



Mikä on GreenStreet ja missä raakakakut valmistetaan?

GreenStreet on vuonna 2012 perustettu yritys, joka on erikoistunut terveelliseen herkutteluun ja erityisesti raakakakkuihin. Yrityksen omistaa nuori sarjainnostuja Johannes, jonka kanssa innostunut tiimi tekee intohimoisesti töitä parantaakseen ihmisten ruokailutottumuksia parempien valintojen pariin.

Valmistamme raakakakkumme Itä-Helsingin raakakakkutehtaallamme Vartiokylässä. Tämän lisäksi kakkujamme valmistetaan Joensuussa franchising-yrityksen toimesta. GreenStreet tarjoaa raakasuklaa- ja raakakakku workshopeja yksityishenkilöille sekä yrityksille. Workshopeissamme pääset inspiroitumaan ja tekemään terveellisiä herkkuja sekä oppimaan raakaleivonnan saloja.

GreenStreet-cateringinkautta voi myös tilata vegaaniset, maidottomat ja halutessasi myös gluteenittomat terveellisemmät herkut, jotka pitävät tapahtuman vieraat, yhteiskumppanit sekä työntekijät paremmalla tuulella ja mikä parasta ne sopivat lähes kaikkiin erityisruokavalioihin!

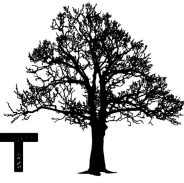
GreenStreetillä on myös oma kahvila Tukholmassa Sveavägenilla, Happy Food Storen yhteydessä - lue lisää www.greenstreet.cafe.

Mikä on raakakakku?

Raakakakun idea on, että mitään raaka-aineita ei ole kypsennetty. Raakakakkua ei laiteta uuniin, vaan se tekeytyy kylmässä. Raaka-aineet sekoitetaan keskenään blenderissä ja raakakakku laitetaan pakastimeen. Raakaleivonnassa käytetään kuumentamattomia raaka-aineita ja valmistusmenetelmiä, joissa lämpötila ei nouse yli 42 asteen. Täten kaikki laadukkaiden raaka-aineiden ravintoaineet säilyvät. Valkoinen sokeri, viljat ja maitotuotteet korvataan terveellisemmällä ja vähemmän prosessoimattomilla raaka-aineilla. Raakakakut koostuvat pitkälti kaakaotuotteista, kookostuotteista, pähkinöistä, siemenistä, marjoista sekä hedelmistä. Raakakakut eroavat tavallisista vehnäkakuista siten että raakakakkujen ravintorikkaat ja terveelliset raaka-aineet hellivät ja edistävät terveyttä ja hyvien ravintoaineiden takia raakakakku antaa energiaa pitkään. Raakakakut sopivat moneen eri ruokavalioon terveellisten raaka-aineiden takia ja tarjoavat mahdollisuuden ravintorikkaampaan ja terveellisempään herkutteluun. GreenStreetin raakakakut ovat gluteenittomia, maidottomia ja vegaanisia.

Miten pitkään kakut säilyvät ja miten sulatan ne?

Raakakakkumme säilyvät 4 kuukautta valmistuksesta. Raakakakkumme ovat aina pakasteita, ja sulanutta kakkua ei saa pakastaa uudelleen. Suosittelemme sulattamaan kakut jääkaapissa paremman säilyvyyden takaamiseksi. Kokonaisen kakun sulamisaika jääkaapissa on noin 10-12 h ja yksittäisen palan 1-2 h. Sulana kakku säilyy jääkaapissa 2-3 päivää.



Mistä raaka-aineet tulevat?

GreenStreetin raakakakuissa käytetään laadukkaita ja mahdollisimman paljon tuoreita raaka-aineita. Käyttämämme marjat ovat kotimaisia ja suurin osa muista raaka-aineista on peräisin Puhdistamon ja Foodinin laadukkaasta tarjonnasta. Suosimme luomulaatuisia raaka-aineita. Käyttämämme soijalesitiini on geenimanipuloimatonta emmekä käytä valmistuksessa mitään säilöntä-, väri- tai lisäaineita.

