

Artikler

Graviditet og kjøtt



Kan man spise kjøtt når man er gravid? Svaret er ja, men med noen forholdsregler.

Gjør deg kjent med kostrådene

Når du er gravid kan du helt fint spise kjøtt og de aller fleste produkter fra Gilde, med noen få unntak:

- Unngå å spise spekemat, spekepølse inkludert alle typer salami på grunn av toxoplasma og listeria. Dette er etter råd fra Myndighetene.
- Alle våre påleggsprodukter er varmebehandlet (med unntak av salami, spekepølser og øvrig spekemat). De er kokt og har kjernetemperatur på 72-73 grader. De fleste sykdomsfremkallende bakterier overlever ikke en slik varmebehandling.
- Dette gjelder imidlertid ikke Roastbiff-pålegg som kokes og har kjernetemperatur på 58 grader, derfor bør ikke gravide spise dette produktet.

Vi anbefaler på det sterkeste at du gjør deg kjent med og følger kostrådene som gjelder kjøtt, i tillegg til alle generelle kostråd for gravide på [Matportalen](#).

I tillegg anbefaler vi at du:

- Steker alt kjøtt godt til du ser klar kjøttssaft under steking (kjøttsaften skal ikke være rød eller rosa)
- Alltid spiser vakuumpakket, skivet kjøttpålegg innen fem dager etter at pakningen er åpnet.

Les mer om



Artikkel

Gilde jobber trygt i alle ledd for at du skal få maten som vanlig.

Selv i vanskelige tider fortsetter Gilde å levere trygg mat rundt om i hele Norge. Det skyldes at Gilde har en veletablert verdikjede som samhandler godt i alle ledd.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



Artikkel

Gilde - av og for den norske bonden

"For at vi skal ha et bærekraftig landbruk må vi kunne leve av ressursene våre i dag, uten å ødelegge mulighetene for fremtidige generasjoner", sier Gunn Amundsen Eng.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)

Bli inspirert



Konsept

Middag med kjøttdeig

Trenger du inspirasjon til middager med kjøttdeig? Her finner du mange gode oppskrifter, enten det er til hverdags eller til lørdagskosen.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



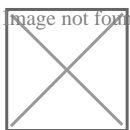
Instruksjons oppskrift

Helgrillet indrefilet av storfe

Helgrillet indrefilet er sommer på sitt beste! Å grille en hel indrefilet er heller ikke så vanskelig som du kanskje tror. Beregn 150-200 gram kjøtt per person.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)





Rating of this product is 5 out of 5.

Hjemmelaget fløtesaus

Hjemmelaget fløtesaus er enkelt å lage og veldig godt. Denne oppskriften passer til det meste av kjøtt, blant annet kjøttboller, karbonader og biff.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



Oppskrift

Hjemmelaget pesto

Hjemmelaget pesto er enkelt å lage og et godt tilbehør til blant annet pastaretter, sandwicher og pizza.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



Oppskrift

Maiskrem

Maiskrem er et nydelig tilbehør som blant annet kan brukes til taco, biff eller grillmat. Her gir vi deg en enkel og god oppskrift med ost.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



Rating of this product is 5 out of 5.

Hjemmelaget pommes frites

Hjemmelaget pommes frites er enkelt å lage og veldig godt! Dette er en litt sunnere variant hvor de stekes i ovn i stedet for å friturestekes.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



Oppskrift

Enkel hjemmelaget hamburgerdressing

Hjemmelaget hamburgerdressing trenger ikke å være komplisert! Denne enkle dressingen er knallgod og består av kun tre ingredienser.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)



Oppskrift

Grillpølse med spansk tilbehør

Prøv denne enkle pølseretten med spansk tilbehør til kampen.

Image not found or type unknown

[Les mer](#)