

Om oss

Passion och glädje är för oss, Vilda och Erik Rosenblad, två ord som kännetecknar vår relation till matlagande i det råa köket. Med färskas grönsaker, frukter, nötter och frön, alger och oljor skapar vi mat du inte trodde var möjlig - sanslöst god och otroligt hälsosam!

Sedan våren 2010 driver vi Raw Food-caféet, butiken och delin Kiviks Lilla Råa mitt i österlenska Kiivk. Här serveras smasikga bakverk, fantastiska luncher, ljuvliga teer och mycket annat. Allt ekologiskt och med all näring i behåll. Hos oss går det helt enkelt att njuta med gott samvete...



Kiviks
LILLA RÅA ♥

Hemma
hos
Dig!

I vår verksamhet ingår också:

- ✓ En internetbutik med rå och ekologisk hälsokost till pangpriser! (www.ravarubutiken.se)
- ✓ Workshops/utbildningar om hälsokost med Raw Food i fokus - för organisationer och företag
- ✓ Föreläsningar om bland annat mat & miljö
- ✓ Catering för vardag eller fester

Råvarubutiken
RAW FOOD AT FOLKET

*Hör av dig för
erbjudande/offert!*

Kiviks Lilla Råa

Eliselundsvägen 49
277 30 Kivik
0703-54 54 84
info@kivikslillaråa.se



*Njut och lär i goda
vänners sällskap - i ditt
 eget kök eller på din
arbetsplats!*

Hemma-hos menyer

Nu har du möjlighet att, till ditt eget hem eller din arbetsplats, få ett exklusivt besök av Kiviks Lilla Råas raw food-kockar Erik & Vilda Rosenblad! Under ca tre timmar lagar vi mat, berättar om grunderna i det råa köket och svarar på alla *hur* och *varför*. Måltidstemat för kvällen/dagen väljer du själv, men samtliga alternativ (ej Dessert dream) innefattar alkoholfri drink, välkomstfika, huvudrätt med tillbehör och smaskigt tilltugg efter maten. Vi ses i ditt kök!



Bra att tänka på!

Meddela oss gärna om du eller någon i ditt sällskap har en matallergi. Vi kan byta ut och ersätta rätter utan problem. Om du/ni vill anpassa meny och info/diskussion efter andra specifika önskemål går detta naturligtvis också bra. Vi använder gärna serveringsporslin från ditt eget kök, men kan också ta med eget mot en kostnad på 25 kr per person.



Taco twist

Under vår tacokväll går vi det mexikanska köket till mötes med avokado, eldiga kryddor och salsor i högsta hugg!

• Från 350 kr/person



Mediterranean mix

Oliver, örter och krämiga såser är centrala delar i medelhavsmaten, från vilken vi plockar det bästa och lagar rätt och underbart gott!

• Från 350 kr/person



Bombay bombastic

Under denna kväll gör vi ett spännande indiskt kulinariskt experiment där värmande kryddor förflyttar oss österut i sinnet. Med levande mat!

• Från 350 kr/person



Sushi surprise

Låt dig överraskas av japaninspirerad mat med smak från havet. Med supernyttiga alger skapar vi verkligt rå sushi, utan fisk...

• Från 350 kr/person



Dessert dream

Låt oss öppna dörren till en värld av njutning! Under efterrättskvällen fokuserar vi på det söta och lär oss skapa hälsosamma drömdesserter!

• Från 350 kr/person



Raw Food på arbetsplatsen

Bjud in oss till din arbetsplats för att laga och lära om rå mat och samtidigt umgås med kollegorna! Vi anpassar upplägg efter önskemål.

• Hör av dig/er för offert!