



2008-11-04 13:34 CET

## Nyttiga portionsbröd för glutenintoleranta

**Bovetefralla och Grov Minibaguette är två nya grova glutenfria bröd med högt fiberinnehåll. Fria Bröd AB som är marknadsledare på djupfryst glutenfritt bröd erbjuder glutenintoleranta ett lika gott och bra bröd som vanligt bröd.**

Antalet glutenintoleranta ökar ständigt, bla för att diagnostiseringen har blivit enklare. Man räknar med att minst 1 av 100 svenskar är överkänsliga mot gluten och ännu fler mot mjölk. Trots att problemen är vanliga finns det fortfarande butiker med få gluten- och mjölkfria produkter i sitt sortiment. Fria Bröd har tagit till sin uppgift att baka både gott och nyttigt bröd för

dessa känsliga magar.

- För oss är det viktigt att alla gluten- och mjölköverkänsliga personer runt om i Sverige ska få minst lika gott och nyttigt bröd som alla vi andra. De här två nya bröden är vi väldigt stolta över. De är fantastiskt goda. Man behöver inte vara glutenintolerant för att gilla dem, säger Jan Söderholm, försäljningsansvarig på Fria Bröd AB

**Grov Minibaguette** är ett härligt osötat portionsbröd med solros- och linfrö och hela 9 % fiberinnehåll. Fiber är extra viktigt att få i sig när man är glutenintolerant Varje förpackning innehåller 4 baguetter med en sammanlagd vikt på 280 gr.

**Bovetefralla** är ett fantastiskt gott portionsbröd som passar lika bra till frukost som till mellanmål. Brödet innehåller riven morot och är täckt med boveteflingor, fiberinnehållet är 4,5 %. Förpackningen innehåller 4 frallor med en sammanlagd vikt på 280 gr.

Båda dessa bröd är lite grövre och med ett ur närings synpunkt bra fiberinnehåll. Ett högt fiberinnehåll är särskilt viktigt för glutenintoleranta som ofta får i sig alldeles för lite fibrer in sin vanliga kost. Både Grov Minibaguette och Bovetefralla är förutom gluten- och mjölkfria dessutom osötade och bakade utan ägg. Färdigbakade, frysta - bara att tina och äta - hur goda som helst!

Bröden kostar i handeln ca 30 kr per förpackning. De kommer att finnas i de flesta ICA, COOP och Citygrossbutiker.

./.

För innehåll och näringsvärden gå in på Fria Bröds hemsida [www.fria.se](http://www.fria.se)

För ytterligare upplysningar kontakta gärna Jan Söderholm 031-7341338 eller Rita Platzer 08-545 292 50.

**Fakta**

**Kort om gluten**

Gluten är ett protein som finns i våra sädeslag, korn, vete, råg och därmed i det mesta vi äter. Glutenintolerans blir allt vanligare och idag räknar man med att cirka 90 000 personer är drabbade. Vanliga symtom är magont och diarré men trötthet, viktnedgång och depressioner kan också uppkomma. Barn kan få problem med växten, kräkningar och humörförändringar.

**Det finns inget botemedel mot glutenintolerans. Livslång diet med glutenfri kost är det enda sättet att slippa problemen.**

## **Baka glutenfritt**

När glutenfritt bröd bakas måste proteinet tvättas bort från mjölet. Detta görs hos leverantören. Kvar blir vetestärkelse som blandas med en speciellt framtagen brödmix. Fria Bröd har sin unika brödmix för att få brödet så likt vanligt bröd som möjligt.

För att tillverka och sälja glutenfria produkter måste man ha enskilda lokaler och inte blanda in produktion av vanligt bröd. Fria Bröds lokaler är helt fria från gluten och mjölk. Man måste också ta återkommande prover på råvaror och färdiga produkter för att säkerställa att dessa är glutenfria. Produktionen är tidskrävande och råvarorna kostsamma vilket gör att produkterna ofta får ett högre pris.

## **Om Fria Bröd**

1996 startade Gunnar och Lena Adås bageriet Fria Bröd, som bakar enbart glutenfritt mat- och kaffebröd. Idén till ett bageri för enbart glutenfria produkter växte fram när Gunnar jobbade som produktutvecklare på ett stort bageri i göteborgstrakten. Han märkte en tydlig efterfrågan på glutenfria produkter. Men kvaliteten var fortfarande låg och produkterna outvecklade. Beslutet att starta ett bageri för att utveckla glutenfritt bröd välkomnades därför av Sveriges många glutenintoleranta.

Idag utvecklar och producerar Fria Bröd glutenfria produkter som kombinerar hög bagerikunskap med dietistens syn på produkten - alltid med den goda smaken i fokus. Produkterna säljs i hela Norden. I Sverige är Fria Bröd marknadsledare med ca 80% av marknaden.

Fria Bröd bakar idag de sju populäraste artiklarna på den frysta marknaden

för glutenfritt. Dessa svarar för 62,3 % av värdet på marknaden:

Fria Grova -skivat Fullkornsbröd	20,6 %
Fria Limpan - skivad klassisk limpa	10,6 %
Fria Vita - skivad vit formfranska	10,0 %
Fria Fiber - Skivat fiberbröd (9% fiber)	6,9 %
Fria Thekakor	4,8 %
Fria Kanelbulle	4,8 %
Fria Vallmofralla	4,0 %

Källa: Nielsen index rullande helår 0808.

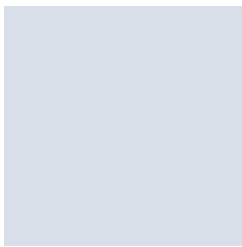
I sortimentet finns även glutenfria muffins, kladdkaka, giffjar mfl.

---

*Det som för över 25 år sedan började som en ren familjeangelägenhet har idag blivit ett ledande glutenfritt bageri i Norden inom frysta, glutenfria bageriprodukter. Varje dag ser vi till att vara ett glutenfritt bageri som ger alla som behöver eller vill äta glutenfritt fler möjligheter att äta gott. Sortimentet omfattar allt från glutenfritt bröd och fikabröd till färdiglagat. Fria är ett glutenfritt bageri med visionen "det goda glutenfria livet". Efter den devisen fortsätter vi som glutenfritt bageri att jaga nya goda smaker.*

*Fria Bröd AB är ett familjeägt bolag som utvecklar och tillverkar goda glutenfria bageriprodukter sedan 1996. Fria är idag marknadsledande i Norden inom fryst glutenfritt bröd.*

## Kontaktpersoner



**Patrik Hultman**

Presskontakt

Vd, Fria Bröd AB

[patrik.hultman@fria.se](mailto:patrik.hultman@fria.se)

+46 (0)768 822 012