGEFÄRA, CHILI

**Morotsbiff** morot, olivolja, kikärter, ÄGG, majsstärkelse, sticklök, ingefära, vitlök, chili, salt, peppar / **Sojasås** SOJA, FISKÅS, lime, chili, mynta, ingefära, koriander, socker, vitlök / **Picklad lök** rödlök, ingefära, stjärnanis, socker, ättika / **Chilimajonnäs** rapsolja, ÄGGULA, lime, salt, DIJONSENAP, vitlök, svartpeppar, chili, worchestersås / **Sweet gem sallad / Jasminris**

Kitchenwiz byter ut produkter som innehåller gluten som exempel pasta, bröd, bulgur, nudlar även ströbröd som ingrediens i tex köttbullar. Vi får ibland frågan om gluten i soja, vi använder klassisk soja\*.

Utdrag från livsmedelsverket:

"Sojasåser tillverkas genom jäsnings, fermentering, av sojabönor och rostat vete. Livsmedelsverket har analyserat gluten i olika sojasåser som deklarerade vete. Gluten påvisades inte i de "klassiska" sojasåserna trots att vete deklarerades i innehållsförteckningen. Klassisk sojasås borde inte utgöra någon risk för glutenintoleranta".

\*Glutenfritt alternativ - Risnudlar

\*\*Skaldjursfritt alternativ -

\*\*\* Nötfritt alternativ - Solrosfrö/pumpakärnor

## NATURLIGA RÅVAROR – NATURLIGA SMAKER

**NÖTKÖTT VILT, FLÄSK KYCKLING** Kött och kyckling i utvalda kvalitéter levereras av Johan i Hallen. johanihallen.se

**FISK** Fisken kommer direkt från fiskauktionen via Gothia Seafood som själva är med i alla led, från inköp på auktioner till hantering och packning. Gothia Seafood är medlem i närfiskat. gothiaseafood.se

**FRUKT & GRÖNT** Aroma frukt och grönt erbjuder ett stort urval frukt, grönsaker och delikatesser från växtriket. Hos oss hittar du alltid de råvaror som är bäst för säsongen. Vi levererar dagligen frukt & grönt till många av landets främsta restauranger och har ett nära samarbete med lokala odlare och producenter.

**ÅTER-VINNING** Vår Already låda är enkel att vika ihop och består endast utav wellpap. Hela lådan går att återvinna. Alternativt väljer du att spara den för framtida förvaring. Supersmart!

I lådan finns förpackningar av papp, plast och aluminium. De sorteras var för sig i respektive kärl.

En produkt från


**HALF READY**

Tag fram ingredienser (innehåll, se nästa sida) följ färgkod, och börja med det som tar längst tid.

Använd gärna termometer för bästa resultat. Smaklig måltid – önskar vi på KitchenWiz!

De gulmarkerade ingredienserna är de som ingår i Half Ready. Övriga varor kan man se som inspiration.

**TERIYAKIBAKAD LAX**

med kimchikål- och nudelsallad samt sesamkräm

**NUDLAR\***

Koka upp rikligt med saltat vatten i vid kastrull. Tillsätt gärna en skvätt olja. Tag från spisen och lägg i nudlar. Låt dra/svälla ca 6-8 min, häll av i durkslag.

**LAX**

Salta försiktigt (om alls då teriaykisåsen innehåller salt). Baka i ugn på hög värme, kort tid, 225°, ca 10 min (innetemp 48°)

**KÅL**

Skölj och strimla röd paprika. Blandas med kålblandning, nudlar och dressing.

**SESAMKRÄM**

Serveras kall till.

**KYCKLING I RÖD CURRY MED THAIBASILIKA**

broccoli, cashewnötter och basmatiris

**BASMATIRIS**

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten+ salt. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset ca 15 min.

**KYCKLING**

Halvera och stek på medel/hög värme runtom ca 3 min, salta/peppra.

**CURRYGRUND**

Slå över kyckling och låt puttra några min. Späd ev med vatten om tjock. (Kontrollera att kycklingen är genomstekt).

**BROCCOLI**

Dela i buketter och koka 2-3 min i lättsaltat vatten (al dente).

**SERVERING**

Strö över cashewnötter\*\* och sköljd, strimlad thaibasilika vid servering.

**KOREANSKT ANKBRÖST**

med sallad, jasminris och picklad lök samt chilimajonnäs

**BASMATIRIS**

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset (ca 15-20 min.).

**ANKBRÖST**

Klappa in ankbrösten runtom med kryddan. Skära skinnsidan med vass kniv, salta och peppra. Stek med skinnsidan ner på medelhög värme ca 2 min tills skinnet är knaprigt, gyllenbrunt och har släppt det mesta av fett. Vänd och stek köttetsida ca 1 min. Baka i ugnsfast form i 150° ugn ca 15 min (innetemp 58-60°). Tag ut köttet, låt vila några minuter. Skär i 1 cm skivor

**SALLAD**

Skölj och plocka sallad i hela blad.

