



SUOMALAISTA KAURAA VASTUULLISESTI

**Perheyriksen
hiilineutraali tuotanto
jo vuodesta 2020**

**Poimi parhaat ideat ja
testaa herkulliset
kaurareseptit!**

**GLUTEENITONTA
KAURAA PELLOLTA
PÖYTÄÄN**



Helsingin Mylly on perheyrittys jo neljännessä polvessa

Mylläriin-tuotteita valmistava Helsingin Mylly on Suomen suurin luomuviljan ja gluteenittoman kauran jalostaja, joka tunnetaan laadukkaista viljatuotteistaan ja vastuullisuudestaan.

Mylläriin tarjoaa maistuvia tuotteita koko perheelle päivän jokaiseen hetkeen. Perusraaka-aineemme on lähellä kasvatettu, suomalainen vilja, josta valmistamme jauhoja, hiutaleita, puuroaineita, myslisiä, muroja ja erilaisia ateria-aineita.

"Tuotantomme on ollut hiilineutraalia jo vuodesta 2020 alkaen. Mylläriin tuotteet ovat 100 % kasviperäisiä ja valikoimistamme löytyy myös paljon gluteenittomia tuotteita", kertoo suomalaisen perheyrittäjän toimitusjohtaja **Niklas Kumlin**.



OLEMME SUOMEN
ENSIMMÄINEN HIILI-
NEUTRAALI MYLLY

Käytämme **vihreää
sähköä** Järvenpäässä,

Närpiössä ja Vaasassa sijaitsevilla tuotantolaitoksissamme.

Tuotamme Vaasan tehtaalla tarvitseman lämpöenergian tuotannossa syntyvästä kaurankuorijätteestä **omassa biovoimalaitoksessamme**.

Myllyssämme syntyy hyvin vähän jätettä. Mahdollinen hävikki ja viljan puhdistamisesta syntyvät **sivuvirrat hyödynnetään** tehokkaasti.

KESTÄVÄ KEHITYS JA SIETOKYKYINEN MAATALOUS

Myllynä visiomme ytimessä on **kestävä ja sietokykyinen maatalous**, joka hyödyttää sekä ihmisiä että luontoa.

Varmistamme yhdessä viljelijöidemme kanssa **ruoantuotannon tulevaisuuden** ja vähennämme toimintamme ympäristölle aiheuttamaa rasitusta.

Olemme sitoutuneet YK:n kestävä kehityksen tavoitteisiin ja kehitämme toimintaamme jatkuvasti

terveellisen syömisen ja hyvinvoinnin turvaamiseksi.



Lue lisää vastuullisuustyöstämme:
myllarin.fi/vastuullisuus



**SUOMALAINEN
KAURA ON
SUPERFOODIA**

KAURA ON OIKEA TERVEYSVILJA

Euroopan elintarviketurvallisuusviranomaisen EFSA on hyväksynyt kauralle kolme terveysväittäimää: kaura alentaa kolesterolia, laskee verensokeria ja parantaa vatsan ja suoliston toimintaa ulostemassaa lisäämällä.

HIILINEUTRAALI LÄHITUOTANTO

Tuotantolaitoksemme sijaitsevat viljapeltojen lähellä ja toimivat hiilineutraalisti.



Hyvä sato ei ole itsestäänselvyys - vaatii viljelijältä tekoja

Helsingin Mylly käynnisti viime vuonna luottoviljelijöidensä kanssa oman vastuullisuusviljelyohjelman.

"Omalla viljelyohjelmalla saamme viljelijöiden kanssa paremman sadon pienemmillä ympäristökuormalla. Optimoimme tekniikan avulla lannoitteiden määrän juuri tarpeen mukaiseksi.

Pienennämme pellon muokkaustarvetta ja parannamme sen rakennetta hiiltä sitovammaksi. Hyödynnämme kerääjäkasveja, esimerkiksi apilaa, joka parantaa maape-



rän kasvukuntoa sitomalla typpeä seuraavaan satoon. Lisäksi käytämme viljelykierrossa olevilla pelloilla pölyttäjiä houkutte-

levia, kukkivia kasveja, kuten rypsiä ja hennettä", kuvailee Helsingin Myllyn kauran ostopäällikkö ja itsekin gluteenitonta kauraa viljelevä **Pekka Kultti**.

VASTUULLISESTI TUOTETTU KAURA OLI MYÖS ERITTÄIN LAADUKASTA

Myllyllä iloitaan ensimmäisestä vastuullisuusviljelyohjelman myötä saadusta sadosta. Kaura on ollut todella laadukasta ja isokokoista.