Käytämme muutoin suomalaisia marjoja tuotteissamme, mutta erikoistilaustuotteiden koristelussa saatetaan käyttää ulkomaisia tuoreita marjoja mikäli sesongista johtuen kotimaisia ei ole saatavilla.

Käyttämämme raakakaakaotuotteet

Raakakaakaopapu pitää sisällään valtavan määrän terveellisiä ravintoaineita, mutta sellaisenaan se ei sovi käytettäväksi raakakakkujen ainesosana. Raakakaakaopavusta saadaan jalostettua erilaisia tuotteita, joita kakuissamme käytetään.

Raakakaakaonibsit ovat kuorettomia raakakaakaopavun palasia. Niitä kakuissamme käytetään lähinnä joidenkin kakkujen pohjissa tuomaan makua ja rakennetta. Nämä sopivat myös loistavasti kakkujen koristeluun!

Raakakaakaopavuista saadaan kylmäpuristamalla kaakaovoita, joka on olennainen osa raakakakkujemme valmistuksessa sitovana ainesosana. Kaakaovoi sisältää runsaasti energiaa, mutta myös rutkasti antioksidantteja, omega-3- ja omega-6- rasvahappoja sekä E-vitamiinia. Kaakaovoin sulamislämpötila on 35 astetta.

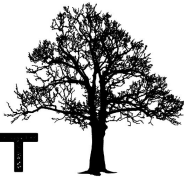
Raakakaakaojauhe taas on kaakaomassasta jäljelle jäänyttä kuivaa raaka-ainetta, kun kaakaon rasva on puristettu massasta irti. Raakakaakaojauhe tuo kakkuihin suklaan maun.

Raakakaakaotuotteiden kohdalla prosessoinnin aikana käytettyihin lämpötiloihin kiinnitetään erityisesti huomiota. Juuri tämän vuoksi raakakaakaotuotteiden ravinnepitoisuus on suurempi kuin tavallisten kaakaotuotteiden. Maltillisen prosessoinnin vuoksi kaakaon terveydelle edulliset ravintoaineet, kuten magnesium, kromi ja rauta säilyvät tuotteessa.

Käyttämämme kookostuotteet

Kookosöljy on kasviöljy, jota valmistetaan erittelemällä se koprasta, kookospähkinän kuivatusta lihasta. Kylmäpuristettu neitsytkookosöljy sisältää jopa yli 90% raakoja, saturoituja rasvahappoja. Kookosöljy toimii raakakakuissa sitovana ainesosana.

Kookoskermaa valmistetaan puristamalla kookoshedelmän lihasta. Kookoskermaa käytetään raakakakuissamme tuomaan täyteläisyyttä ja rakennetta.

**Mitä on toco?**

Toco on riisinlesejauhetta, joka valmistetaan täysjyväriisin kuoren alla olevasta ravinnekerroksesta. Makean makuinen toco on loistava E- ja B- vitamiinien lähde ja se sisältää runsaasti antioksidantteja. Raakakakuissa sen tehtävänä on tasapainottaa makuja, esimerkiksi raakakaakaotuotteiden kitkeryyttä ja marjojen happamuutta. Tocolla ei ole koostumukseen merkittävää vaikutusta raakakakuissa, joten voit halutessasi jättää sen pois vaikka se reseptissä olisikin.

Mitä makeutusta GreenStreetin raakakakuissa käytetään?

Useimmissa kakuissamme käytetään kookossokeria makeuttajana. Kookossokeria saadaan kookospalmun kukkien sisältämästä nektarista keittämällä. Kookossokeria pidetään ekologisena sokerivaihtoehtona ja sillä on huomattavasti valkoista sokeria alhaisempi glykeeminen indeksi. Kookossokerin maku on karamellimainen ja sitä käytetään kakuissamme makeuttajana. Joissain kakuissamme makeuttajana on agavesiirappi, joka on väliamerikkalaisesta trooppisesta Agave-kasvista valmistettu luonnollinen makeutusaine. Myös agavesiirapilla on alhainen glykeeminen indeksi, joka auttaa verensokeriasi pysymään normaalina.