**SERVERING**

Fyll salladsblad med ris, kött och toppa med picklad lök, sojasås och chilimajonnäs.

# INGREDIENSFÖRTECKNING



## LAX

**Lax** färsk portionsstyckad och benfri marinerad i kinesisk SOJA, japansk SOJA, limejuice, farinsocker, chili, ingefära, korianderfrö, vitlök / **Kål** pak choi kål, sticklök, morot, munggroddar, koriander / **Kimchidressing** rapsolja, FISKSÅS, lime, chili, ingefära, vitlök, ättika, salt, socker / **Sesamkräm** turkisk YOGHURT, ÄGG, rapsolja, DIJONSENAP, rostad SESAMolja, SESAMFRÖ, limejuice, vitlök, salt / **Ägnudlar\*** VETE, ÄGG, salt / **Paprika**



## KYCKLING

**Färsk kycklinglårfile** marinerad i rapsolja, vitlök, röd chili, limeblad, korianderfrö, fänkålsfrö, citrongräs / **Röd currysås** kycklingfond, cocosgrädd, GRÄDDE, krossad tomat, tomatpuré, limejuice, FISKSÅS, gullök, vitlök, röd chili, citrongräs, koriander, thaibasilika, ingefära, SESAMOLJA, limeblad, galanga, fänkål, socker, salt, majsstärkelse / **Broccoli / Cashewnötter / Basmatis / Thaibasilika**



## ANKA

**Ankbröst / Kryddblandning** svartpeppar, korianderfrö, stjärnanis, fänkålsfrö, chili, ingefära / **Sojasås** SOJA, FISKSÅS, lime, chili, mynta, ingefära, koriander, socker, vitlök / **Picklade lök** rödlök, ingefära, stjärnanis, socker, ättika / **Chilimajonnäs** rapsolja, ÄGGULA, lime, salt, DIJONSENAP, vitlök, svartpeppar, chili, worchestersås / **Sweet gem sallad / Jasminris**

Kitchenwiz byter ut produkter som innehåller gluten som exempel pasta, bröd, bulgur, nudlar även ströbröd som ingrediens i tex köttbullar. Vi får ibland frågan om gluten i soja, vi använder klassisk soja\*.

Utdrag från livsmedelsverket:

"Sojasåser tillverkas genom jäsnings, fermentering, av sojaböner och rostat vete. Livsmedelsverket har analyserat gluten i olika sojasåser som deklarerade vete. Gluten påvisades inte i de "klassiska" sojasåserna trots att vete deklarerades i innehållsförteckningen. Klassisk sojasås borde inte utgöra någon risk för glutenintoleranta".

\*Glutenfritt alternativ - Risnudlar

\*\*Skaldjursfritt alternativ -

\*\*\* Nötfritt alternativ -Solrosfrö/pumpakärnor

## NATURLIGA RÅVAROR – NATURLIGA SMAKER

**NÖTKÖTT VILT, FLÄSK KYCKLING** Kött och kyckling i utvalda kvalitéter levereras av Johan i Hallen. johanihallen.se

**FISK** Fisken kommer direkt från fiskauktionen via Gothia Seafood som själva är med i alla led, från inköp på auktioner till hantering och packning. Gothia Seafood är medlem i närfiskat. gothiaseafood.se

**FRUKT & GRÖNT** Aroma frukt och grönt erbjuder ett stort urval frukt, grönsaker och delikatesser från växtriket. Hos oss hittar du alltid de råvaror som är bäst för säsongen. Vi levererar dagligen frukt & grönt till många av landets främsta restauranger och har ett nära samarbete med lokala odlare och producenter.

**ÅTERVINNING** Vår Already låda är enkel att vika ihop och består endast utav wellpap. Hela lådan går att återvinna. Alternativt väljer du att spara den för framtida förvaring. Supersmart!

I lådan finns förpackningar av papp, plast och aluminium. De sorteras var för sig i respektive kärl.

En produkt från



Tag fram ingredienser (innehåll, se nästa sida) följ färgkod, och börja med det som tar längst tid.

Använd gärna termometer för bästa resultat. Smaklig måltid – önskar vi på KitchenWiz!

De gulmarkerade ingredienserna är de som ingår i Half Ready. Övriga varor kan man se som inspiration.



## TERIYAKIBAKAD LAX

med kimchikål- och nudelsallad samt sesamkräm

### NUDLAR\*

Koka upp rikligt med saltat vatten i vid kastrull. Tillsätt gärna en skvätt olja. Tag från spisen och lägg i nudlar. Låt dra/svälla ca 6-8 min, häll av i durkslag.

### LAX

Salta försiktigt (om alls då teriaykisåsen innehåller salt). Baka i ugn på hög värme, kort tid, 225°, ca 10 min (innetemp 48°)

### KÅL

Skölj och strimla röd paprika. Blandas med kålblandning, nudlar och dressing.

### SESAMKRÄM

Serveras kall till.