Mikko Hölsö,
Helsingin
Myllyn sopimus-
viljelijä



SUOMALAINEN KAURA KASVAA YÖTTÖMÄSSÄ YÖSSÄ

Viileät, valoisat ja sopivasti sadetta antavat kesämme ovat ideaalinen kasvuympäristö kauralle, joka ei siedä kuumuutta ja kuivuutta.

Vastuullisuusviljely- ohjelman toimenpiteitä

TARKENNETTU LANNOITUS – OIKEA MÄÄRÄ OIKEAAN PAIKKAAN

Kasvin tarvitsema lannoituksen määrä tutkitaan tarkkaan erilaisilla kasvustosen-
soreilla. Näin säästetään lannoituskuluja,
saadaan parempi sato ja kasville annettu
lannoite menee kasvuun, eikä valu ympä-
ristöön.

KUKKIVAT KASVIT VILJELYKIERROSSA – PELTOJEN KASVUKUNTO PARANEE

Noin kolmasosalla tilojen peltoalasta
kasvaa kukkivia kasveja, kuten rypsiä tai
hernettä. Öljy- ja palkokasvit ovat hyviä
maaperälle niin rakenteen kuin pieneliö-
toiminnan kannalta. Ne vähentävät kasvin-
suoja-aineiden ja lannoittamisen tarvetta
sekä lisäävät luonnon monimuotoisuutta
tarjoamalla pölyttäjiä ruokaa.

MUOKKAUKSEN VÄHENTÄMINEN JA KERÄÄJÄKASVIT

Osa pelloista kevytmuokataan syksyllä,
osa pidetään kasvipeitteisenä talven yli.
Näin ravinteet eivät huuhtoudu pois valu-
mien ja eroosion vuoksi. Kasvipeitteisyys
ja kerääjäkasvit parantavat pellon raken-
netta, lisäävät hiilensidontaa ja pellon mul-
taisuutta sekä pieneliöiden, kuten matojen
määrää.

MAAPERÄSKANNAUS

Maaperän skannaus auttaa viljelijää lan-
noittamaan ja kalkitsemaan peltoa sopi-
vasti juuri oikeista kohdista.

MONIMUOTOISUUSPELLOT

lisäävät viljellyn ympäristön monimuotoi-
suutta. Niille kylvetään mm. pölyttäjiä ja
linnuille soveltuvia niittykasveja.



Kauran matka pelloilta pöytään



GLUTEENITOMAT PELLOT

Pellot kylvetään muista viljoista puhtailla kauran siemenillä. Peltojen viljelykierrossa käytetään gluteenittomia lajikkeita, kuten rypsiä ja hernettä. Kukkivat lajikkeet hyödyttävät myös porriäisiä.



GLUTEENITON KAURA SOPII KAIKILLE

Kokeile gluteenitonta kauraa ruoanvalmistukseen, bowliin, salaattiin, leivontaan, smoothieen ja puuroon.



PUIDAAN PUHTAILLA KONEILLA

Kaura puidaan vain gluteenittomilla pelloilla käytettävillä puimureilla.



KULJETUS PUHTAILLA REKOILLA

Kaura kuljetetaan tiloilta myllylle rekoilla, joiden puhtaus on varmistettu.



OMAT GLUTEENIVAPAAAT TUOTANTOLINJAT

Kauran gluteenittomuus varmistetaan myllyn omassa laboratorioissa prosessin eri vaiheissa, kuten viljan vastaanotossa ja käsittelyssä.



