



Nur bei EDEKA

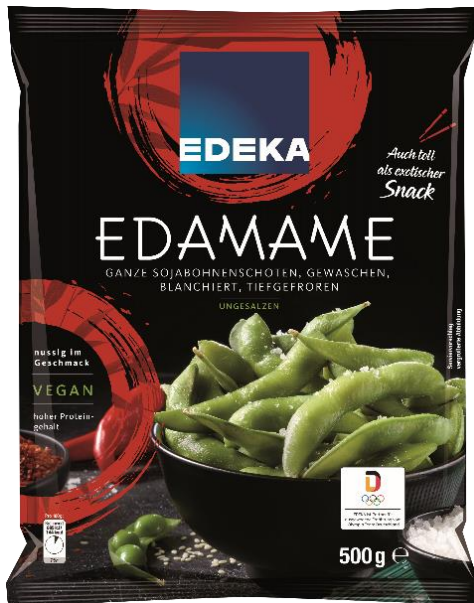
EDEKA Edamame: Endlich snacken wie in Japan

Hamburg, April 2021: Was ist klein, grün und versteckt sich im Tiefkühlregal? Richtig, die Edamame von EDEKA! Ob als ausgewogener Snack, in der Poké Bowl oder als Vorspeise zu Sushi – verstecken müssen sich die proteinhaltigen Leckerbissen keineswegs, denn einmal zubereitet geben sie eine verdammt gute Figur ab! Die kleinen Trendsetter-Bohnen kommen ursprünglich aus Japan und werden hierzulande immer beliebter. Die EDEKA Edamame kommen in 500 Gramm Beuteln daher, sind vegan und beinhalten ganze Sojabohnenschoten – das macht sie noch geschmackvoller. Und für eine wahre Gaumenfreude liefert EDEKA das passende Rezept gleich noch obendrauf. Die nächste Snack-Attacke? Einfach Edammhhh ...

EDEKA Edamame – darauf haben wir gewartet

Vor allem in der vegetarischen und veganen Küche spielen Sojabohnen als pflanzlicher Eiweißlieferant längst eine große Rolle. In ihrer noch unreif geernteten Form bereichern sie als Edamame den Speiseplan und werden in Japan sogar gerne als Snack zu Bier gereicht. Die EDEKA Edamame sind gewaschen, blanchiert und tiefgefroren. Das Beste? Bei uns werden sie in Schoten serviert.

Chips und Nüsse kommen uns ab sofort beim Snacken daher nicht mehr auf den Tisch, denn Edamame enthalten weniger Fett und sind somit kalorienärmer. Aromatisch-nussig im Geschmack und mit einer Extraportion Proteine überzeugen die grünen Allrounder als exotischer Snack oder asiatische Beilage.



EDEKA Edamame

- Ganze Sojabohnenschoten: ungesalzen, gewaschen, blanchiert und tiefgefroren
- Hoher Proteingehalt
- Nussig im Geschmack
- vegan
- Inhalt: 500g



Rezept

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Edamame (Sojabohne)
- 3 EL Meersalz
- 3 TL Sesamöl
- 3 TL Sesamsamen
- 1 TL Knoblauchgranulat
- 2 TL Chiliflocken



Einen großen Topf mit 2 L Wasser zum Kochen bringen. Salz und EDEKA Edamame hineingeben. Für 5-6 Minuten bei mittlerer Hitze kochen. In der Zwischenzeit Sesam in einer beschichteten Pfanne ohne Zugabe von Öl anrösten. Edamame in ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben. Sesamöl, Sesamsamen, Knoblauchgranulat und Chiliflocken in den Topf geben und alles gut vermengen. Nach Belieben noch mehr Salz oder Chiliflocken hinzufügen. Edamame in eine große Schale füllen und noch heiß servieren.

Pressekontakt:

EDEKA ZENTRALE Stiftung & Co. KG, Maren Wisniewski, New-York-Ring 6, 22297 Hamburg,
Tel: 040 / 6377 2029, maren.wisniewski@edeka.de

EDEKA – Deutschlands erfolgreichste Unternehmer-Initiative

Das Profil des mittelständisch und genossenschaftlich geprägten EDEKA-Verbunds basiert auf dem erfolgreichen Zusammenspiel dreier Stufen: Bundesweit verleihen rund 3.700 selbstständige Kaufleute EDEKA ein Gesicht. Sie übernehmen auf Einzelhandelsebene die Rolle des Nahversorgers, der für Lebensmittelqualität und Genuss steht. Unterstützt werden sie von sieben regionalen Großhandelsbetrieben, die täglich frische Ware in die EDEKA-Märkte liefern und darüber hinaus von Vertriebs- bis zu Expansionsthemen an ihrer Seite stehen. Die Koordination der EDEKA-Strategie erfolgt in der Hamburger EDEKA-Zentrale. Sie steuert das nationale Warengeschäft ebenso wie die erfolgreiche Kampagne "Wir ♥ Lebensmittel" und gibt vielfältige Impulse zur Realisierung verbundübergreifender Ziele. Mit dem Tochterunternehmen Netto Marken-Discount setzt sie darüber hinaus erfolgreiche Akzente im Discountgeschäft. Fachhandelsformate wie BUDNI oder NATURKIND, online-basierte Lieferdienste und das Großverbrauchergeschäft mit dem EDEKA Foodservice runden das breite Leistungsspektrum des Unternehmensverbunds ab. EDEKA erzielte 2019 mit rund 11.200 Märkten und 381.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einen Umsatz von 55,7 Mrd. Euro. Mit rund 18.300 Auszubildenden ist EDEKA einer der führenden Ausbilder in Deutschland.

EDEKA ZENTRALE Stiftung & Co. KG
Unternehmenskommunikation

New-York-Ring 6
22297 Hamburg

Telefon: +49 40 6377-2182
Fax: +49 40 6377-2971

E-Mail: produkt-pr@edeka.de
verbund.edeka.de