Mitä on psyllium?

Psyllium on jänöratamon siemenistä valmistettua jauhetta, joka sisältää runsaasti kuituja ja sitoo nestettä. Se toimii kakuissa sitovana ainesosana ja tuo koostumukseen pehmeyttä. Mikäli psyllium mainitaan raakakakun reseptissä niin suosittelemme sen käyttöä, silloin sitä ei kannata jättää pois sillä sillä on tärkeä osa oikean koostumuksen aikaansaamisessa.

Mitä suolaa GreenStreetin raakakakuissa käytetään?

Raakakakuissamme käytetään Himalajan kristallisuolaa, joka on erittäin mineraalipitoinen luonnonsuola. Laadukas suola on tärkeä osa kakkujen valmistuksessa, sillä se tuo esiin muut maut.

Mitä on soijalesitiini?

Soijalesitiini toimii emulgaattorina, joka sekoittaa veden ja rasvat toisiinsa ja auttaa siten kakkujen rakenteessa. Meidän raakakakuissamme käytetään aina geenimuuntelematonta soijalesitiiniä. Jos teet itse kakkua kotona, niin suosittelemme käyttämään soijalesitiiniä mikäli se on reseptissä mainittu.



Mikä ero on lakritsijauheella ja lakritsinjuurijauheella?

Käytämme raakakakuissamme Urtekramin lakritsituotteita, joten alla oleva vastaus on suoraan Urtekramin sivuilta.

Lakritsijuurijauhe sisältää ainoastaan kuivattua ja jauhettua lakritsijuurta. Se on vaaleamman väristä ja kuidut ovat silminnähtävissä.

Lakritsijauhe taas sisältää lakritsijuurta joka on tiivistetty vahvaksi lakritsi siirapiksi ja sitten kuivattu ja jauhettu lakritsijauheeksi. Tällä tuotteella on selvästi vahvempi maku ja aromi, lakritsijuurijauheeseen verrattuna ja maku muistuttaa salmiakin makua jonka tunnemme muista lakritsi tuotteista. Tässä on kuitenkin myös hieman makeampi maku.

Molempia tuotteita voi käyttää esimerkiksi pikkuleipien leivonnassa, kuivattujen hedelmien kanssa ja jälkiruoissa kuten jäätelössä, marengissa ja mousseissa. Voit myös ripotella jauhetta jogurttiin, tuoreen hedelmän päälle ja smoothieisiin.

Peukkusääntönä, lakritsi sopii mukavasti marjojen ja hedelmien kanssa, erityisesti raparperin, vadelmien ja päärynän kanssa. Jos haluat intensiivisen lakritsin maun, käytä lakritsijauhetta. Käytä Lakritsijuurijauhetta klassisen lakritsin maun saavuttamiseen.

1tl raakalakritsijauhetta vastaa suunnilleen 1rl lakritsijuurijauhetta. Huomaa, ettet saavuta aivan täsmälleen samaa makua/vahvuutta.

Mistä löydän GreenStreetin kakkujen ainesosat ja ravintosisällöt?

Katso ainesosat [tästä](#).

Miksi raakakakut ovat hintavampia kuin perinteiset vehnäkakut?

Ravinnepitoiset ja luomulaatuiset raaka-aineet ovat hintavampia kuin ravinneköyhä ja pitkälle prosessoitu vehnä jauho ja valkoinen sokeri. Raakakakkumme valmistetaan rakkaudella käsin pientuotantona Helsingissä. Raakakakuilla herkutellessa masu tulee täyteen ja nälkä pysyy loitolla pitkään, joten tarvittaessa pienempikin pala riittää herkkuhetkiin.