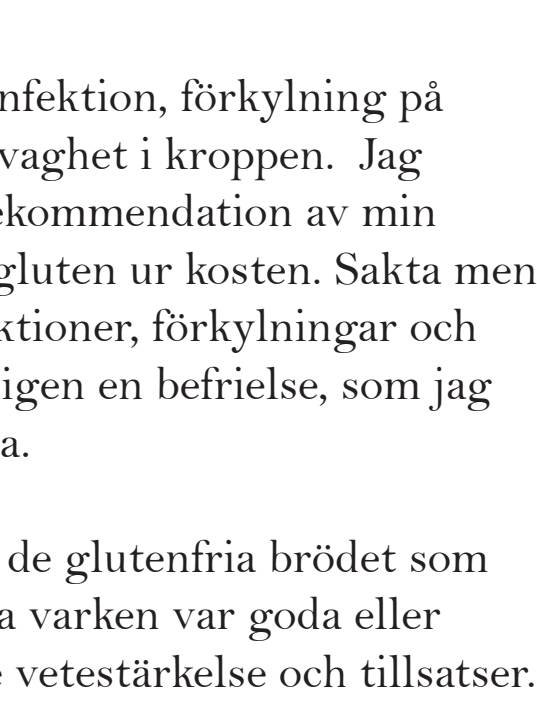


I'M MARTA
THIS IS MY NATURALLY GLUTENFREE BREAD
WITH NO PRESERVATIVES, NATURAL INGREDIENTS, VEGAN, NO CHEMICALS AND NO SUGAR
MADE WITH A LOT OF LOVE AND AWARENESS

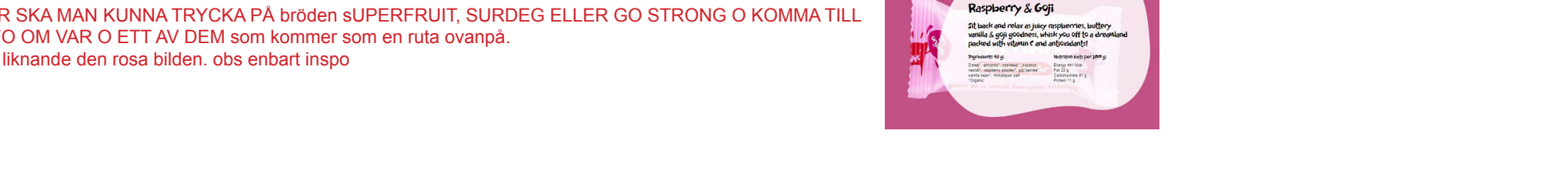


STORY

Maginfektion efter maginfektion, förkylning på förkylning och ständig svaghet i kroppen. Jag bestämde mig efter en rekommendation av min läkare att testa utesluta gluten ur kosten. Sakta men säkert försvann maginfektioner, förkylningar och svagheten! Det var verkligen en befrielse, som jag hoppas fler ska få uppleva.

Snabbt upptäckte jag att de glutenfria brödet som fanns att köpa i butikerna varken var goda eller nyttiga, de innehöll både vetestärkelse och tillsatser.

Mitt stora mat- och hälsointresse växte sig ännu starkare än förr och det var självklart att jag började baka glutenfria bröd från kokböcker för att sen börja experimentera fram mina egna bröd i köket, precis som jag ville de skulle smaka! And here they are!

