

The Mix Company

Making Gluten-free Easy – and Fun!

Vegan

No dairy

Low-sodium

No soy/No corn

Gluten-free

Non-GMO

No MSG/No preservatives

Store in a cool dry place.
See Best Before date inside

45g

Recipes Inside



Mild Spice

Herb Harmony

Meals & Appetizers

Makes 750ml Dip

Allergen-Friendly Mix

✦ Proudly manufactured in Canada using Canadian ingredients

Creamy Herb Dip

Stir ½ pkg **Herb Harmony** into 1½ cups [375ml] yogurt, mayo, sour cream or non-dairy substitute. Let stand 5 minutes. Makes 1½ cups [375ml].

Creamy Herb Salad Dressing

Stir ½ pkg **Herb Harmony** into 1 cup [250ml] yogurt or sour cream, ½ cup [125ml] mayonnaise and ¼ cup [65ml] milk or substitute. Makes 2 cups [500ml].

Spinach Herb Dip Bowl

Combine 1 cup [250ml] sour cream, ½ to 1 cup [125ml to 250ml] mayonnaise, 200 g chopped frozen spinach (drained) and ½ pkg **Herb Harmony**. Pour into a bowl or a hollowed-out loaf of pumpkin-nickel-style bread. Cube extra bread for dipping. Serves 6 - 10

Chicken Fingers (or Nuggets)

Preheat oven to 425°F [220°C]. Cut approx 1½ lb [680g] chicken in strips or 1" cubes. In small bowl, beat 2 eggs and 3 T [45ml] milk or water. In shaker bag mix 1½ cups [375ml] dry GF bread crumbs, ¼ cup [65ml] GF flour and ½ pkg **Herb Harmony**. Dip chicken in egg, then shake in crumbs. Place on parchment-lined baking sheet. Bake 10 - 15 min each side. Serve with **The Mix Company's** dips. Serves 4-6

more recipes & mixes at
TheMixCompany.com

The Mix Company™

Eganville, Ontario K0J 1T0

613-628-3387

Ingredients: Parsley, onion, garlic, herbs, leek, green & red sweet peppers, celery, carrot, sea salt, tapioca starch, black pepper, dry mustard, nutmeg.

Nutrition Facts

per serving of 1/16 pkg (2.8g)
1.5 Tbsp (23 ml) prepared
16 servings

Amount per serving	Mix	†Prepared
Calories	8	50
Calories from fat	0%	69%
% Daily Value		
Total Fat 0g*	0%	6%
Saturated Fat 0g	0%	9%
+ Trans Fat 0g		
Cholesterol 0mg	0%	4%
Sodium 100mg	4%	5%
Total Carb 1g	1%	1%
Dietary Fibre 0g	0%	0%
Sugars .5g		
Protein .4g	1%	2%
Vitamin A	0%	4%
Vitamin C	0%	2%
Calcium	0%	6%
Iron	2%	2%

* Amount in dry mix.

† Prepared dip using low-fat sour cream.

Satisfaction Guaranteed
manufactured in a facility where
treenuts & peanuts may be present

The Mix Company

Sans gluten – Simple et fun!

Vegan

Sans produits laitiers

Pauvre en sel

Sans soja/sans maïs

Sans gluten

Non-OGM

Sans agents de conservation

Conserver dans un endroit frais et sec.

Voir la date à l'intérieur.

45g

Recettes à l'intérieur



Légèrement épicé

L'harmonie des herbes

Repas et apéritifs

Donne 750ml de trempette

Pour ceux qui ont des allergies!

❁ Fièrement produit au Canada avec des ingrédients Canadien

Trempette crémeuse à herbes

Ajouter ½ du **l'harmonie des herbes** dans ½ tasse [375ml] de yogourt, de mayo ou de crème sûre. Laisser reposer 5 minutes. Donne 1½ tasses [375ml].

Vinaigrette crémeuse à herbes

Ajouter la moitié du **l'harmonie des herbes** dans 1 tasse [250ml] de yogourt ou de crème sûre, ½ tasse [125ml] de mayonnaise et ¼ tasse [65ml] de lait ou substitut.

Trempette aux épinards et herbes

Mélanger une tasse [250ml] de crème sûre, ½ - 1 tasse [125ml - 250ml] de mayonnaise, 200 g Hachés les épinards et ½ du **l'harmonie des herbes**. Servez dans un bol ou dans un demi pain de type pumpernickel dont on a enlevé la mie. Donne 6 à 10 portions.

Légumes rôtis ou grillés

Laver des petites patates ou des légumes crus de votre choix. Badigeonner d'huile d'olive. Saupoudrer avec **l'harmonie des herbes** et badigeonner de nouveau. Griller jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

plus de recettes & de mélanges
@ TheMixCompany.com

The Mix Company™

Eganville, Ontario K0J 1T0

613-628-3387

Ingredients: Persil, oignon, ail, herbes, poireux, poivrons vert et rouge, celeri, carotte, sel de mer, fécule de tapioca, poivre noir, moutarde sèche, muscade.

Valeur nutritive

par portion de 1/16 sachet (2.8g)
1.5 c. à soupe (23 ml) préparés
16 portions par sachet

Teneur par portion	Mélange	†Préparé
Calories	8	50
Calories des lipides	0%	69%
% valeur quotidienne		
Lipides 0g*	0%	6%
Satures 0g	0%	9%
+ Trans 0g		
Cholestérol 0mg	0%	4%
Sodium 100mg	4%	5%
Glucides 1g	1%	1%
Fibres 0g	0%	0%
Sucres .5g		
Protéines .4g	1%	2%
Vitamin A	0%	4%
Vitamin C	0%	2%
Calcium	0%	6%
Fer	2%	2%

* Teneur du mélange sec.

† Préparé utilisant de crème sûre légère.

Satisfaction garantie

Fabriqué là ou des noix/arachides peuvent être présentes