SELVÄT PAKKAUSMERKINNÄT

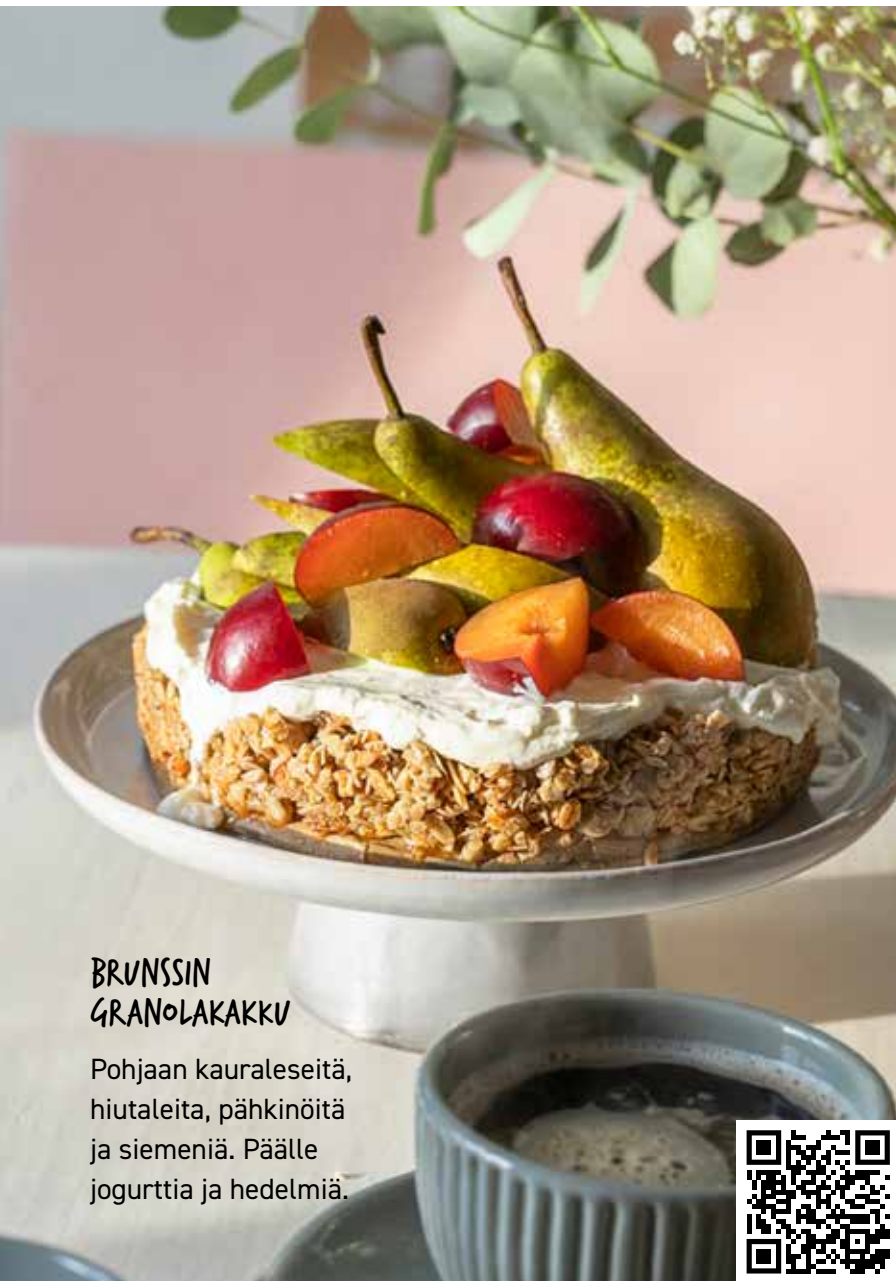
Ympäristöystävällisissä pakkauksissamme on selvä merkintä gluteenittomuudesta.

Gluteeniton



MYLLÄRIN GLUTEENITON KAURA ON PUHDASTA JO PELLOLLA

Myllärin gluteenittomat kauratuotteet valmistetaan puhdaskaurasta, jonka ostamme suoraan omilta sopimusviljelijöiltämme. Kaura on ainoa luonnostaan gluteeniton, suomalainen vilja. Mutta pysyäkseen täysin gluteenittomana, se on pidettävä huolellisesti erillään muista viljoista. Viljelijät kylvävät pellot tarkasti valituilla kauran siemenillä ja kiertävät useamman kerran kasvukauden aikana pelloilla tarkistamassa ja kitkemässä mahdolliset muut viljat pois.



BRUNSSIN GRANOLAKAKKU

Pohjaan kauraleseitä, hiutaleita, pähkinöitä ja siemeniä. Pälle jogurttia ja hedelmiä.



Kaura sopii moniin resepteihin – innostu ja testaa!

Kaura-aterioita voi nauttia vaikka kellon ympäri

Kuitupitoinen kotimainen kaura on laadukas raaka-aine osana hyvää ruokavaliota. Siitä syntyvät myös veegaaniset ja gluteenittomat herkut.



VINKKI

Hävikipizza – ota juustot ja täytteet jääkaapin uumenista.



VINKKI

Kaurasmoothie on myös loistava take-away lounas. Salaateissa ja keitoissa kaura lisää ruokaisuutta.



Kokeile uusia uniikkeja kaurauutuuksia!



VILLIKAURA JA
 PITKÄJYVÄINEN
 KAURA!

VINKKI!

Herkuttele kauralla vaikkapa kasvissusheissa. Saat ruokaisuutta ja kuituja ilman tyhjiä kaloreita.



Testaa kotimaisia kaurauutuuksia tuttuihin resepteihisi riisin, couscousin, kvinoan, pastan tai perunan sijaan vaikkapa laatikkoruoissa, salaateissa tai keitoissa. Kuitupitoisessa kaurassa on herkullinen maku. Se on myös hiilijalanjäljeltään ekologinen vaihtoehto.



SKANNAA KASVIS-KAURASUSHIT
 -RESEPTI!



Gluteeniton