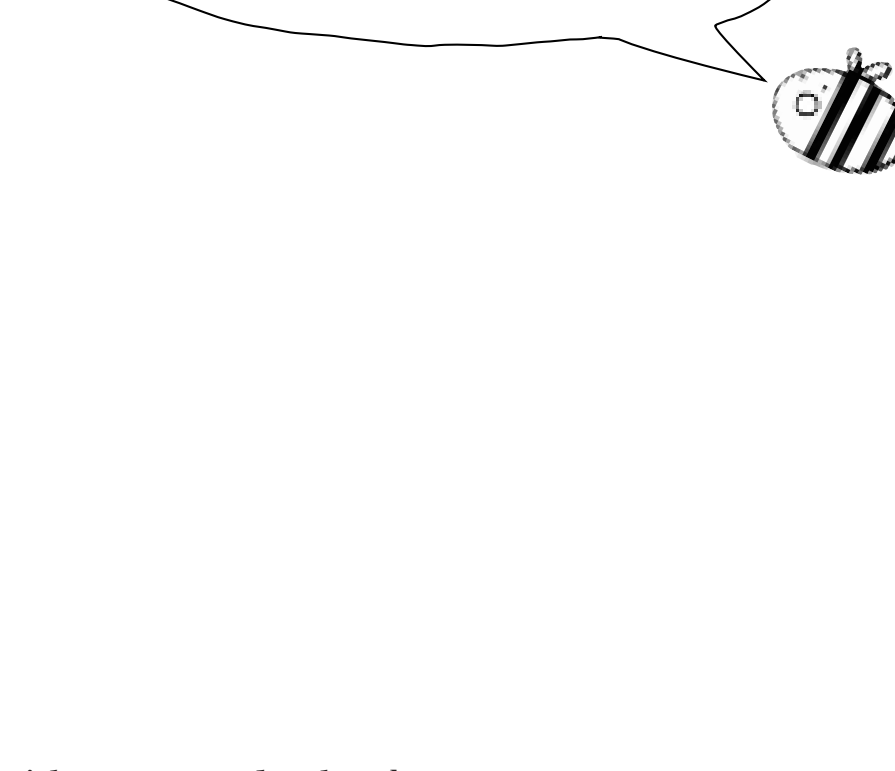


HÄR SKA MAN KUNNA TRYCKA PÅ BRÖDEN sUPERFRUIT, SURDEG ELLER GO STRONG O KOMMA TILL RFD OM VÄR O ETT AV DEM som kommer som en ruta övrigt. ngl liknande den rosa bilden, det enbart inget.



VISION

Jag vill baka bröd som alla ska kunna äta, må bra och njuta av! Därför är mina bröd fria från allergener, gluten, tillsatser och animaliska produkter etc. Bröden är till för alla som vill leva sunt och ändå äta gott!



I WANT TO MAKE THE MOST DELICIOUS GLUTENFREE BREAD IN THE WORLD!
GIVE IT A TRY!



FAQ- QUESTIONS

Vad innebär naturligt glutenfritt?

Det innebär för mig att jag strävar efter 0 ppm gluten i kosten. Dels ska det vara naturligt fritt från gluten och inte artificiellt renat från det. Det ska inte vara kontaminerat någonstans på vägen mellan sitt ursprung och din mun. Studier visar att det finns flera hälsovinster med att äta naturligt glutenfritt. För att jag ska kalla någonting naturligt glutenfritt så ska brödet inte innehålla:

Vete (kamut, spelt, durum, couscous, semolina, farro, bulgur, mannagryn mm.)
Råg
Korn
Havre (även s.k. "ren")
Vetestärkelse (även s.k. "glutenfri")
Glukossirap (på vete)
Druvsocker, dextros (på vete)
Maltodextrin (på vete, korn)
Sockerkulör (på vete)

Hur kan du baka bröd naturligt glutenfritt?

Jag bakar med naturligt rena mjöler såsom från bovete, majs, cassava, fröer, torkade bär, surdeg gjort på ris och en liten andel (0,3%) fermenterat ris mjöl.

Får för Vegan?

Att undvika animaliska produkter är ett sätt att undvika att stödja djurindustrins grymheter. Att äta veganskt innebär också att man bidrar till minskade koldioxid-utsläpp. Dessutom visar nya studier att det finns flera positiva hälsoskäl till en vegansk kosthållning.

SKRIV TILL MIG!

**Marta
BE FREE**

Bokgatan 10
214 24 Malmö

Telefon: 073-9971075

Email: martabe@free.se