## KYCKLING I RÖD CURRY MED THAIBASILIKA

broccoli, cashewnötter och basmatiris

### BASMATIRIS

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten+ salt. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset ca 15 min.

### KYCKLING

Halvera och stek på medel/hög värme runt om ca 3 min, salta/peppra.

### CURRYGRUND

Slå över kyckling och låt puttra några min. Späd ev med vatten om tjock. (Kontrollera att kycklingen är genomstekt).

### BROCCOLI

Dela i buketter och koka 2-3 min i lättsaltat vatten (al dente).

### SERVERING

Strö över cashewnötter\*\* och sköljd, strimlad thaibasilika vid servering.



## BIFF PÅ MOROT, INGEFÄRA OCH CHILI

med sallad, jasminris och picklad lök samt chilimajonnäs

### BASMATIRIS

Mät upp 1 del ris+2 delar vatten. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset (ca 15-20 min.).

### MOROTSBIFF

Värm i ugn i 150°, ca 10 min. Skär i skivor.

### SALLAD

Skölj och plocka sallad i hela blad.

### SERVERING

Fyll salladsblad med ris, morotsbiff och toppa med picklad lök, sojasås och chilimajonnäs.

# INGREDIENSFÖRTECKNING



## LAX

**Lax** färsk portionsstyckad och benfr, marinerad i kinesisk SOJA, japansk SOJA, limejuice, farinsocker, chili, ingefära, korianderfrö, vitlök / **Kål** pak choi kål, sticklök, morot, munggroddar, koriander / **Kimchidressing** rapsolja, FISKÅS, lime, chili, ingefära, vitlök, ättika, salt, socker / **Sesamkräm** turkisk YOGHURT, ÄGG, rapsolja, DIJONSENAP, rostad SESAMolja, SESAMFRÖ, limejuice, vitlök, salt / **Äggnudlar\*** VETE, ÄGG, salt / **Paprika**



## KYCKLING

**Färsk kycklinglårfile** marinerad i rapsolja, vitlök, röd chili, limeblad, korianderfrö, fänkålsfrö, citrongräs / **Röd currysås** kycklingfond, cocosgrädd, GRÄDDE, krossad tomat, tomatpuré, limejuice, FISKÅS, gullök, vitlök, röd chili, citrongräs, koriander, thaibasilika, ingefära, SESAMOLJA, limeblad, galanga, fänkål, socker, salt, majsstärkelse / **Broccoli / Cashewnötter / Basmatis / Thaibasilika**



## BIFF PÅ MOROT, INGEFÄRA, CHILI

**Morotsbiff** morot, olivolja, kikärter, ÄGG, majsstärkelse, sticklök, ingefära, vitlök, chili, salt, peppar / **Sojasås** SOJA, FISKÅS, lime, chili, mynta, ingefära, koriander, socker, vitlök / **Picklad lök** rödlök, ingefära, stjärnanis, socker, ättika / **Chilimajonnäs** rapsolja, ÄGGULA, lime, salt, DIJONSENAP, vitlök, svartpeppar, chili, worchestersås / **Sweet gem sallad / Jasminris**

Kitchenwiz byter ut produkter som innehåller gluten som exempel pasta, bröd, bulgur, nudlar även ströbröd som ingrediens i tex köttbullar. Vi får ibland frågan om gluten i soja, vi använder klassisk soja\*.

Utdrag från livsmedelsverket:

"Sojasåser tillverkas genom jäsnings, fermentering, av sojaböner och rostat vete. Livsmedelsverket har analyserat gluten i olika sojasåser som deklarerade vete. Gluten påvisades inte i de "klassiska" sojasåserna trots att vete deklarerades i innehållsförteckningen. Klassisk sojasås borde inte utgöra någon risk för glutenintoleranta".

\*Glutenfritt alternativ - Risnudlar

\*\*Skaldjursfritt alternativ -

\*\*\* Nötfritt alternativ - Solrosfrö/pumpakärnor

## NATURLIGA RÅVAROR – NATURLIGA SMAKER

**NÖTKÖTT VILT, FLÄSK KYCKLING** Kött och kyckling i utvalda kvalitéer levereras av Johan i Hallen. johanihallen.se

**FISK** Fisken kommer direkt från fiskauktionen via Gothia Seafood som själva är med i alla led, från inköp på auktioner till hantering och packning. Gothia Seafood är medlem i närfiskat. gothiaseafood.se

**FRUKT & GRÖNT** Aroma frukt och grönt erbjuder ett stort urval frukt, grönsaker och delikatesser från växtriket. Hos oss hittar du alltid de råvaror som är bäst för säsongen. Vi levererar dagligen frukt & grönt till många av landets främsta restauranger och har ett nära samarbete med lokala odlare och producenter.

**ÅTER-VINNING** Vår Already låda är enkel att vika ihop och består endast utav wellpap. Hela lådan går att återvinna. Alternativt väljer du att spara den för framtida förvaring. Supersmart!

I lådan finns förpackningar av papp, plast och aluminium. De sorteras var för sig i respektive kärl.

En produkt från